

2025-09-22 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta podstawowa	Składniki	Pieczywo pszenne 60 g (<i>GLU</i>) pieczywo żytnie 40 g (<i>ZYT</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (<i>BIA</i>) płatki ryżowe na mleku 250 ml (<i>BIA</i>) Pomidor 130 g parów ki drobiowe 120 g ketchup 20 g		Zupa grochowa 350 ml (<i>SEL, ROŚ</i>) Pierogi z mięsem 250 g (<i>GLU</i>) Kalałior gotowany 150 g Kompot ow ocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 60 g (<i>GLU</i>) pieczywo żytnie 40 g (<i>ZYT</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (<i>BIA</i>) Papryka 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (<i>GLU</i>) szynka wiejska 30 g (<i>MIE</i>)
		Waga porcji [g]: 1 110		Waga porcji [g]: 970	Waga porcji [g]: 480	Waga porcji [g]: 140
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 178,3 Białko ogółem [g] 42,4 Tłuszcz [g] 53,5 Węglowodany ogółem [g] 140,4 Błonnik pokarmowy [g] 16 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 suma cukrów prostych [g] 50,2 Sól [g] 4,1 Cholesterol [mg] 154,5		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 733,2 Białko ogółem [g] 45,3 Tłuszcz [g] 52,5 Węglowodany ogółem [g] 159,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 10,3 Sól [g] 3,8 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 502 Białko ogółem [g] 22,4 Tłuszcz [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 66,5 Błonnik pokarmowy [g] 8,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,7 suma cukrów prostych [g] 10,2 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg] 49,7	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 107,7 Białko ogółem [g] 7,5 Tłuszcz [g] 1,4 Węglowodany ogółem [g] 16,6 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,5 suma cukrów prostych [g] 0,3 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg]
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Składniki	pieczywo żytnie 100 g (<i>ZYT</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (<i>BIA</i>) Jogurt 150 ml (<i>BIA</i>) parów ki drobiowe 120 g Pomidor 130 g ketchup 20 g	soki owocowe 200 ml	Zupa grochowa 350 ml (<i>SEL, ROŚ</i>) Pierogi z mięsem 250 g (<i>GLU</i>) Surówka colesław 150 g (<i>JAJ</i>) Kompot ow ocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (<i>ZYT</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (<i>BIA</i>) Papryka 130 g	pieczywo żytnie 30 g (<i>ZYT</i>) szynka wiejska 30 g (<i>MIE</i>)
		Waga porcji [g]: 860	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 970	Waga porcji [g]: 380	Waga porcji [g]: 140
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 039,1 Białko ogółem [g] 38,5 Tłuszcz [g] 48,5 Węglowodany ogółem [g] 113,9 Błonnik pokarmowy [g] 16,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21 suma cukrów prostych [g] 42 Sól [g] 3,5 Cholesterol [mg] 138,5	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] Białko ogółem [g] Tłuszcz [g] Węglowodany ogółem [g] Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 741,6 Białko ogółem [g] 43,5 Tłuszcz [g] 52,5 Węglowodany ogółem [g] 164,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 13,9 Sól [g] 3,9 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 485,8 Białko ogółem [g] 21,8 Tłuszcz [g] 18,2 Węglowodany ogółem [g] 64,4 Błonnik pokarmowy [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,7 suma cukrów prostych [g] 10,6 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg] 49,7	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 99,6 Białko ogółem [g] 7,2 Tłuszcz [g] 1,5 Węglowodany ogółem [g] 15,5 Błonnik pokarmowy [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,5 suma cukrów prostych [g] 0,5 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg]

		SUMA
2025-09-22 poniedziałek	Dieta podstawowa	Składniki
		Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] 2 521,2 Białko ogółem [g] 117,6 Tłuszcz [g] 125,5 Węglowodany ogółem [g] 383,3 Błonnik pokarmowy [g] 45,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 suma cukrów prostych [g] 71 Sól [g] 10,3 Cholesterol [mg] 204,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Składniki
		Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] 2 366,1 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 120,7 Węglowodany ogółem [g] 357,9 Błonnik pokarmowy [g] 51 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 suma cukrów prostych [g] 67 Sól [g] 9,8 Cholesterol [mg] 188,2

