

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
2025.09-04 czwartek	Dieta podstawowa	Składniki		Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 350 g (SEL) Schab pieczony 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Surówka coleslaw 150 g (JAJ)	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 jaja gotowane 60 g Pomidor 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Filet kruchy 30 g (MIE)
		Waga porcji [g]: 830		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 600	Waga porcji [g]: 150
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wartość odżywcza w porcji		Wartość energetyczna[kcal] 636,4 Białko ogółem [g] 49,8 Tłuszcz [g] 12,3 Węglowodany ogółem [g] 89 Błonnik pokarmowy [g] 15,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 17,1 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg] 81,7	Wartość energetyczna[kcal] 509,4 Białko ogółem [g] 17,5 Tłuszcz [g] 20,5 Węglowodany ogółem [g] 68,9 Błonnik pokarmowy [g] 9,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,5 suma cukrów prostych [g] 11 Sól [g] 1,4 Cholesterol [mg] 253,2	Wartość energetyczna[kcal] 106,2 Białko ogółem [g] 7,8 Tłuszcz [g] 0,8 Węglowodany ogółem [g] 17,4 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 0,3 Sól [g] 1 Cholesterol [mg]
		Waga porcji [g]: 830	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 150

		SUMA
2025.09-04 czwartek	Dieta podstawowa	Składniki
		Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] 1 977,1 Białko ogółem [g] 111,5 Tłuszcz [g] 58,9 Węglowodany ogółem [g] 272,2 Błonnik pokarmowy [g] 41,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 suma cukrów prostych [g] 57,5 Sól [g] 6,6 Cholesterol [mg] 391,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Składniki
		Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] 2 102,7 Białko ogółem [g] 117,5 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 291,3 Błonnik pokarmowy [g] 47,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 suma cukrów prostych [g] 74 Sól [g] 6,8 Cholesterol [mg] 406,6

2025.09-04 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta łatwostrawna	Składniki	Kajzerka 2 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) Pomidor bs 130 g Szyńka w siatce 60 g (MIĘ)		Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA , GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 90 g (JAJ) Pomidor 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Filet kruchy 30 g (MIĘ)
		Waga porcji [g]: 731		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 490	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 058 Białko ogółem [g] 43,2 Tłuszcz [g] 30 Węglowodany ogółem [g] 167,7 Błonnik pokarmowy [g] 15,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,7 suma cukrów prostych [g] 32,7 Sól [g] 4,4 Cholesterol [mg] 56,7		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 793,2 Białko ogółem [g] 54,7 Tłuszcz [g] 11,2 Węglowodany ogółem [g] 127 Błonnik pokarmowy [g] 19,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,7 suma cukrów prostych [g] 27,6 Sól [g] 1 Cholesterol [mg] 75,4	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 700,8 Białko ogółem [g] 34,4 Tłuszcz [g] 32,4 Węglowodany ogółem [g] 72,6 Błonnik pokarmowy [g] 8,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,1 suma cukrów prostych [g] 11,4 Sól [g] 1,8 Cholesterol [mg] 685,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 106,2 Białko ogółem [g] 7,8 Tłuszcz [g] 0,8 Węglowodany ogółem [g] 17,4 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 0,3 Sól [g] 1 Cholesterol [mg]
Dieta łatwostrawna bezmleczna	Składniki	Kajzerka 2 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Szyńka w siatce 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny b/m 50 g (GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 110 g (JAJ) Pomidor 130 g	Filet kruchy 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 636		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 495	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 905,9 Białko ogółem [g] 31 Tłuszcz [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 149,2 Błonnik pokarmowy [g] 10,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,9 suma cukrów prostych [g] 25,7 Sól [g] 4,1 Cholesterol [mg] 37,2		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 754,5 Białko ogółem [g] 56,3 Tłuszcz [g] 16,8 Węglowodany ogółem [g] 100,6 Błonnik pokarmowy [g] 14,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,2 suma cukrów prostych [g] 22,9 Sól [g] 0,8 Cholesterol [mg] 103,3	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 759,6 Białko ogółem [g] 39,7 Tłuszcz [g] 36,3 Węglowodany ogółem [g] 73,2 Błonnik pokarmowy [g] 8,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3 suma cukrów prostych [g] 11,5 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 829,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 106,2 Białko ogółem [g] 7,8 Tłuszcz [g] 0,8 Węglowodany ogółem [g] 17,4 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 0,3 Sól [g] 1 Cholesterol [mg]

