

2025-08-03 niedziela

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta podstawowa	Składniki	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Pomidor 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami zabielały 350 ml (BIA, SEL) Udko gotowane 160 g Ryż brązowy 180 g Kompot ow ocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SEL)	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIE) Papryka 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Pasta z soczewicy 60 g
		Waga porcji [g]: 1 065		Waga porcji [g]: 1 190	Waga porcji [g]: 490	Waga porcji [g]: 200
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 809,6 Białko ogółem [g] 41,6 Tłuszcz [g] 33,8 Węglowodany ogółem [g] 92,4 Błonnik pokarmowy [g] 17,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,2 suma cukrów prostych [g] 25 Sól [g] 5,3 Cholesterol [mg] 572,7		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 928,6 Białko ogółem [g] 56,5 Tłuszcz [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 114,3 Błonnik pokarmowy [g] 19,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,2 suma cukrów prostych [g] 25,6 Sól [g] 1 Cholesterol [mg] 211,9	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 517 Białko ogółem [g] 35,9 Tłuszcz [g] 20,7 Węglowodany ogółem [g] 50,7 Błonnik pokarmowy [g] 7,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,3 suma cukrów prostych [g] 7,7 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg] 112,8	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 115,3 Białko ogółem [g] 6,7 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 21,9 Błonnik pokarmowy [g] 5,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 0,2 Cholesterol [mg]
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Składniki	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) Pomidor 130 g	Serek wiejski 150 g (BIA)	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami zabielały 350 ml (BIA, SEL) Udko gotowane 160 g Ryż brązowy 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SEL) Kompot ow ocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIE) Papryka 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Pasta z soczewicy 60 g
		Waga porcji [g]: 965	Waga porcji [g]: 50	Waga porcji [g]: 1 190	Waga porcji [g]: 390	Waga porcji [g]: 200
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 854,3 Białko ogółem [g] 42,6 Tłuszcz [g] 34,3 Węglowodany ogółem [g] 103,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,2 suma cukrów prostych [g] 25,6 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 572,7	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 145,5 Białko ogółem [g] 16,5 Tłuszcz [g] 7,5 Węglowodany ogółem [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 928,6 Białko ogółem [g] 56,5 Tłuszcz [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 114,3 Błonnik pokarmowy [g] 19,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,2 suma cukrów prostych [g] 25,6 Sól [g] 1 Cholesterol [mg] 211,9	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 561,8 Białko ogółem [g] 37 Tłuszcz [g] 21,1 Węglowodany ogółem [g] 61,7 Błonnik pokarmowy [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,4 suma cukrów prostych [g] 8,3 Sól [g] 1,4 Cholesterol [mg] 112,8	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 137,7 Białko ogółem [g] 7,2 Tłuszcz [g] 0,5 Węglowodany ogółem [g] 27,4 Błonnik pokarmowy [g] 7,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 0,5 Sól [g] 0,3 Cholesterol [mg]

		SUMA	
2025-08-03 niedziela	Dieta podstawowa	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 370,5 Białko ogółem [g] 140,7 Tłuszcz [g] 86,2 Węglowodany ogółem [g] 279,3 Błonnik pokarmowy [g] 50,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 suma cukrów prostych [g] 58,5 Sól [g] 7,6 Cholesterol [mg] 897,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 627,9 Białko ogółem [g] 159,8 Tłuszcz [g] 94,8 Węglowodany ogółem [g] 309,8 Błonnik pokarmowy [g] 59,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 suma cukrów prostych [g] 60 Sól [g] 9,3 Cholesterol [mg] 897,4