2025-09-22 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta łatwostrawna	Składniki	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Szynka staropolska 60 g (MIE)		Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) potrawka warzywna z tofu 160 g Bukiet warzyw 150 g Kompot ow ocowy 250 ml Ryż gotow any 180 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) szynka wiejska 30 g (MIE)
		Waga porcji [g]: 830		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 390	Waga porcji [g]: 140
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 931,1 Białko ogółem [g] 46,7 Tłuszcz [g] 29,1 Węglowodany ogółem [g] 126,4 Błonnik pokarmowy [g] 11,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8 suma cukrów prostych [g] 43,1 Sól [g] 2,3 Cholesterol [mg] 123,6		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 502,5 Białko ogółem [g] 15,7 Tłuszcz [g] 2,7 Węglowodany ogółem [g] 112,2 Błonnik pokarmowy [g] 16,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,3 suma cukrów prostych [g] 17 Sól [g] 0,5 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 495,9 Białko ogółem [g] 22,4 Tłuszcz [g] 17,7 Węglowodany ogółem [g] 64,7 Błonnik pokarmowy [g] 5,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,6 suma cukrów prostych [g] 7,7 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg] 49,7	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 107,7 Białko ogółem [g] 7,5 Tłuszcz [g] 1,4 Węglowodany ogółem [g] 16,6 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,5 suma cukrów prostych [g] 0,3 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg]
Dieta łatwostrawna bezmleczna	Składniki	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml parów ki drobiowe 120 g Pomidor bs 130 g ketchup 20 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Pierogi z mięsem 250 g (GLU) Bukiet warzyw 150 g Kompot ow ocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka rzeż 60 g (MIE) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 30 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 835		Waga porcji [g]: 970	Waga porcji [g]: 415	Waga porcji [g]: 140
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 839 Białko ogółem [g] 24,1 Tłuszcz [g] 43,2 Węglowodany ogółem [g] 94 Błonnik pokarmowy [g] 10,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18 suma cukrów prostych [g] 25,7 Sól [g] 3,1 Cholesterol [mg] 118,5		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 602,3 Białko ogółem [g] 34,3 Tłuszcz [g] 52,4 Węglowodany ogółem [g] 139,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 18,4 Sól [g] 4,3 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 462,1 Białko ogółem [g] 19,5 Tłuszcz [g] 16,2 Węglowodany ogółem [g] 62,4 Błonnik pokarmowy [g] 5,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,4 suma cukrów prostych [g] 5,3 Sól [g] 2,9 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 107,7 Białko ogółem [g] 7,5 Tłuszcz [g] 1,4 Węglowodany ogółem [g] 16,6 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,5 suma cukrów prostych [g] 0,3 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg]

2025-09-22 poniedziałek

SUMA	
Dieta łatwostrawna	Składniki
	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 037,2 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 50,9 Węglowodany ogółem [g] 319,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 suma cukrów prostych [g] 68,1 Sól [g] 5,2 Cholesterol [mg] 173,3
Dieta łatwostrawna bezmleczna	Składniki
	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 011,1 Białko ogółem [g] 85,4 Tłuszcz [g] 113,2 Węglowodany ogółem [g] 312,7 Błonnik pokarmowy [g] 39 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 suma cukrów prostych [g] 49,7 Sól [g] 11,5 Cholesterol [mg] 155,7