2025.09-04 czwartek

		SUMA
Dieta łatwostrawna	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 658,2 Białko ogółem [g] 140,1 Tłuszcz [g] 74,4 Węglowodany ogółem [g] 384,7 Błonnik pokarmowy [g] 45,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 suma cukrów prostych [g] 72 Sól [g] 8,2 Cholesterol [mg] 817,3
Dieta łatwostrawna bezmleczna	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 526,2 Białko ogółem [g] 134,8 Tłuszcz [g] 76,7 Węglowodany ogółem [g] 340,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 60,4 Sól [g] 7,8 Cholesterol [mg] 969,7

2025-09-04 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Data bogatobiałkowa	Składniki	Kajzerka 2 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) Pomidor bs 130 g Szynka w siatce 60 g (MIĘ)	Koktajl mleczno owocowy 250 ml (BIA)	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 110 g (JAJ) Pomidor 130 g	Filet kruchy 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 731	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 490	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 058 Białko ogółem [g] 43,2 Tłuszcz [g] 30 Węglowodany ogółem [g] 167,7 Błonnik pokarmowy [g] 15,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,7 suma cukrów prostych [g] 32,7 Sól [g] 4,4 Cholesterol [mg] 56,7	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 149,9 Białko ogółem [g] 7 Tłuszcz [g] 4 Węglowodany ogółem [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 1,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,3 suma cukrów prostych [g] 15,9 Sól [g] 0,2 Cholesterol [mg] 15	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 754,5 Białko ogółem [g] 56,3 Tłuszcz [g] 16,8 Węglowodany ogółem [g] 100,6 Błonnik pokarmowy [g] 14,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,2 suma cukrów prostych [g] 22,9 Sól [g] 0,8 Cholesterol [mg] 103,3	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 759,6 Białko ogółem [g] 39,7 Tłuszcz [g] 36,3 Węglowodany ogółem [g] 73,2 Błonnik pokarmowy [g] 8,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3 suma cukrów prostych [g] 11,5 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 829,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 106,2 Białko ogółem [g] 7,8 Tłuszcz [g] 0,8 Węglowodany ogółem [g] 17,4 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 0,3 Sól [g] 1 Cholesterol [mg]
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów beznmleczna	Składniki	bulka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Szynka w siatce 60 g (MIĘ) Ogórek świeży 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 350 g (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka coleslaw 150 g (JAJ) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny b/m 50 g (GLU)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 110 g (JAJ) Pomidor 130 g	Filet kruchy 30 g (MIĘ) pieczywo żytnie 30 g (ŻYT)
		Waga porcji [g]: 735	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 495	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 572,9 Białko ogółem [g] 24,2 Tłuszcz [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 78,4 Błonnik pokarmowy [g] 10,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,6 suma cukrów prostych [g] 22,1 Sól [g] 3,2 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] 636,4 Białko ogółem [g] 49,8 Tłuszcz [g] 12,3 Węglowodany ogółem [g] 89 Błonnik pokarmowy [g] 15,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 17,1 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg] 81,7	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 732,6 Białko ogółem [g] 38,6 Tłuszcz [g] 36,5 Węglowodany ogółem [g] 69,6 Błonnik pokarmowy [g] 13,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3 suma cukrów prostych [g] 12,1 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 829,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 98,1 Białko ogółem [g] 7,5 Tłuszcz [g] 0,9 Węglowodany ogółem [g] 16,4 Błonnik pokarmowy [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 0,5 Sól [g] 1 Cholesterol [mg]

