

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-08-01 piątek	Dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g Humus 90 g		Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Filet z miruny panierowany pieczony 110 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka z ogórka 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z koperkiem 110 g (BIA) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Sałatka z kuskusem i pomidorami 150 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 205,1 Białko ogółem [g] 114,1 Tłuszcz [g] 59,7 Węglowodany ogółem [g] 321,9 Błonnik pokarmowy [g] 41,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 suma cukrów prostych [g] 60 Sól [g] 2,8 Cholesterol [mg] 125,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Humus 90 g Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Serek ziolowy 150 g (BIA)	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka z ogórka 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z koperkiem 110 g (BIA) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Sałatka z kuskusem i pomidorami 150 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 460,5 Białko ogółem [g] 142,3 Tłuszcz [g] 62,2 Węglowodany ogółem [g] 352,3 Błonnik pokarmowy [g] 56,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4 suma cukrów prostych [g] 69,7 Sól [g] 3,8 Cholesterol [mg] 125,9
	Dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Pomidor bs 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)		Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z koperkiem 110 g (BIA) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Sałatka z kuskusem i pomidorami 150 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 365,9 Białko ogółem [g] 139,8 Tłuszcz [g] 69,3 Węglowodany ogółem [g] 313,9 Błonnik pokarmowy [g] 42,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 suma cukrów prostych [g] 70,9 Sól [g] 7,1 Cholesterol [mg] 652,5

2025-08-01 piątek

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna bezmleczna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy b/mle 50 g (GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Sałatka z kuskusem i pomidorami 150 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 066,8 Białko ogółem [g] 122,1 Tłuszcz [g] 49,1 Węglowodany ogółem [g] 310,2 Błonnik pokarmowy [g] 56,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 suma cukrów prostych [g] 65,8 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 150
Dieta bogatobiałkowa	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Pomidor bs 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)	Serek ziolowy 150 g (BIA)	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z koperkiem 110 g (BIA) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Sałatka z kuskusem i pomidorami 150 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 554,2 Białko ogółem [g] 155,1 Tłuszcz [g] 73,6 Węglowodany ogółem [g] 337,8 Błonnik pokarmowy [g] 46,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 suma cukrów prostych [g] 89,2 Sól [g] 7,2 Cholesterol [mg] 665,3
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Humus 90 g Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa selerowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka z ogórka 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy b/mle 50 g (GLU, SEL)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Sałatka z kuskusem i pomidorami 150 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 254,7 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 52,5 Węglowodany ogółem [g] 368,7 Błonnik pokarmowy [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 suma cukrów prostych [g] 71,5 Sól [g] 6,4 Cholesterol [mg] 99,6

2025-08-01 piątek

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Szynka staropolska 40 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa selerowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Sos koperkowy b/mle 50 g (GLU, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g Polędwica sopocka 60 g (MIĘ)	Sałatka z kuskusem i pomidorami 150 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 375,8 Białko ogółem [g] 129,3 Tłuszcz [g] 42 Węglowodany ogółem [g] 397,7 Błonnik pokarmowy [g] 59,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,9 suma cukrów prostych [g] 87,6 Sól [g] 6,3 Cholesterol [mg] 95
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Szynka staropolska 40 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa selerowa z ziemniakami b/m 300 ml (SEL) Sos koperkowy b/mle 50 g (GLU, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Sałatka z kuskusem i pomidorami 150 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 348,6 Białko ogółem [g] 128,4 Tłuszcz [g] 41,9 Węglowodany ogółem [g] 391,1 Błonnik pokarmowy [g] 57,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,9 suma cukrów prostych [g] 86 Sól [g] 6,2 Cholesterol [mg] 95
Dieta papkowa	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami zmiksowana 350 ml (SEL) filet z miruny na parze rozdrobniony 110 g (RYB) ziemniaki puree 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIĘ) Sałatka z pomidora rozdrobniona 130 g	Kefir 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 577,7 Białko ogółem [g] 146,2 Tłuszcz [g] 80,3 Węglowodany ogółem [g] 334 Błonnik pokarmowy [g] 40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3 suma cukrów prostych [g] 83,5 Sól [g] 7,8 Cholesterol [mg] 682,6

2025-08-01 piątek

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta papkowata bez cukru	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek ziolowy 150 g (BIA)	Zupa selerowa z ziemniakami zmiksowana 350 ml (SEL) filet z miruny na parze rozdrobniony 110 g (RYB) ziemniaki puree 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIE) Sałatka z pomidora rozdrobniona 130 g	Kefir 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 685 Białko ogółem [g] 160,9 Tłuszcz [g] 83,9 Węglowodany ogółem [g] 338,3 Błonnik pokarmowy [g] 40,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 suma cukrów prostych [g] 86,1 Sól [g] 7,9 Cholesterol [mg] 695,4
Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		Zupa selerowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 572,1 Białko ogółem [g] 61,6 Tłuszcz [g] 59,4 Węglowodany ogółem [g] 213,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 suma cukrów prostych [g] 60,7 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 462,3
Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek ziolowy 150 g (BIA)	Zupa selerowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 679,4 Białko ogółem [g] 76,3 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 218,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 suma cukrów prostych [g] 63,3 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 475,1