2025-09-22 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta bogatobiałkowa	Składniki	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g parówki drobiowe 120 g ketchup 20 g	Serek homogenizowany 200 g (BIA)	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Pierogi z mięsem 250 g (GLU) Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 60 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 930	Waga porcji [g]: 100	Waga porcji [g]: 970	Waga porcji [g]: 390	Waga porcji [g]: 140
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 152,1 Białko ogółem [g] 41,1 Tłuszcz [g] 53 Węglowodany ogółem [g] 133,8 Błonnik pokarmowy [g] 11,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 suma cukrów prostych [g] 44,5 Sól [g] 4,1 Cholesterol [mg] 154,5	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 244,2 Białko ogółem [g] 17,6 Tłuszcz [g] 15,4 Węglowodany ogółem [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] 0,2 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 532,1 Białko ogółem [g] 31,6 Tłuszcz [g] 51,9 Węglowodany ogółem [g] 122,2 Błonnik pokarmowy [g] 14,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 13,1 Sól [g] 4 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 495,9 Białko ogółem [g] 22,4 Tłuszcz [g] 17,7 Węglowodany ogółem [g] 64,7 Błonnik pokarmowy [g] 5,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,6 suma cukrów prostych [g] 7,7 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg] 49,7	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 139,2 Białko ogółem [g] 12,9 Tłuszcz [g] 2,4 Węglowodany ogółem [g] 16,8 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,9 suma cukrów prostych [g] 0,3 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg]
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	Składniki	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzynowy 250 ml parówki drobiowe 120 g Pomidor 130 g ketchup 20 g	soki owocowe 200 ml	Zupa selerowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) Pierogi z mięsem 250 g (GLU) Surówka coleslaw 150 g (JAJ) Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka rzeź 60 g (MIĘ) Papryka 130 g	szynka wiejska 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 915	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 970	Waga porcji [g]: 405	Waga porcji [g]: 140
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 849,1 Białko ogółem [g] 24,8 Tłuszcz [g] 43,8 Węglowodany ogółem [g] 98,4 Błonnik pokarmowy [g] 18 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1 suma cukrów prostych [g] 31,8 Sól [g] 3,2 Cholesterol [mg] 118,5	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] Białko ogółem [g] Tłuszcz [g] Węglowodany ogółem [g] Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 596,5 Białko ogółem [g] 33,1 Tłuszcz [g] 52,3 Węglowodany ogółem [g] 139 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 18,7 Sól [g] 4,2 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 452 Białko ogółem [g] 18,9 Tłuszcz [g] 16,8 Węglowodany ogółem [g] 62 Błonnik pokarmowy [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,4 suma cukrów prostych [g] 8,3 Sól [g] 2,9 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 107,7 Białko ogółem [g] 7,5 Tłuszcz [g] 1,4 Węglowodany ogółem [g] 16,6 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,5 suma cukrów prostych [g] 0,3 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg]

2025-09-22 poniedziałek

		SUMA
Dieta bogatobiałkowa	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 563,5 Białko ogółem [g] 125,6 Tłuszcz [g] 140,4 Węglowodany ogółem [g] 346,3 Błonnik pokarmowy [g] 33 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 suma cukrów prostych [g] 65,6 Sól [g] 11,6 Cholesterol [mg] 204,2
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezzmleczna	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 005,3 Białko ogółem [g] 84,3 Tłuszcz [g] 114,3 Węglowodany ogółem [g] 316 Błonnik pokarmowy [g] 51,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2 suma cukrów prostych [g] 59,1 Sól [g] 11,5 Cholesterol [mg] 155,7

2025-09-22 poniedziałek

		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 Owoc 130 g płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Szyunka staropolska 60 g (MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Pierogi z mięsem 250 g (GLU) Bukiet warzyw 150 g Kompot ow ocowy 250 ml Zupa selerowa 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 Pomidor bs 130 g Schab pieczony w ziołach 60 g (MIE)	szynka wiejska 30 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 720		Waga porcji [g]: 970	Waga porcji [g]: 350	Waga porcji [g]: 140
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 772,5 Białko ogółem [g] 39,2 Tłuszcz [g] 18,8 Węglowodany ogółem [g] 116,7 Błonnik pokarmowy [g] 10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,2 suma cukrów prostych [g] 31,8 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 78,8		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 514,9 Białko ogółem [g] 31,1 Tłuszcz [g] 51,9 Węglowodany ogółem [g] 118,1 Błonnik pokarmowy [g] 14 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 12,3 Sól [g] 4 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 441,7 Białko ogółem [g] 23,3 Tłuszcz [g] 11,4 Węglowodany ogółem [g] 63,7 Błonnik pokarmowy [g] 3,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5 suma cukrów prostych [g] 6,2 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg] 37,6	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 107,7 Białko ogółem [g] 7,5 Tłuszcz [g] 1,4 Węglowodany ogółem [g] 16,6 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,5 suma cukrów prostych [g] 0,3 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg]
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Składniki	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Płatki ryżowe na wodzie 250 ml Szyunka staropolska 60 g (MIE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		potrawka warzywna z tofu 160 g Bukiet warzyw 150 g Kompot ow ocowy 250 ml Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Ryż gotowy any 180 g	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g
		Waga porcji [g]: 820		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 380	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 612,4 Białko ogółem [g] 30,9 Tłuszcz [g] 14,2 Węglowodany ogółem [g] 94,4 Błonnik pokarmowy [g] 8,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 21,8 Sól [g] 1,4 Cholesterol [mg] 62,8		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 502,5 Białko ogółem [g] 15,7 Tłuszcz [g] 2,7 Węglowodany ogółem [g] 112,2 Błonnik pokarmowy [g] 16,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,3 suma cukrów prostych [g] 17 Sól [g] 0,5 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 472,1 Białko ogółem [g] 31,4 Tłuszcz [g] 9,4 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 3,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,2 suma cukrów prostych [g] 9,6 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg] 14,6	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 7,8 Sól [g] Cholesterol [mg]