2025-09-04 czwartek

		SUMA
Dieta bogatobiałkowa	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 828,2 Białko ogółem [g] 154 Tłuszcz [g] 87,9 Węglowodany ogółem [g] 381,1 Błonnik pokarmowy [g] 41,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,7 suma cukrów prostych [g] 83,3 Sól [g] 8,3 Cholesterol [mg] 1 004,2
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezzmleczna	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 059 Białko ogółem [g] 121 Tłuszcz [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 257,5 Błonnik pokarmowy [g] 43,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 suma cukrów prostych [g] 54,6 Sól [g] 6,9 Cholesterol [mg] 948,1

2025.09-04 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Składniki	Kajzerka 2 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt naturalny 150 g (BIA) Szynka w siatce 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot ow ocowy 250 ml Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 300 g (SEL)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor 130 g Filet kruchy 60 g (MIĘ)	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 551		Waga porcji [g]: 1 040	Waga porcji [g]: 430	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 857,3 Białko ogółem [g] 36 Tłuszcz [g] 17 Węglowodany ogółem [g] 143,7 Błonnik pokarmowy [g] 7,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,1 suma cukrów prostych [g] 20,7 Sól [g] 4,3 Cholesterol [mg] 24,4		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 636,4 Białko ogółem [g] 50,8 Tłuszcz [g] 9,2 Węglowodany ogółem [g] 94,2 Błonnik pokarmowy [g] 14,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,5 suma cukrów prostych [g] 24 Sól [g] 0,8 Cholesterol [mg] 70,5	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 461,4 Białko ogółem [g] 22,7 Tłuszcz [g] 10 Węglowodany ogółem [g] 73,7 Błonnik pokarmowy [g] 6,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,3 suma cukrów prostych [g] 11,6 Sól [g] 2,4 Cholesterol [mg] 12,4	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 łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Składniki	Kajzerka 2 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt naturalny 150 g (BIA) Szynka w siatce 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Schab pieczony 110 g (MIĘ) Kompot ow ocowy 250 ml Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 300 g (SEL) Buraczki 150 g (GLU) Ziemniaki gotowane 150 g	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIĘ) Pomidor 130 g	Kisiel z jabłkiem 250 ml
		Waga porcji [g]: 551		Waga porcji [g]: 1 040	Waga porcji [g]: 430	Waga porcji [g]: 200
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 857,3 Białko ogółem [g] 36 Tłuszcz [g] 17 Węglowodany ogółem [g] 143,7 Błonnik pokarmowy [g] 7,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,1 suma cukrów prostych [g] 20,7 Sól [g] 4,3 Cholesterol [mg] 24,4		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 604,4 Białko ogółem [g] 50,1 Tłuszcz [g] 9,2 Węglowodany ogółem [g] 86,8 Błonnik pokarmowy [g] 14 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,5 suma cukrów prostych [g] 23,6 Sól [g] 0,8 Cholesterol [mg] 70,5	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 461,4 Białko ogółem [g] 22,7 Tłuszcz [g] 10 Węglowodany ogółem [g] 73,7 Błonnik pokarmowy [g] 6,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,3 suma cukrów prostych [g] 11,6 Sól [g] 2,4 Cholesterol [mg] 12,4	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 52,6 Białko ogółem [g] 0,1 Tłuszcz [g] 0,1 Węglowodany ogółem [g] 13,1 Błonnik pokarmowy [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 9,2 Sól [g] Cholesterol [mg]

2025.09-04 czwartek

		SUMA
Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 031,6 Białko ogółem [g] 114,6 Tłuszcz [g] 39,2 Węglowodany ogółem [g] 318,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,9 suma cukrów prostych [g] 56,3 Sól [g] 7,5 Cholesterol [mg] 107,3
Dieta łatwstrawna z ograniczeniem tłuszczu	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 975,7 Białko ogółem [g] 108,9 Tłuszcz [g] 36,3 Węglowodany ogółem [g] 317,3 Błonnik pokarmowy [g] 28 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,9 suma cukrów prostych [g] 65,1 Sól [g] 7,5 Cholesterol [mg] 107,3