2025-08-03 niedziela

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta łatwostrawna	Składniki	Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (<i>BIA</i>) Jogurt 150 ml (<i>BIA</i>) Pomidor bs 130 g szynka wiejska 60 g (<i>MIE</i>)		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny 350 ml (<i>BIA, SEL</i>) Udko gotowane 160 g Ryż gotowany 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (<i>SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (<i>MIE</i>) sałatka warzywna 130 g (<i>SEL</i>)	Pieczywo pszenne 30 g (<i>GLU</i>) Szynka rzeż 30 g (<i>MIE</i>)
		Waga porcji [g]: 775		Waga porcji [g]: 1 160	Waga porcji [g]: 460	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 575,4 Białko ogółem [g] 30,3 Tłuszcz [g] 20,4 Węglowodany ogółem [g] 73,5 Błonnik pokarmowy [g] 12,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,4 suma cukrów prostych [g] 18,2 Sól [g] 2,5 Cholesterol [mg] 44,7		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 024,6 Białko ogółem [g] 58,4 Tłuszcz [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 136,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,3 suma cukrów prostych [g] 25,7 Sól [g] 1 Cholesterol [mg] 211,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 635,8 Białko ogółem [g] 39,7 Tłuszcz [g] 20,8 Węglowodany ogółem [g] 84,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,4 suma cukrów prostych [g] 25,9 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 112,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 77,2 Białko ogółem [g] 6,7 Tłuszcz [g] 1,3 Węglowodany ogółem [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,4 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]
Dieta łatwostrawna bezmleczna	Składniki	Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml szynka wiejska 60 g (<i>MIE</i>) Pomidor 130 g		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (<i>SEL</i>) Udko gotowane 160 g Ryż gotowany 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (<i>SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy b/m 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (<i>MIE</i>) sałatka warzywna 130 g (<i>SEL</i>)	Szynka rzeż 30 g (<i>MIE</i>) Pieczywo pszenne 30 g (<i>GLU</i>)
		Waga porcji [g]: 760		Waga porcji [g]: 1 160	Waga porcji [g]: 465	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 460,3 Białko ogółem [g] 19,8 Tłuszcz [g] 16,5 Węglowodany ogółem [g] 63 Błonnik pokarmowy [g] 9,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,4 suma cukrów prostych [g] 21,4 Sól [g] 2,5 Cholesterol [mg] 37,2		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 952 Białko ogółem [g] 55,8 Tłuszcz [g] 26,2 Węglowodany ogółem [g] 131,9 Błonnik pokarmowy [g] 18,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,2 suma cukrów prostych [g] 24,3 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 195,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 635,8 Białko ogółem [g] 39,7 Tłuszcz [g] 20,8 Węglowodany ogółem [g] 84,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,4 suma cukrów prostych [g] 25,9 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 112,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 77,2 Białko ogółem [g] 6,7 Tłuszcz [g] 1,3 Węglowodany ogółem [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,4 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]

2025-08-03 niedziela

		SUMA
Dieta łatwostrawna	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 313 Białko ogółem [g] 135,1 Tłuszcz [g] 74,1 Węglowodany ogółem [g] 304 Błonnik pokarmowy [g] 55,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 suma cukrów prostych [g] 70 Sól [g] 6,5 Cholesterol [mg] 369,4
Dieta łatwostrawna bezmleczna	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 125,3 Białko ogółem [g] 122 Tłuszcz [g] 64,8 Węglowodany ogółem [g] 289 Błonnik pokarmowy [g] 50,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 suma cukrów prostych [g] 71,8 Sól [g] 6,4 Cholesterol [mg] 345,4

2025-08-03 niedziela

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta bogatobiałkowa	Składniki	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Pomidor bs 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)	Serek wiejski 150 g (BIA)	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny 350 ml (BIA, SEL) Udko gotowane 160 g Ryż gotowany 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIE) sałatka warzywna 130 g (SEL)	Szynka rzeż 30 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 885	Waga porcji [g]: 50	Waga porcji [g]: 1 160	Waga porcji [g]: 460	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 742,7 Białko ogółem [g] 39,2 Tłuszcz [g] 33,1 Węglowodany ogółem [g] 77,1 Błonnik pokarmowy [g] 12,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14 suma cukrów prostych [g] 19,2 Sól [g] 5 Cholesterol [mg] 572,7	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 145,5 Białko ogółem [g] 16,5 Tłuszcz [g] 7,5 Węglowodany ogółem [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 024,6 Białko ogółem [g] 58,4 Tłuszcz [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 136,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,3 suma cukrów prostych [g] 25,7 Sól [g] 1 Cholesterol [mg] 211,9	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 635,8 Białko ogółem [g] 39,7 Tłuszcz [g] 20,8 Węglowodany ogółem [g] 84,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,4 suma cukrów prostych [g] 25,9 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 112,8	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 77,2 Białko ogółem [g] 6,7 Tłuszcz [g] 1,3 Węglowodany ogółem [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,4 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezzmleczna	Składniki	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml szynka wiejska 60 g (MIE) Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (SEL) Udko gotowane 160 g Ryż brązowy 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy b/m 50 g	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIE) Papryka 130 g	Pasta z soczewicy 60 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 760	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 190	Waga porcji [g]: 395	Waga porcji [g]: 200
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 534,9 Białko ogółem [g] 21,5 Tłuszcz [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 81,3 Błonnik pokarmowy [g] 15,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,6 suma cukrów prostych [g] 22,4 Sól [g] 3 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 19 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,2 Węglowodany ogółem [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 1,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 2,8 Sól [g] Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 856,1 Białko ogółem [g] 53,9 Tłuszcz [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 109,8 Błonnik pokarmowy [g] 17,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,2 suma cukrów prostych [g] 24,2 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 195,4	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 561,8 Białko ogółem [g] 37 Tłuszcz [g] 21,1 Węglowodany ogółem [g] 61,7 Błonnik pokarmowy [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,4 suma cukrów prostych [g] 8,3 Sól [g] 1,4 Cholesterol [mg] 112,8	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 115,3 Białko ogółem [g] 6,7 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 21,9 Błonnik pokarmowy [g] 5,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 0,2 Cholesterol [mg]