2025-08-01 piątek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta eliminacyjna wegetariańska		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Humus 90 g Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Serek ziolowy 150 g (BIA)	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Potrawka warzywna z tofu 150 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka z ogórka 150 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z koperkiem 110 g (BIA) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Salatka z kuskusem i pomidorami 150 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 146,9 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 61,1 Węglowodany ogółem [g] 331,4 Błonnik pokarmowy [g] 43,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 suma cukrów prostych [g] 66 Sól [g] 2,9 Cholesterol [mg] 137,3
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sok wielowarzywny 250 ml płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Humus 90 g Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka z ogórka 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy b/glut 50 g (BIA, SEL)	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z koperkiem 110 g (BIA) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Kefir 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 129 Białko ogółem [g] 108,9 Tłuszcz [g] 95,5 Węglowodany ogółem [g] 233 Błonnik pokarmowy [g] 47 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 suma cukrów prostych [g] 85,2 Sól [g] 2,3 Cholesterol [mg] 109,1
	Dieta niskobiałkowa	Bulka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta ze szpinaku i twarogu 60 g (BIA) Pomidor bs 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/m 300 ml (SEL) Gulasz warzywny 110 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Warzywa gotowane 150 g Ziemniaki gotowane 150 g	Bulka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z marchewki 60 g Pomidor bs 130 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 623,6 Białko ogółem [g] 42,4 Tłuszcz [g] 38,5 Węglowodany ogółem [g] 302,7 Błonnik pokarmowy [g] 49,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 suma cukrów prostych [g] 111,2 Sól [g] 2,9 Cholesterol [mg] 76,4

2025-08-01 piątek

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Serek ziolowy 150 g (BIA)	Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Sos koperkowy b/mle 50 g (GLU, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Sałatka z kuskusem i pomidorami 150 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 665,9 Białko ogółem [g] 154,6 Tłuszcz [g] 67,2 Węglowodany ogółem [g] 384,7 Błonnik pokarmowy [g] 52,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 96,8 Sól [g] 6,2 Cholesterol [mg] 194,2
Dieta eliminacyjna wegańska	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta z zielonego groszku 110 g Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Potrawka warzywna z tofu 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa selerowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Sałatka z ogórka 150 g Ziemniaki gotowane 180 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Humus 110 g Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Sałatka z kuskusem i pomidorami 150 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 058,2 Białko ogółem [g] 57,1 Tłuszcz [g] 51,7 Węglowodany ogółem [g] 368,5 Błonnik pokarmowy [g] 52 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 suma cukrów prostych [g] 57,6 Sól [g] 3 Cholesterol [mg] 74,4
Dieta bogatobiałkowa	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g Humus 90 g		Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Filet z miruny panierowany pieczony 110 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka z ogórka 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z koperkiem 110 g (BIA) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Sałatka z kuskusem i pomidorami 150 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 375,6 Białko ogółem [g] 116,8 Tłuszcz [g] 61,3 Węglowodany ogółem [g] 363,5 Błonnik pokarmowy [g] 52,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 suma cukrów prostych [g] 76,9 Sól [g] 3,4 Cholesterol [mg] 125,3

2025-08-01 piątek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta ubogoenergetyczna		Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Płatki ryżowe na wodzie 250 ml Szynka staropolska 40 g (MIĘ) Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/m 300 ml (SEL) Filet z miruny na parze 110 g (RYB) Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twarożek z koperkiem 110 g (BIA) Pomidor 130 g	Kefir 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 412 Białko ogółem [g] 110,8 Tłuszcz [g] 31,5 Węglowodany ogółem [g] 185,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,8 suma cukrów prostych [g] 43,3 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 77,1
Dieta papkowata bezmleczna		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml pasta z jajka i awokado 110 g (JAJ) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) filet z miruny na parze rozdrobniony 110 g (RYB) ziemniaki puree 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy b/mle 50 g (GLU, SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml poledwica sopocka mielona 60 g (MIĘ) Sałatka z pomidora rozdrobniona 130 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 409,1 Białko ogółem [g] 118,3 Tłuszcz [g] 75,7 Węglowodany ogółem [g] 339,8 Błonnik pokarmowy [g] 56,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 suma cukrów prostych [g] 105,1 Sól [g] 6,4 Cholesterol [mg] 459,6
Dieta papkowata bogatobiałkowa		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek ziolowy 150 g (BIA)	Zupa selerowa z ziemniakami zmiksowana 350 ml (SEL) filet z miruny na parze rozdrobniony 110 g (RYB) ziemniaki puree 180 g Warzywa po grecku 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIĘ) Sałatka z pomidora rozdrobniona 130 g	Kefir 150 ml (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 685 Białko ogółem [g] 160,9 Tłuszcz [g] 83,9 Węglowodany ogółem [g] 338,3 Błonnik pokarmowy [g] 40,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 suma cukrów prostych [g] 86,1 Sól [g] 7,9 Cholesterol [mg] 695,4

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-08-01 piątek	Dieta płynna wzmocniona bezmleczna	zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (<i>GLU, JAJ</i>)		Zupa selerowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 486,6 Białko ogółem [g] 48,7 Tłuszcz [g] 50,5 Węglowodany ogółem [g] 222,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,1 suma cukrów prostych [g] 41,3 Sól [g] 1,8 Cholesterol [mg] 29,1
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (<i>BIA, GLU, JAJ</i>)	Serek ziółowy 150 g (<i>BIA</i>)	Zupa selerowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (<i>BIA</i>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 679,4 Białko ogółem [g] 76,3 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 218,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 suma cukrów prostych [g] 63,3 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 475,1