		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 Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) szynka w siatce rozdrobniona 60 g (MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami zmikсовana 350 g (SEL) schab w ziołach rozdrobniony 110 g ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot ow ocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 110 g (JAJ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 790		Waga porcji [g]: 1 030	Waga porcji [g]: 350	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 716,4 Białko ogółem [g] 33,9 Tłuszcz [g] 26,9 Węglowodany ogółem [g] 97,1 Błonnik pokarmowy [g] 12 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,1 suma cukrów prostych [g] 24,4 Sól [g] 3,1 Cholesterol [mg] 56,7		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 496,1 Białko ogółem [g] 14,2 Tłuszcz [g] 6,5 Węglowodany ogółem [g] 101,6 Błonnik pokarmowy [g] 15,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,5 suma cukrów prostych [g] 25,1 Sól [g] 0,6 Cholesterol [mg] 13,6	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 762,5 Białko ogółem [g] 39 Tłuszcz [g] 38,8 Węglowodany ogółem [g] 67 Błonnik pokarmowy [g] 5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 suma cukrów prostych [g] 7 Sól [g] 1,8 Cholesterol [mg] 829,2	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 Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) szynka w siatce rozdrobniona 60 g (MIE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Koktajl mleczno owocowy 250 ml (BIA)	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami zmikсовana 350 g (SEL) schab w ziołach rozdrobniony 110 g ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (GLU) Kompot ow ocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 110 g (JAJ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 790	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 030	Waga porcji [g]: 350	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 716,4 Białko ogółem [g] 33,9 Tłuszcz [g] 26,9 Węglowodany ogółem [g] 97,1 Błonnik pokarmowy [g] 12 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,1 suma cukrów prostych [g] 24,4 Sól [g] 3,1 Cholesterol [mg] 56,7	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 149,9 Białko ogółem [g] 7 Tłuszcz [g] 4 Węglowodany ogółem [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 1,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,3 suma cukrów prostych [g] 15,9 Sól [g] 0,2 Cholesterol [mg] 15	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 496,1 Białko ogółem [g] 14,2 Tłuszcz [g] 6,5 Węglowodany ogółem [g] 101,6 Błonnik pokarmowy [g] 15,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,5 suma cukrów prostych [g] 25,1 Sól [g] 0,6 Cholesterol [mg] 13,6	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 760,9 Białko ogółem [g] 38,8 Tłuszcz [g] 38,8 Węglowodany ogółem [g] 66,7 Błonnik pokarmowy [g] 4,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 suma cukrów prostych [g] 6,9 Sól [g] 1,8 Cholesterol [mg] 829,2	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]

2025-09-04 czwartek

		SUMA
Dieta papkowata	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 051,5 Białko ogółem [g] 92,2 Tłuszcz [g] 75,2 Węglowodany ogółem [g] 272,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 56,5 Sól [g] 5,5 Cholesterol [mg] 899,5
Dieta papkowata bez cukru	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 199,8 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 79,2 Węglowodany ogółem [g] 294,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 suma cukrów prostych [g] 72,3 Sól [g] 5,7 Cholesterol [mg] 914,5

2025-09-04 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta płynna wzmocniona	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami zmiksowana 500 g (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] 171,5 Białko ogółem [g] 6,1 Tłuszcz [g] 0,8 Węglowodany ogółem [g] 39,9 Błonnik pokarmowy [g] 9,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 10,4 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)	Koktajl mleczno owocowy 250 ml (BIA)	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami zmiksowana 500 g (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] 149,9 Białko ogółem [g] 7 Tłuszcz [g] 4 Węglowodany ogółem [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 1,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,3 suma cukrów prostych [g] 15,9 Sól [g] 0,2 Cholesterol [mg] 15	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 171,5 Białko ogółem [g] 6,1 Tłuszcz [g] 0,8 Węglowodany ogółem [g] 39,9 Błonnik pokarmowy [g] 9,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 10,4 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	bulka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) Pasta z brokuła i cukinii 110 g Ogórek świeży 130 g	Koktajl mleczno owocowy 250 ml (BIA)	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 350 g (SEL) Klops z soczewicy 110 g Kompot ow ocowy 250 ml Ziemniaki gotow ane 180 g Surówka colesław 150 g (JAJ)	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 Paszтет z soczewicy 100 g Pomidor 130 g	Serek topiony 30 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)
		Waga porcji [g]: 830	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 040	Waga porcji [g]: 640	Waga porcji [g]: 130