2025-09-22 poniedziałek

SUMA	
Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Składniki
	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] 1 836,8 Białko ogółem [g] 101,1 Tłuszcz [g] 83,5 Węglowodany ogółem [g] 315,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,8 suma cukrów prostych [g] 50,6 Sól [g] 8,2 Cholesterol [mg] 116,4
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Składniki
	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] 1 627 Białko ogółem [g] 78,3 Tłuszcz [g] 26,6 Węglowodany ogółem [g] 283,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,3 suma cukrów prostych [g] 56,2 Sól [g] 3 Cholesterol [mg] 77,4

2025-09-22 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta papkowata	Składniki	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 20 g		Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) potrawka warzywna z tofu zmiksowana 160 g ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobniony ch 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 751		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 390	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 020,8 Białko ogółem [g] 35 Tłuszcz [g] 41,3 Węglowodany ogółem [g] 132,6 Błonnik pokarmowy [g] 10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 suma cukrów prostych [g] 45,2 Sól [g] 3,1 Cholesterol [mg] 112,2		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 554,1 Białko ogółem [g] 23,5 Tłuszcz [g] 3,6 Węglowodany ogółem [g] 123,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,4 suma cukrów prostych [g] 35 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg] 55,9	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 582,7 Białko ogółem [g] 30,1 Tłuszcz [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 3,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,5 suma cukrów prostych [g] 9,6 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg] 55,9	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 76,5 Białko ogółem [g] 5,1 Tłuszcz [g] 3 Węglowodany ogółem [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]
Dieta papkowata bez cukru	Składniki	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 20 g	soki owocowe 200 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) potrawka warzywna z tofu zmiksowana 160 g ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobniony ch 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 751	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 390	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 020,8 Białko ogółem [g] 35 Tłuszcz [g] 41,3 Węglowodany ogółem [g] 132,6 Błonnik pokarmowy [g] 10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 suma cukrów prostych [g] 45,2 Sól [g] 3,1 Cholesterol [mg] 112,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] Białko ogółem [g] Tłuszcz [g] Węglowodany ogółem [g] Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 554,1 Białko ogółem [g] 23,5 Tłuszcz [g] 3,6 Węglowodany ogółem [g] 123,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,4 suma cukrów prostych [g] 35 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 582,7 Białko ogółem [g] 30,1 Tłuszcz [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 3,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,5 suma cukrów prostych [g] 9,6 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg] 55,9	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 76,5 Białko ogółem [g] 5,1 Tłuszcz [g] 3 Węglowodany ogółem [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]

2025-09-22 poniedziałek

		SUMA
Dieta papkowata	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 234,1 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 330,4 Błonnik pokarmowy [g] 45,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 suma cukrów prostych [g] 89,8 Sól [g] 5,4 Cholesterol [mg] 168,1
Dieta papkowata bez cukru	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 234,1 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 330,4 Błonnik pokarmowy [g] 45,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 suma cukrów prostych [g] 89,8 Sól [g] 5,4 Cholesterol [mg] 168,1

2025-09-22 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta płynna wzmocniona	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		Zupa selerowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot ow ocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 500		Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 150
	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] 428,2 Białko ogółem [g] 9,4 Tłuszcz [g] 10,5 Węglowodany ogółem [g] 80,2 Błonnik pokarmowy [g] 12,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,8 suma cukrów prostych [g] 10,2 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg]	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] 76,5 Białko ogółem [g] 5,1 Tłuszcz [g] 3 Węglowodany ogółem [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]
Dieta płynna wzmocniona bez cukru	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	soki owocowe 200 ml	Zupa selerowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot ow ocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 150
	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] Białko ogółem [g] Tłuszcz [g] Węglowodany ogółem [g] Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 428,2 Białko ogółem [g] 9,4 Tłuszcz [g] 10,5 Węglowodany ogółem [g] 80,2 Błonnik pokarmowy [g] 12,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,8 suma cukrów prostych [g] 10,2 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg]	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] 76,5 Białko ogółem [g] 5,1 Tłuszcz [g] 3 Węglowodany ogółem [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]
Dieta eliminacyjna wegetariańska	Składniki	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Wędlina wege 60 g Pomidor 130 g	soki owocowe 200 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) potrawka warzywna z tofu 160 g Kompot ow ocowy 250 ml Ryż gotow any 180 g Kalafior gotowany 150 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Papryka 130 g	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 1 020	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 480	Waga porcji [g]: 150