2025-08-03 niedziela

		SUMA
Dieta bogatobiałkowa	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 625,8 Białko ogółem [g] 160,5 Tłuszcz [g] 94,3 Węglowodany ogółem [g] 310,6 Błonnik pokarmowy [g] 56 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 suma cukrów prostych [g] 71 Sól [g] 10,1 Cholesterol [mg] 897,4
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezzmleczna	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 087,1 Białko ogółem [g] 120 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 278,8 Błonnik pokarmowy [g] 51,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 suma cukrów prostych [g] 57,9 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 345,4

2025-08-03 niedziela

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Składniki	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Jogurt 150 ml (BIA) szynka wiejska 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Udko gotowane 110 g Ryż gotow any 180 g Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kompot ow ocowy 250 ml Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml sałatka warzywna 130 g (SEL) Szynka galicyjska 40 g (MIĘ)	Szynka rzeż 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 441		Waga porcji [g]: 1 110	Waga porcji [g]: 400	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 637,3 Białko ogółem [g] 27,8 Tłuszcz [g] 11,8 Węglowodany ogółem [g] 102,4 Błonnik pokarmowy [g] 8,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,8 suma cukrów prostych [g] 30,9 Sól [g] 2,8 Cholesterol [mg] 12,4		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 827,5 Białko ogółem [g] 50,2 Tłuszcz [g] 19,5 Węglowodany ogółem [g] 121,9 Błonnik pokarmowy [g] 18,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 17,8 Sól [g] 0,6 Cholesterol [mg] 11,7	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 645 Białko ogółem [g] 33,8 Tłuszcz [g] 14 Węglowodany ogółem [g] 107,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 27,1 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 62,8	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 77,2 Białko ogółem [g] 6,7 Tłuszcz [g] 1,3 Węglowodany ogółem [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,4 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]
Dieta łatwstrawna z ograniczeniem tłuszczu	Składniki	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Jogurt 150 ml (BIA) szynka wiejska 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Kopytka 300 g (GLU) Kompot ow ocowy 250 ml Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (SEL) Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 40 g (MIĘ) sałatka warzywna 130 g (SEL)	Szynka rzeż 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 441		Waga porcji [g]: 940	Waga porcji [g]: 400	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 637,3 Białko ogółem [g] 27,8 Tłuszcz [g] 11,8 Węglowodany ogółem [g] 102,4 Błonnik pokarmowy [g] 8,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,8 suma cukrów prostych [g] 30,9 Sól [g] 2,8 Cholesterol [mg] 12,4		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 701,8 Białko ogółem [g] 29,2 Tłuszcz [g] 4,3 Węglowodany ogółem [g] 148,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,9 suma cukrów prostych [g] 22 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg] 11,7	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 645 Białko ogółem [g] 33,8 Tłuszcz [g] 14 Węglowodany ogółem [g] 107,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 27,1 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 62,8	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 77,2 Białko ogółem [g] 6,7 Tłuszcz [g] 1,3 Węglowodany ogółem [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,4 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]

2025-08-03 niedziela

		SUMA
Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 187 Białko ogółem [g] 118,5 Tłuszcz [g] 46,6 Węglowodany ogółem [g] 342,1 Błonnik pokarmowy [g] 49,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3 suma cukrów prostych [g] 76 Sól [g] 6,7 Cholesterol [mg] 86,9
Dieta łatwstrawna z ograniczeniem tłuszczu	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 061,3 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 368,3 Błonnik pokarmowy [g] 55,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12 suma cukrów prostych [g] 80,2 Sól [g] 6,5 Cholesterol [mg] 86,9

2025-08-03 niedziela

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta papkowa	Składniki	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g jabłko pieczone rozdrobnione 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa barszcz czerwony z ziemniakami przecierany 350 ml (SEL) mięso z udka kurczaka rozdrobnione 110 g ziemniaki puree 180 g brokuł gotowany rozdrobniony 150 g Kompot ow ocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	Bulka 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 warzywna 130 g (SEL)	szynka rzeźnika rozdrobniona 30 g (MIĘ) bulka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 1 150		Waga porcji [g]: 1 160	Waga porcji [g]: 485	Waga porcji [g]: 90
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 023,7 Białko ogółem [g] 43,8 Tłuszcz [g] 40 Węglowodany ogółem [g] 135,4 Błonnik pokarmowy [g] 15,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5 suma cukrów prostych [g] 36,4 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 582,7		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 796,8 Białko ogółem [g] 53,1 Tłuszcz [g] 19,9 Węglowodany ogółem [g] 112,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 21,9 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg] 138,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 743 Białko ogółem [g] 36,6 Tłuszcz [g] 23 Węglowodany ogółem [g] 109,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,9 suma cukrów prostych [g] 28,1 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 86	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 119,7 Białko ogółem [g] 7,8 Tłuszcz [g] 2,3 Węglowodany ogółem [g] 17,2 Błonnik pokarmowy [g] 0,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 suma cukrów prostych [g] 0,6 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg]
Dieta papkowata bez cukru	Składniki	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g jabłko pieczone rozdrobnione 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek wiejski 150 g (BIA)	zupa barszcz czerwony z ziemniakami przecierany 350 ml (SEL) mięso z udka kurczaka rozdrobnione 110 g ziemniaki puree 180 g brokuł gotowany rozdrobniony 150 g Kompot ow ocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	Bulka 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 warzywna 130 g (SEL)	szynka rzeźnika rozdrobniona 30 g (MIĘ) bulka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 1 150	Waga porcji [g]: 50	Waga porcji [g]: 1 160	Waga porcji [g]: 485	Waga porcji [g]: 90