2025-09-04 czwartek			
Dieta płynna wzmocniona	Składniki		SUMA
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 434,8 Białko ogółem [g] 61,6 Tłuszcz [g] 59,6 Węglowodany ogółem [g] 178 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 suma cukrów prostych [g] 61 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 433,2	
Dieta płynna wzmocniona bez cukru	Składniki		
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 584,7 Białko ogółem [g] 68,6 Tłuszcz [g] 63,6 Węglowodany ogółem [g] 200,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3 suma cukrów prostych [g] 76,9 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 448,2	
Dieta eliminacyjna wegetariańska	Składniki		

2025-09-04 czwartek

Dieta eliminacyjna wegetariańska	Wartość odżywcza w porcji	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 688,5 Białko ogółem [g] 27,9 Tłuszcz [g] 23,6 Węglowodany ogółem [g] 101,1 Błonnik pokarmowy [g] 17,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,7 suma cukrów prostych [g] 31,8 Sól [g] 1,8 Cholesterol [mg] 56,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 149,9 Białko ogółem [g] 7 Tłuszcz [g] 4 Węglowodany ogółem [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 1,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,3 suma cukrów prostych [g] 15,9 Sól [g] 0,2 Cholesterol [mg] 15	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 495,8 Białko ogółem [g] 21,3 Tłuszcz [g] 1,2 Węglowodany ogółem [g] 107,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 17,1 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg]	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 516,5 Białko ogółem [g] 16,6 Tłuszcz [g] 14,7 Węglowodany ogółem [g] 85,3 Błonnik pokarmowy [g] 16,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,7 suma cukrów prostych [g] 12,5 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 151,2 Białko ogółem [g] 5,1 Tłuszcz [g] 6,8 Węglowodany ogółem [g] 17,6 Błonnik pokarmowy [g] 1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 0,3 Sól [g] 0,3 Cholesterol [mg]
Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Składniki	Pieczynko bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Sok wielowarzywny 250 ml Jogurt naturalny 150 g (BIA) Szynka w siatce 60 g (MIE) Pomidor bs 130 g		Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 350 g (SEL) Schab pieczony 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka colesław 150 g (JAJ) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny b/g 50 g	Pieczynko bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Pomidor 130 g	Filet kruchy 30 g (MIE) Pieczynko bezglutenowe 30 g
		Waga porcji [g]: 650		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 150
	Dieta niskobiałkowa	Składniki	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 536,9 Białko ogółem [g] 20,3 Tłuszcz [g] 38,2 Węglowodany ogółem [g] 32,2 Błonnik pokarmowy [g] 4,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,9 suma cukrów prostych [g] 21,5 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 49,2		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 581 Białko ogółem [g] 49,2 Tłuszcz [g] 8,1 Węglowodany ogółem [g] 85,6 Błonnik pokarmowy [g] 15 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3 suma cukrów prostych [g] 17,1 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg] 69,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 446,2 Białko ogółem [g] 10,9 Tłuszcz [g] 38,9 Węglowodany ogółem [g] 17,3 Błonnik pokarmowy [g] 4,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,2 suma cukrów prostych [g] 9,8 Sól [g] 0,3 Cholesterol [mg] 253,2
Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 110 g Pomidor bs 130 g				Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 350 g (SEL) Kopytka 200 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Buraczki 150 g (GLU) Sos jarzynowy 50 g (SEL)	Bulka wrocławska 60 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z soczewicy 60 g Pomidor bs 130 g	Kisiel z jabłkiem 250 ml
		Waga porcji [g]: 651		Waga porcji [g]: 990	Waga porcji [g]: 400	Waga porcji [g]: 200