2025-09-22 poniedziałek

		SUMA
Dieta płynna wzmocniona	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 691,5 Białko ogółem [g] 64,9 Tłuszcz [g] 69,3 Węglowodany ogółem [g] 218,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 suma cukrów prostych [g] 60,8 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 433,2
Dieta płynna wzmocniona bez cukru	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 691,5 Białko ogółem [g] 64,9 Tłuszcz [g] 69,3 Węglowodany ogółem [g] 218,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 suma cukrów prostych [g] 60,8 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 433,2
Dieta eliminacyjna wegetariańska	Składniki	

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
2025-09-22 poniedziałek	Dieta eliminacyjna wegetariańska	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 901,6 Białko ogółem [g] 32,2 Tłuszcz [g] 29,3 Węglowodany ogółem [g] 133,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,5 suma cukrów prostych [g] 48,8 Sól [g] 3,6 Cholesterol [mg] 73,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] Białko ogółem [g] Tłuszcz [g] Węglowodany ogółem [g] Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 488,2 Białko ogółem [g] 16,3 Tłuszcz [g] 2,5 Węglowodany ogółem [g] 107,2 Błonnik pokarmowy [g] 14,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,3 suma cukrów prostych [g] 13,7 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 502 Białko ogółem [g] 22,4 Tłuszcz [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 66,5 Błonnik pokarmowy [g] 8,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,7 suma cukrów prostych [g] 10,2 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg] 49,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 76,5 Białko ogółem [g] 5,1 Tłuszcz [g] 3 Węglowodany ogółem [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Składniki Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Sok wielowarzywny 250 ml płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) parówki drobiowe 120 g Pomidor bs 130 g ketchup 20 g		Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) potrawka warzywna z tofu 160 g Ryż gotowany 180 g Kalałior gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Papryka 130 g	szynka wiejska 30 g (MIE) Pieczywo bezglutenowe 30 g
		Waga porcji [g]: 880		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 380	Waga porcji [g]: 140
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 973 Białko ogółem [g] 26,7 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 73,3 Błonnik pokarmowy [g] 9,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 suma cukrów prostych [g] 34,4 Sól [g] 2,7 Cholesterol [mg] 134,5		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 488,2 Białko ogółem [g] 16,3 Tłuszcz [g] 2,5 Węglowodany ogółem [g] 107,2 Błonnik pokarmowy [g] 14,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,3 suma cukrów prostych [g] 13,7 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 438,8 Białko ogółem [g] 15,9 Tłuszcz [g] 36,5 Węglowodany ogółem [g] 14,9 Błonnik pokarmowy [g] 3,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,4 suma cukrów prostych [g] 9 Sól [g] 0,1 Cholesterol [mg] 49,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 85,5 Białko ogółem [g] 5,4 Tłuszcz [g] 7 Węglowodany ogółem [g] 0,7 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,4 suma cukrów prostych [g] Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg]
		Waga porcji [g]: 680		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 350	Waga porcji [g]: 150
	Dieta niskobiałkowa	Składniki Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta z zielonego groszku 60 g Pomidor bs 130 g		potrawka warzywna z tofu 160 g Kompot owocowy 250 ml Bukiet warzyw 150 g Ryż gotowany 150 g Zupa selerowa 300 ml	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta warzywna z marchewką i pieruszką 60 g Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g

2025-09-22 poniedziałek			
Dieta eliminacyjna wegetariańska	Wartość odżywcza w porcji	SUMA	
		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 968,3 Białko ogółem [g] 76 Tłuszcz [g] 52,9 Węglowodany ogółem [g] 314,3 Błonnik pokarmowy [g] 44 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 suma cukrów prostych [g] 72,7 Sól [g] 5,2 Cholesterol [mg] 122,9	
Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Składniki		
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 985,5 Białko ogółem [g] 64,3 Tłuszcz [g] 112,7 Węglowodany ogółem [g] 196,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 suma cukrów prostych [g] 57,1 Sól [g] 4,1 Cholesterol [mg] 184,2	
Dieta niskobiałkowa	Składniki		