2025-08-03 niedziela		SUMA	
Dieta papkowa	Składniki		
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 683,2 Białko ogółem [g] 141,3 Tłuszcz [g] 85,2 Węglowodany ogółem [g] 374,5 Błonnik pokarmowy [g] 61,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 suma cukrów prostych [g] 87 Sól [g] 9,6 Cholesterol [mg] 807,3	
Dieta papkowa bez cukru	Składniki		

2025-08-03 niedziela

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta papkowata bez cukru	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 023,7 Białko ogółem [g] 43,8 Tłuszcz [g] 40 Węglowodany ogółem [g] 135,4 Błonnik pokarmowy [g] 15,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5 suma cukrów prostych [g] 36,4 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 582,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 145,5 Białko ogółem [g] 16,5 Tłuszcz [g] 7,5 Węglowodany ogółem [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 796,8 Białko ogółem [g] 53,1 Tłuszcz [g] 19,9 Węglowodany ogółem [g] 112,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 21,9 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg] 138,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 741,4 Białko ogółem [g] 36,5 Tłuszcz [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 108,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,9 suma cukrów prostych [g] 28 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 86	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 119,7 Białko ogółem [g] 7,8 Tłuszcz [g] 2,3 Węglowodany ogółem [g] 17,2 Błonnik pokarmowy [g] 0,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 suma cukrów prostych [g] 0,6 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg]
	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa barszcz czerwony z ziemniakami wzmocniony przecierany 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml
		Waga porcji [g]: 500		Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 200
Dieta płynna wzmocniona	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 660,8 Białko ogółem [g] 31,4 Tłuszcz [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 63,4 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 suma cukrów prostych [g] 32,2 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 433,2		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 472,9 Białko ogółem [g] 17,4 Tłuszcz [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 68,9 Błonnik pokarmowy [g] 14,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,7 suma cukrów prostych [g] 17,2 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg] 19,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 526 Białko ogółem [g] 19 Tłuszcz [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 suma cukrów prostych [g] 18,4 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 19 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,2 Węglowodany ogółem [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 1,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 2,8 Sól [g] Cholesterol [mg]
	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek wiejski 150 g (BIA)	zupa barszcz czerwony z ziemniakami wzmocniony przecierany 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml
		Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 50	Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 200
Dieta płynna wzmocniona bez cukru	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 660,8 Białko ogółem [g] 31,4 Tłuszcz [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 63,4 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 suma cukrów prostych [g] 32,2 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 433,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 145,5 Białko ogółem [g] 16,5 Tłuszcz [g] 7,5 Węglowodany ogółem [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 472,9 Białko ogółem [g] 17,4 Tłuszcz [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 68,9 Błonnik pokarmowy [g] 14,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,7 suma cukrów prostych [g] 17,2 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg] 19,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 526 Białko ogółem [g] 19 Tłuszcz [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 suma cukrów prostych [g] 18,4 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 19 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,2 Węglowodany ogółem [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 1,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 2,8 Sól [g] Cholesterol [mg]
	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek wiejski 150 g (BIA)	zupa barszcz czerwony z ziemniakami wzmocniony przecierany 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml
		Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 50	Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 200

2025-08-03 niedziela	Dieta papkowata bez cukru	SUMA	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 827,1 Białko ogółem [g] 157,7 Tłuszcz [g] 92,6 Węglowodany ogółem [g] 377,2 Błonnik pokarmowy [g] 61,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 suma cukrów prostych [g] 86,9 Sól [g] 10,7 Cholesterol [mg] 807,3
	Dieta płynna wzmocniona	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 678,7 Białko ogółem [g] 68,7 Tłuszcz [g] 73,1 Węglowodany ogółem [g] 204 Błonnik pokarmowy [g] 35,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 suma cukrów prostych [g] 70,6 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 452,6
		Składniki	
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 824,2 Białko ogółem [g] 85,2 Tłuszcz [g] 80,6 Węglowodany ogółem [g] 207 Błonnik pokarmowy [g] 35,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 suma cukrów prostych [g] 70,6 Sól [g] 3,1 Cholesterol [mg] 452,6
		Składniki	