2025-09-04 czwartek			
Dieta eliminacyjna wegetariańska	Wartość odżywcza w porcji	SUMA	
		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 001,9 Białko ogółem [g] 77,9 Tłuszcz [g] 50,3 Węglowodany ogółem [g] 333,9 Błonnik pokarmowy [g] 60,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 suma cukrów prostych [g] 77,6 Sól [g] 3,9 Cholesterol [mg] 108,9	
Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Składniki		
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 648,1 Białko ogółem [g] 86,1 Tłuszcz [g] 91,6 Węglowodany ogółem [g] 136,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 suma cukrów prostych [g] 48,4 Sól [g] 3,7 Cholesterol [mg] 371,7	
Dieta niskobiałkowa	Składniki		

2025-09-04 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta niskobiałkowa	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 532,3 Białko ogółem [g] 13,8 Tłuszcz [g] 17,2 Węglowodany ogółem [g] 85,2 Błonnik pokarmowy [g] 9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,3 suma cukrów prostych [g] 19,4 Sól [g] 1,2 Cholesterol [mg] 37,2		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 561,2 Białko ogółem [g] 16,1 Tłuszcz [g] 5,4 Węglowodany ogółem [g] 120,3 Błonnik pokarmowy [g] 18,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,9 suma cukrów prostych [g] 27,4 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg] 12,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 376,2 Białko ogółem [g] 10,4 Tłuszcz [g] 15,4 Węglowodany ogółem [g] 51,2 Błonnik pokarmowy [g] 7,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9 suma cukrów prostych [g] 6,4 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 52,6 Białko ogółem [g] 0,1 Tłuszcz [g] 0,1 Węglowodany ogółem [g] 13,1 Błonnik pokarmowy [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 9,2 Sól [g] Cholesterol [mg]
	Składniki	Kajzerka 2 szt (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt naturalny 150 g (BIA) Szyunka w siatce 60 g (MIE) Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Koktajl mleczno owocowy 250 ml (BIA)	Schab pieczony 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Sos jasny 50 g (BIA , GLU)	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIE) Pomidor 130 g	Kisiel z jabłkiem 250 ml
		Waga porcji [g]: 751	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 430	Waga porcji [g]: 200
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 018 Białko ogółem [g] 42,9 Tłuszcz [g] 29,7 Węglowodany ogółem [g] 158 Błonnik pokarmowy [g] 14,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,7 suma cukrów prostych [g] 25 Sól [g] 4,4 Cholesterol [mg] 56,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 149,9 Białko ogółem [g] 7 Tłuszcz [g] 4 Węglowodany ogółem [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 1,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,3 suma cukrów prostych [g] 15,9 Sól [g] 0,2 Cholesterol [mg] 15	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 754,5 Białko ogółem [g] 56,3 Tłuszcz [g] 16,8 Węglowodany ogółem [g] 100,6 Błonnik pokarmowy [g] 14,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,2 suma cukrów prostych [g] 22,9 Sól [g] 0,8 Cholesterol [mg] 103,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 536,2 Białko ogółem [g] 22,8 Tłuszcz [g] 18,3 Węglowodany ogółem [g] 73,8 Błonnik pokarmowy [g] 6,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,7 suma cukrów prostych [g] 11,7 Sól [g] 2,4 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 52,6 Białko ogółem [g] 0,1 Tłuszcz [g] 0,1 Węglowodany ogółem [g] 13,1 Błonnik pokarmowy [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 9,2 Sól [g] Cholesterol [mg]
	Składniki	Kajzerka 2 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 110 g Ogórek świeży 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 350 g (SEL) Buraczki 150 g (GLU) Klops z soczewicy 110 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 Pomidor 130 g	Kisiel z jabłkiem 250 ml
		Waga porcji [g]: 636	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 040	Waga porcji [g]: 485	Waga porcji [g]: 200
Dieta eliminacyjna wegańska						

2025-09-04 czwartek	
Dieta niskobiałkowa	SUMA
	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 522,3 Białko ogółem [g] 40,4 Tłuszcz [g] 38,1 Węglowodany ogółem [g] 269,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 suma cukrów prostych [g] 62,4 Sól [g] 2,6 Cholesterol [mg] 86,8
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Składniki
	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 511,2 Białko ogółem [g] 129,1 Tłuszcz [g] 68,9 Węglowodany ogółem [g] 367,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 suma cukrów prostych [g] 84,7 Sól [g] 7,8 Cholesterol [mg] 212,2
Dieta eliminacyjna wegańska	Składniki