2025-09-22 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta niskobiałkowa	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 533,2 Białko ogółem [g] 12,7 Tłuszcz [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 87,4 Błonnik pokarmowy [g] 11,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,4 suma cukrów prostych [g] 26,4 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 37,2		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 335,6 Białko ogółem [g] 11,1 Tłuszcz [g] 2,1 Węglowodany ogółem [g] 72,9 Błonnik pokarmowy [g] 9,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 11,1 Sól [g] 0,3 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 481 Białko ogółem [g] 12,2 Tłuszcz [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 74,9 Błonnik pokarmowy [g] 11,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,2 suma cukrów prostych [g] 14,9 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 7,8 Sól [g] Cholesterol [mg]
	Składniki	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIE) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	soki owocowe 200 ml	Pierogi z mięsem 250 g (GLU) Bukiet warzyw 150 g Kompot ow. ocowy 250 ml Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Schab pieczony w ziołach 60 g (MIE) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 30 g (MIE) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 770	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 970	Waga porcji [g]: 350	Waga porcji [g]: 140
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 971,1 Białko ogółem [g] 47,7 Tłuszcz [g] 32 Węglowodany ogółem [g] 128,2 Błonnik pokarmowy [g] 9,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 suma cukrów prostych [g] 44 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 123,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] Białko ogółem [g] Tłuszcz [g] Węglowodany ogółem [g] Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 532,1 Białko ogółem [g] 31,6 Tłuszcz [g] 51,9 Węglowodany ogółem [g] 122,2 Błonnik pokarmowy [g] 14,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 13,1 Sól [g] 4 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 516,5 Białko ogółem [g] 23,4 Tłuszcz [g] 19,6 Węglowodany ogółem [g] 63,8 Błonnik pokarmowy [g] 3,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,4 suma cukrów prostych [g] 6,2 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg] 62,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 107,7 Białko ogółem [g] 7,5 Tłuszcz [g] 1,4 Węglowodany ogółem [g] 16,6 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,5 suma cukrów prostych [g] 0,3 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg]
	Składniki	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta z ciecierzycy z kalaflorem 60 g Pomidor 130 g	soki owocowe 200 ml	potrawka warzywna z tofu 160 g Kompot owocowy 250 ml Zupa selerowa 350 ml Bukiet warzyw 150 g Ryż gotowany 180 g	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z cukiinii 60 g Papryka 130 g	Mus owocowy 150 g
		Waga porcji [g]: 775	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 345	Waga porcji [g]: 150
Dieta eliminacyjna wegańska	Wartość odżywcza w porcji					
	Składniki					

2025-09-22 poniedziałek	
Dieta niskobiałkowa	SUMA
	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 389,8 Białko ogółem [g] 36,3 Tłuszcz [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 244,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8 suma cukrów prostych [g] 60,2 Sól [g] 2,4 Cholesterol [mg] 74,4
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Składniki
	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 127,4 Białko ogółem [g] 110,2 Tłuszcz [g] 104,9 Węglowodany ogółem [g] 330,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 suma cukrów prostych [g] 63,6 Sól [g] 8,5 Cholesterol [mg] 186
Dieta eliminacyjna wegańska	Składniki