2025-08-03 niedziela

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta eliminacyjna wegetariańska	Składniki	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) Pomidor 130 g	Serek wiejski 150 g (BIA)	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny 350 ml (BIA, SEL) Kotlet sojowy 110 g Kompot ow ocowy 250 ml Ryż brązowy 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SEL)	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Wędlina wege 60 g Papryka 130 g	Pasta z soczewicy 60 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 1 065	Waga porcji [g]: 50	Waga porcji [g]: 1 060	Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 200
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 809,6 Białko ogółem [g] 41,6 Tłuszcz [g] 33,8 Węglowodany ogółem [g] 92,4 Błonnik pokarmowy [g] 17,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,2 suma cukrów prostych [g] 25 Sól [g] 5,3 Cholesterol [mg] 572,7	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 145,5 Białko ogółem [g] 16,5 Tłuszcz [g] 7,5 Węglowodany ogółem [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 563,6 Białko ogółem [g] 18,2 Tłuszcz [g] 9,1 Węglowodany ogółem [g] 110,7 Błonnik pokarmowy [g] 17,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4 suma cukrów prostych [g] 25,1 Sól [g] 0,5 Cholesterol [mg] 30,1	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 403,6 Białko ogółem [g] 10,5 Tłuszcz [g] 18,3 Węglowodany ogółem [g] 51,3 Błonnik pokarmowy [g] 13,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,9 suma cukrów prostych [g] 7,7 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 115,3 Białko ogółem [g] 6,7 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 21,9 Błonnik pokarmowy [g] 5,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 0,2 Cholesterol [mg]
Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Składniki	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sok wielowarzywny 250 ml Jogurt 150 ml (BIA) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) Pomidor bs 130 g		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny 350 ml (BIA, SEL) Udko gotowane 160 g Ryż brązowy 180 g Surówka z selera i jabłka b/g 150 g (SEL) Kompot ow ocowy 250 ml Sos ziołowy b/g 50 g	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIE) Papryka 130 g	Pasta z soczewicy 60 g Pieczywo bezglutenowe 30 g
		Waga porcji [g]: 611		Waga porcji [g]: 1 190	Waga porcji [g]: 390	Waga porcji [g]: 200
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 784,1 Białko ogółem [g] 29,8 Tłuszcz [g] 48,6 Węglowodany ogółem [g] 55,1 Błonnik pokarmowy [g] 8,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,9 suma cukrów prostych [g] 33,2 Sól [g] 4,3 Cholesterol [mg] 565,2		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 876,2 Białko ogółem [g] 55,1 Tłuszcz [g] 30,9 Węglowodany ogółem [g] 103,3 Błonnik pokarmowy [g] 18,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,2 suma cukrów prostych [g] 16,9 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg] 211,9	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 514,8 Białko ogółem [g] 31,1 Tłuszcz [g] 39,4 Węglowodany ogółem [g] 12,2 Błonnik pokarmowy [g] 3,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,1 suma cukrów prostych [g] 6,7 Sól [g] 0,2 Cholesterol [mg] 112,8	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 123,6 Białko ogółem [g] 5,4 Tłuszcz [g] 6 Węglowodany ogółem [g] 12,6 Błonnik pokarmowy [g] 4,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]

2025-08-03 niedziela

		SUMA
Dieta eliminacyjna wegetariańska	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 037,6 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 279,3 Błonnik pokarmowy [g] 53,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 suma cukrów prostych [g] 58 Sól [g] 9,3 Cholesterol [mg] 640
Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 298,7 Białko ogółem [g] 121,4 Tłuszcz [g] 124,9 Węglowodany ogółem [g] 183,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 suma cukrów prostych [g] 56,8 Sól [g] 5,6 Cholesterol [mg] 889,9

2025-08-03 niedziela

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta niskobiałkowa	Składniki	Bulka wrocławska 80 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa koperkowa b/m 300 ml (<i>SEL</i>) Kopytka 200 g (<i>GLU</i>) Kompot ow ocowy 250 ml Marchewka gotowana z wody 150 g	Bulka wrocławska 80 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Wędlina wege 60 g sałatka warzywna 130 g (<i>SEL</i>)	Sok wielowarzywny 200 ml
		Waga porcji [g]: 541		Waga porcji [g]: 940	Waga porcji [g]: 410	Waga porcji [g]: 200
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 550,5 Białko ogółem [g] 12,5 Tłuszcz [g] 17,7 Węglowodany ogółem [g] 91,3 Błonnik pokarmowy [g] 11,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,4 suma cukrów prostych [g] 35,3 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 37,2		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 474,2 Białko ogółem [g] 13,1 Tłuszcz [g] 1,3 Węglowodany ogółem [g] 112,3 Błonnik pokarmowy [g] 19,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 19,1 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 489,4 Białko ogółem [g] 12,9 Tłuszcz [g] 20,4 Węglowodany ogółem [g] 66,6 Błonnik pokarmowy [g] 14,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,5 suma cukrów prostych [g] 9,3 Sól [g] 2,5 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 19 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,2 Węglowodany ogółem [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 1,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 2,8 Sól [g] Cholesterol [mg]
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Składniki	Bulka wrocławska 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Jogurt 150 ml (<i>BIA</i>) szynka wiejska 60 g (<i>MIE</i>) Kakao na mleku 250 ml (<i>BIA</i>) Pomidor bs 130 g	Serek wiejski 150 g (<i>BIA</i>)	Udko gotowane 160 g Ryż gotow any 180 g Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kompot ow ocowy 250 ml Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (<i>SEL</i>) Sos ziołowy 50 g	Bulka wrocławska 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (<i>MIE</i>) sałatka warzywna 130 g (<i>SEL</i>)	Szynka rzeż 30 g (<i>MIE</i>) Pieczywo pszenne 30 g (<i>GLU</i>)
		Waga porcji [g]: 641	Waga porcji [g]: 50	Waga porcji [g]: 1 160	Waga porcji [g]: 400	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 798 Białko ogółem [g] 34,7 Tłuszcz [g] 24,5 Węglowodany ogółem [g] 116,8 Błonnik pokarmowy [g] 15,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,4 suma cukrów prostych [g] 35,2 Sól [g] 2,9 Cholesterol [mg] 44,7	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 145,5 Białko ogółem [g] 16,5 Tłuszcz [g] 7,5 Węglowodany ogółem [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 991,5 Białko ogółem [g] 65,2 Tłuszcz [g] 27 Węglowodany ogółem [g] 132,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,3 suma cukrów prostych [g] 19,9 Sól [g] 0,8 Cholesterol [mg] 195,4	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 777,4 Białko ogółem [g] 43,5 Tłuszcz [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 107,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,3 suma cukrów prostych [g] 27,2 Sól [g] 2,3 Cholesterol [mg] 112,8	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 77,2 Białko ogółem [g] 6,7 Tłuszcz [g] 1,3 Węglowodany ogółem [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 0,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,4 suma cukrów prostych [g] 0,2 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]

2025-08-03 niedziela

SUMA	
Dieta niskobiałkowa	Składniki
	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 533,1 Białko ogółem [g] 39,4 Tłuszcz [g] 39,6 Węglowodany ogółem [g] 274,3 Błonnik pokarmowy [g] 47,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2 suma cukrów prostych [g] 66,5 Sól [g] 4,1 Cholesterol [mg] 74,4
Dieta łatwostawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Składniki
	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 789,6 Białko ogółem [g] 166,6 Tłuszcz [g] 84,6 Węglowodany ogółem [g] 370 Błonnik pokarmowy [g] 59,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 suma cukrów prostych [g] 82,5 Sól [g] 8,2 Cholesterol [mg] 352,9

2025-08-03 niedziela

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta eliminacyjna wegańska	Składniki	Bulka 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 brokuła i cukinii 110 g Pomidor 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Kopytka 300 g (GLU) Kompot ow ocowy 250 ml Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (SEL) Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z soczewicy 100 g Papryka 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml
		Waga porcji [g]: 700	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 940	Waga porcji [g]: 395	Waga porcji [g]: 200
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 565,3 Białko ogółem [g] 15,2 Tłuszcz [g] 18,3 Węglowodany ogółem [g] 91 Błonnik pokarmowy [g] 11,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,6 suma cukrów prostych [g] 25,4 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 19 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,2 Węglowodany ogółem [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 1,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 2,8 Sól [g] Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 737,5 Białko ogółem [g] 30,9 Tłuszcz [g] 4,7 Węglowodany ogółem [g] 155 Błonnik pokarmowy [g] 25,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1 suma cukrów prostych [g] 23,7 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg] 13,6	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 547,1 Białko ogółem [g] 16,8 Tłuszcz [g] 17,6 Węglowodany ogółem [g] 83,8 Błonnik pokarmowy [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,5 suma cukrów prostych [g] 10,1 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 19 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,2 Węglowodany ogółem [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 1,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 2,8 Sól [g] Cholesterol [mg]
Dieta bogatobiałkowa	Składniki	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Pomidor 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR)		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny 350 ml (BIA, SEL) Udko gotowane 160 g Ryż brązowy 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SEL) Kompot ow ocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIE) Papryka 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Pasta z soczewicy 60 g
		Waga porcji [g]: 891		Waga porcji [g]: 1190	Waga porcji [g]: 390	Waga porcji [g]: 200
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 935,3 Białko ogółem [g] 43,3 Tłuszcz [g] 34,9 Węglowodany ogółem [g] 123 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,3 suma cukrów prostych [g] 41,4 Sól [g] 5,6 Cholesterol [mg] 572,7		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 928,6 Białko ogółem [g] 56,5 Tłuszcz [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 114,3 Błonnik pokarmowy [g] 19,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,2 suma cukrów prostych [g] 25,6 Sól [g] 1 Cholesterol [mg] 211,9	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 561,8 Białko ogółem [g] 37 Tłuszcz [g] 21,1 Węglowodany ogółem [g] 61,7 Błonnik pokarmowy [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,4 suma cukrów prostych [g] 8,3 Sól [g] 1,4 Cholesterol [mg] 112,8	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 137,7 Białko ogółem [g] 7,2 Tłuszcz [g] 0,5 Węglowodany ogółem [g] 27,4 Błonnik pokarmowy [g] 7,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 0,5 Sól [g] 0,3 Cholesterol [mg]