2025-09-22 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta eliminacyjna wegańska	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 137,3 Białko ogółem [g] 43,6 Tłuszcz [g] 26,6 Węglowodany ogółem [g] 193,2 Błonnik pokarmowy [g] 40,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,7 suma cukrów prostych [g] 38,5 Sól [g] 1,4 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] Białko ogółem [g] Tłuszcz [g] Węglowodany ogółem [g] Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 382,2 Białko ogółem [g] 12 Tłuszcz [g] 2,2 Węglowodany ogółem [g] 83,6 Błonnik pokarmowy [g] 9,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 11,2 Sól [g] 0,3 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 558 Białko ogółem [g] 17,4 Tłuszcz [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 86,3 Błonnik pokarmowy [g] 10,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,5 suma cukrów prostych [g] 23,6 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 7,8 Sól [g] Cholesterol [mg]
	Składniki	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) Pomidor 130 g parówki drobiowe 120 g ketchup 20 g		Zupa grochowa 350 ml (SEL, ROŚ) Pierogi z mięsem 250 g (GLU) Kalałior gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Papryka 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) szynka wiejska 30 g (MIĘ)
		Waga porcji [g]: 1 010		Waga porcji [g]: 970	Waga porcji [g]: 380	Waga porcji [g]: 140
Dieta bogatoresztkowa	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 162,1 Białko ogółem [g] 41,8 Tłuszcz [g] 53,6 Węglowodany ogółem [g] 138,2 Błonnik pokarmowy [g] 19,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 suma cukrów prostych [g] 50,6 Sól [g] 4,2 Cholesterol [mg] 154,5		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 733,2 Białko ogółem [g] 45,3 Tłuszcz [g] 52,5 Węglowodany ogółem [g] 159,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 10,3 Sól [g] 3,8 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 485,8 Białko ogółem [g] 21,8 Tłuszcz [g] 18,2 Węglowodany ogółem [g] 64,4 Błonnik pokarmowy [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,7 suma cukrów prostych [g] 10,6 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg] 49,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 99,6 Białko ogółem [g] 7,2 Tłuszcz [g] 1,5 Węglowodany ogółem [g] 15,5 Błonnik pokarmowy [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,5 suma cukrów prostych [g] 0,5 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg]
	Składniki	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Płatki ryżowe na wodzie 250 ml Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g ketchup 20 g		Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (SEL) potrawka warzywna z tofu 160 g Bukiet warzyw 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowany 150 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g	szynka wiejska 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 900		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 440	Waga porcji [g]: 140

2025-09-22 poniedziałek			
Dieta eliminacyjna wegańska		SUMA	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 117,5 Białko ogółem [g] 73,3 Tłuszcz [g] 47,2 Węglowodany ogółem [g] 372,8 Błonnik pokarmowy [g] 62,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 suma cukrów prostych [g] 81,1 Sól [g] 2,8 Cholesterol [mg] 74,4	
Dieta bogatobiałkowa	Składniki		
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 480,7 Białko ogółem [g] 116,1 Tłuszcz [g] 125,8 Węglowodany ogółem [g] 377,9 Błonnik pokarmowy [g] 53,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 suma cukrów prostych [g] 72 Sól [g] 10,4 Cholesterol [mg] 204,2	
Dieta ubogoproteinowa	Składniki		

2025-09-22 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta ubogoenergetyczna	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 506,1 Białko ogółem [g] 28 Tłuszcz [g] 11 Węglowodany ogółem [g] 78,4 Błonnik pokarmowy [g] 9,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,9 suma cukrów prostych [g] 21,9 Sól [g] 1,4 Cholesterol [mg] 62,8		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 438,7 Białko ogółem [g] 14,3 Tłuszcz [g] 2,5 Węglowodany ogółem [g] 97,4 Błonnik pokarmowy [g] 15 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,3 suma cukrów prostych [g] 16,1 Sól [g] 0,5 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 355,9 Białko ogółem [g] 28,3 Tłuszcz [g] 6,1 Węglowodany ogółem [g] 49,3 Błonnik pokarmowy [g] 4,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,3 suma cukrów prostych [g] 8,4 Sól [g] 0,9 Cholesterol [mg] 14,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 107,7 Białko ogółem [g] 7,5 Tłuszcz [g] 1,4 Węglowodany ogółem [g] 16,6 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,5 suma cukrów prostych [g] 0,3 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg]
	Składniki	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/m 350 ml (SEL) potrawka warzywna z tofu zmiksowana 160 g ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobniony ch 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z marchewki 110 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Mus owocowy 150 g
		Waga porcji [g]: 631		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 420	Waga porcji [g]: 150
Dieta papkowata bezmleczna	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 697,9 Białko ogółem [g] 17,8 Tłuszcz [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 90,5 Błonnik pokarmowy [g] 8,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14 suma cukrów prostych [g] 25,2 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 76,2		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 624,3 Białko ogółem [g] 26,1 Tłuszcz [g] 4 Węglowodany ogółem [g] 140,6 Błonnik pokarmowy [g] 38,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,4 suma cukrów prostych [g] 40,3 Sól [g] 1,4 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 476,8 Białko ogółem [g] 10,7 Tłuszcz [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 73,9 Błonnik pokarmowy [g] 8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,4 suma cukrów prostych [g] 12,1 Sól [g] 1,3 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 7,8 Sól [g] Cholesterol [mg]
	Składniki	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) płatki ryżowe na mleku 250 ml (BIA) parówki rozdrobnione 2 szt pomidor bs rozdrobniony 130 g ketchup 20 g	soki owocowe 200 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (SEL) potrawka warzywna z tofu zmiksowana 160 g ziemniaki puree 180 g bukiet warzyw rozdrobniony ch 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twarożek 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 751	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 390	Waga porcji [g]: 150

2025-09-22 poniedziałek			
Dieta ubogoenergetyczna	Wartość odżywcza w porcji	SUMA	
		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 408,4 Białko ogółem [g] 78,1 Tłuszcz [g] 21 Węglowodany ogółem [g] 241,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9 suma cukrów prostych [g] 46,7 Sól [g] 4 Cholesterol [mg] 77,4	
Dieta papkowa bezmleczna	Składniki		
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 839 Białko ogółem [g] 54,9 Tłuszcz [g] 53 Węglowodany ogółem [g] 314,7 Błonnik pokarmowy [g] 56,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 suma cukrów prostych [g] 85,4 Sól [g] 4,6 Cholesterol [mg] 113,4	
Dieta papkowa bogatobiałkowa	Składniki		

2025-09-22 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta papkowa bogatobiałkowa	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 020,8 Białko ogółem [g] 35 Tłuszcz [g] 41,3 Węglowodany ogółem [g] 132,6 Błonnik pokarmowy [g] 10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 suma cukrów prostych [g] 45,2 Sól [g] 3,1 Cholesterol [mg] 112,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] Białko ogółem [g] Tłuszcz [g] Węglowodany ogółem [g] Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 554,1 Białko ogółem [g] 23,5 Tłuszcz [g] 3,6 Węglowodany ogółem [g] 123,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,4 suma cukrów prostych [g] 35 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 582,7 Białko ogółem [g] 30,1 Tłuszcz [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 67,6 Błonnik pokarmowy [g] 3,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,5 suma cukrów prostych [g] 9,6 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg] 55,9	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 76,5 Białko ogółem [g] 5,1 Tłuszcz [g] 3 Węglowodany ogółem [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]
	Składniki	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL)		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	Mus owocowy 150 g
		Waga porcji [g]: 350		Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 150
Dieta płynna wzmocniona bezzmleczna	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 447,5 Białko ogółem [g] 18,7 Tłuszcz [g] 16,1 Węglowodany ogółem [g] 66,3 Błonnik pokarmowy [g] 18,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,3 suma cukrów prostych [g] 17,9 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg] 29,1		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 428,2 Białko ogółem [g] 9,4 Tłuszcz [g] 10,5 Węglowodany ogółem [g] 80,2 Błonnik pokarmowy [g] 12,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,8 suma cukrów prostych [g] 10,2 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg]	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] 40 Białko ogółem [g] 0,3 Tłuszcz [g] 0,3 Węglowodany ogółem [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 1,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 7,8 Sól [g] Cholesterol [mg]
	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	soki owocowe 200 ml	Zupa selerowa z ziemniakami wzmocniona 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 150
Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa	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] Białko ogółem [g] Tłuszcz [g] Węglowodany ogółem [g] Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 428,2 Białko ogółem [g] 9,4 Tłuszcz [g] 10,5 Węglowodany ogółem [g] 80,2 Błonnik pokarmowy [g] 12,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,8 suma cukrów prostych [g] 10,2 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg]	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] 76,5 Białko ogółem [g] 5,1 Tłuszcz [g] 3 Węglowodany ogółem [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] Sól [g] Cholesterol [mg]
	Składniki					

2025-09-22 poniedziałek	Dieta papkowa bogatobiałkowa	Wartość odżywcza w porcji	SUMA
			Wartość energetyczna[kcal] 2 234,1 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 330,4 Błonnik pokarmowy [g] 45,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 suma cukrów prostych [g] 89,8 Sól [g] 5,4 Cholesterol [mg] 168,1
	Dieta płynna wzmocniona beznleczna	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] 1 441,7 Białko ogółem [g] 47,4 Tłuszcz [g] 51,1 Węglowodany ogółem [g] 223,8 Błonnik pokarmowy [g] 52,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 suma cukrów prostych [g] 54,3 Sól [g] 1,8 Cholesterol [mg] 29,1
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] 1 691,5 Białko ogółem [g] 64,9 Tłuszcz [g] 69,3 Węglowodany ogółem [g] 218,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 suma cukrów prostych [g] 60,8 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 433,2