2025-08-03 niedziela

SUMA	
Dieta eliminacyjna wegańska	Składniki
	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] 1 887,9 Białko ogółem [g] 64,7 Tłuszcz [g] 41 Węglowodany ogółem [g] 338 Błonnik pokarmowy [g] 50,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 suma cukrów prostych [g] 64,8 Sól [g] 2,6 Cholesterol [mg] 88
Dieta bogatoreszkowa	Składniki
	Wartość energetyczna[kcal] 2 563,4 Białko ogółem [g] 144 Tłuszcz [g] 87,9 Węglowodany ogółem [g] 326,4 Błonnik pokarmowy [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 suma cukrów prostych [g] 75,8 Sól [g] 8,3 Cholesterol [mg] 897,4

2025-08-03 niedziela

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta ubogoenergetyczna	Składniki	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jogurt 150 ml (BIA) szynka wiejska 40 g (MIE) Pomidor bs 130 g		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (SEL) Udko gotowane 110 g Marchewka gotowana z wody 120 g Kompot ow ocowy 250 ml Ryż gotow any 150 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta wielowarzywna 60 g sałatka warzywna 130 g (SEL)	Sok wielowarzywny 200 ml
		Waga porcji [g]: 575		Waga porcji [g]: 1 110	Waga porcji [g]: 480	Waga porcji [g]: 200
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 348 Białko ogółem [g] 18,5 Tłuszcz [g] 6,7 Węglowodany ogółem [g] 49,1 Błonnik pokarmowy [g] 5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,5 suma cukrów prostych [g] 13,7 Sól [g] 1,7 Cholesterol [mg] 12,4		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 726,6 Białko ogółem [g] 41,2 Tłuszcz [g] 18,4 Węglowodany ogółem [g] 106,2 Błonnik pokarmowy [g] 14,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,1 suma cukrów prostych [g] 17 Sól [g] 0,8 Cholesterol [mg] 136,7	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 362,7 Białko ogółem [g] 10,3 Tłuszcz [g] 6,1 Węglowodany ogółem [g] 78,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,1 suma cukrów prostych [g] 28,3 Sól [g] 1,6 Cholesterol [mg] 12,4	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 19 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,2 Węglowodany ogółem [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 1,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 2,8 Sól [g] Cholesterol [mg]
Dieta papkowata bezmleczna	Składniki	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g jabłko pieczone rozdrobnione 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 110 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa barszcz czerwony z ziemniakami przecierany 350 ml (SEL) mięso z udka kurczaka rozdrobnione 110 g ziemniaki puree 180 g brokuł gotowany rozdrobniony 150 g Kompot ow ocowy 250 ml Sos ziołowy b/m 50 g	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIE) sałatka warzywna 130 g (SEL)	szynka rzeźnika rozdrobniona 30 g (MIE) bulka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 640		Waga porcji [g]: 1 160	Waga porcji [g]: 400	Waga porcji [g]: 90
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 585,2 Białko ogółem [g] 13,7 Tłuszcz [g] 18,4 Węglowodany ogółem [g] 96,9 Błonnik pokarmowy [g] 11,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,6 suma cukrów prostych [g] 31,2 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg] 37,2		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 776 Białko ogółem [g] 51,2 Tłuszcz [g] 19,7 Węglowodany ogółem [g] 109,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 21,4 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg] 138,6	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 775,8 Białko ogółem [g] 43,3 Tłuszcz [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 107,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,3 suma cukrów prostych [g] 27,1 Sól [g] 2,3 Cholesterol [mg] 112,8	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 119,7 Białko ogółem [g] 7,8 Tłuszcz [g] 2,3 Węglowodany ogółem [g] 17,2 Błonnik pokarmowy [g] 0,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 suma cukrów prostych [g] 0,6 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg]

2025-08-03 niedziela

		SUMA
Dieta ubogoenergetyczna	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 456,3 Białko ogółem [g] 70,9 Tłuszcz [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 238,2 Błonnik pokarmowy [g] 44,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,8 suma cukrów prostych [g] 61,8 Sól [g] 4,1 Cholesterol [mg] 161,5
Dieta papkowata bezmleczna	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 256,7 Białko ogółem [g] 116 Tłuszcz [g] 64,7 Węglowodany ogółem [g] 330,7 Błonnik pokarmowy [g] 55 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 suma cukrów prostych [g] 80,3 Sól [g] 5,3 Cholesterol [mg] 288,6

Jadłospisy w dniu 2025-08-03 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-08-03 niedziela

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta papkowata bogatobiałkowa	Składniki	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g jabłko pieczone rozdrobnione 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (BIA, JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek wiejski 150 g (BIA)	zupa barszcz czerwony z ziemniakami przecierany 350 ml (SEL) mięso z udka kurczaka rozdrobnione 110 g ziemniaki puree 180 g brokuł gotowany rozdrobniony 150 g Kompot ow ocowy 250 ml Sos ziołowy 50 g	Bulka 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 warzywna 130 g (SEL)	szynka rzeźnika rozdrobniona 30 g (MIĘ) bulka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 1 150	Waga porcji [g]: 50	Waga porcji [g]: 1 160	Waga porcji [g]: 485	Waga porcji [g]: 90
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 023,7 Białko ogółem [g] 43,8 Tłuszcz [g] 40 Węglowodany ogółem [g] 135,4 Błonnik pokarmowy [g] 15,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5 suma cukrów prostych [g] 36,4 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 582,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 145,5 Białko ogółem [g] 16,5 Tłuszcz [g] 7,5 Węglowodany ogółem [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 796,8 Białko ogółem [g] 53,1 Tłuszcz [g] 19,9 Węglowodany ogółem [g] 112,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 21,9 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg] 138,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 741,4 Białko ogółem [g] 36,5 Tłuszcz [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 108,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,9 suma cukrów prostych [g] 28 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 86	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 119,7 Białko ogółem [g] 7,8 Tłuszcz [g] 2,3 Węglowodany ogółem [g] 17,2 Błonnik pokarmowy [g] 0,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 suma cukrów prostych [g] 0,6 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg]
Dieta płynna wzmocniona bezmleczna	Składniki	zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		zupa barszcz czerwony z ziemniakami wzmocniony przecierany 500 ml (SEL) Kompot ow ocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml
		Waga porcji [g]: 500		Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 200
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 586,9 Białko ogółem [g] 19,6 Tłuszcz [g] 23,7 Węglowodany ogółem [g] 71 Błonnik pokarmowy [g] 7,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,9 suma cukrów prostych [g] 10 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg]		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 472,9 Białko ogółem [g] 17,4 Tłuszcz [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 68,9 Błonnik pokarmowy [g] 14,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,7 suma cukrów prostych [g] 17,2 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg] 19,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 526 Białko ogółem [g] 19 Tłuszcz [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 suma cukrów prostych [g] 18,4 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 19 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,2 Węglowodany ogółem [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 1,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 2,8 Sól [g] Cholesterol [mg]
Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek wiejski 150 g (BIA)	zupa barszcz czerwony z ziemniakami wzmocniony przecierany 500 ml (SEL) Kompot ow ocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml

2025-08-03 niedziela

Dieta papkowata bogatobiałkowa	Składniki	SUMA
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 827,1 Białko ogółem [g] 157,7 Tłuszcz [g] 92,6 Węglowodany ogółem [g] 377,2 Błonnik pokarmowy [g] 61,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 suma cukrów prostych [g] 86,9 Sól [g] 10,7 Cholesterol [mg] 807,3
Dieta płynna wzmocniona bezmleczna	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 604,8 Białko ogółem [g] 56,9 Tłuszcz [g] 65,2 Węglowodany ogółem [g] 211,6 Błonnik pokarmowy [g] 41,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 suma cukrów prostych [g] 48,4 Sól [g] 1,8 Cholesterol [mg] 19,4
Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa	Składniki	

2025-08-03 niedziela	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
			Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 50	Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 200
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 660,8 Białko ogółem [g] 31,4 Tłuszcz [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 63,4 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 suma cukrów prostych [g] 32,2 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 433,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 145,5 Białko ogółem [g] 16,5 Tłuszcz [g] 7,5 Węglowodany ogółem [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 472,9 Białko ogółem [g] 17,4 Tłuszcz [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 68,9 Błonnik pokarmowy [g] 14,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,7 suma cukrów prostych [g] 17,2 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg] 19,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 526 Białko ogółem [g] 19 Tłuszcz [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 suma cukrów prostych [g] 18,4 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 19 Białko ogółem [g] 0,9 Tłuszcz [g] 0,2 Węglowodany ogółem [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 1,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 2,8 Sól [g] Cholesterol [mg]

2025-08-03 niedziela	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa		SUMA
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 824,2 Białko ogółem [g] 85,2 Tłuszcz [g] 80,6 Węglowodany ogółem [g] 207 Błonnik pokarmowy [g] 35,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 suma cukrów prostych [g] 70,6 Sól [g] 3,1 Cholesterol [mg] 452,6