2025-09-04 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta eliminacyjna wegańska	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 867,3 Białko ogółem [g] 22,5 Tłuszcz [g] 21 Węglowodany ogółem [g] 152,9 Błonnik pokarmowy [g] 11,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,1 suma cukrów prostych [g] 27,2 Sól [g] 2,4 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] 568,3 Białko ogółem [g] 23,6 Tłuszcz [g] 2,3 Węglowodany ogółem [g] 120,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 suma cukrów prostych [g] 25 Sól [g] 0,6 Cholesterol [mg] 1,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 567,3 Białko ogółem [g] 18 Tłuszcz [g] 17,6 Węglowodany ogółem [g] 88,5 Błonnik pokarmowy [g] 12,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,5 suma cukrów prostych [g] 13,2 Sól [g] 1,1 Cholesterol [mg] 37,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 52,6 Białko ogółem [g] 0,1 Tłuszcz [g] 0,1 Węglowodany ogółem [g] 13,1 Błonnik pokarmowy [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 9,2 Sól [g] Cholesterol [mg]
	Składniki	bulka żytnia 100 g (GLU , ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) Ogórek świeży 130 g Szynka w siatce 60 g (MIE)		Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 350 g (SEL) Schab pieczony 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka coleslaw 150 g (JAJ) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA , GLU)	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Filet kruchy 30 g (MIE)
Dieta bogatoresztkowa		Waga porcji [g]: 850		Waga porcji [g]: 1 090	Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 150
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 685,1 Białko ogółem [g] 36 Tłuszcz [g] 25 Węglowodany ogółem [g] 87,2 Błonnik pokarmowy [g] 14,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,4 suma cukrów prostych [g] 21,4 Sól [g] 3,5 Cholesterol [mg] 56,7		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 636,4 Białko ogółem [g] 49,8 Tłuszcz [g] 12,3 Węglowodany ogółem [g] 89 Błonnik pokarmowy [g] 15,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 17,1 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg] 81,7	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 493,2 Białko ogółem [g] 16,8 Tłuszcz [g] 20,6 Węglowodany ogółem [g] 66,8 Błonnik pokarmowy [g] 12,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,5 suma cukrów prostych [g] 11,4 Sól [g] 1,4 Cholesterol [mg] 253,2	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 98,1 Białko ogółem [g] 7,5 Tłuszcz [g] 0,9 Węglowodany ogółem [g] 16,4 Błonnik pokarmowy [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,2 suma cukrów prostych [g] 0,5 Sól [g] 1 Cholesterol [mg]
Dieta ubogoenergetyczna	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 Jogurt naturalny 150 g (BIA) Szynka w siatce 60 g (MIE) Pomidor bs 130 g		Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 350 g (SEL) Schab pieczony 100 g (MIE) Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIE) Pomidor 130 g	Kefir 150 ml (BIA)
		Waga porcji [g]: 630		Waga porcji [g]: 1 040	Waga porcji [g]: 490	Waga porcji [g]: 150

2025-09-04 czwartek			
Dieta eliminacyjna wegańska		SUMA	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 074,5 Białko ogółem [g] 65,1 Tłuszcz [g] 41,2 Węglowodany ogółem [g] 378,9 Błonnik pokarmowy [g] 50,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 suma cukrów prostych [g] 77,4 Sól [g] 4,1 Cholesterol [mg] 75,6	
Dieta bogatobiałkowa	Składniki		
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 912,8 Białko ogółem [g] 110,1 Tłuszcz [g] 58,8 Węglowodany ogółem [g] 259,4 Błonnik pokarmowy [g] 44,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 suma cukrów prostych [g] 50,4 Sól [g] 6,6 Cholesterol [mg] 391,6	
Dieta ubogoproteinowa	Składniki		

2025-09-04 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Dieta ubogoenergetyczna	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 481,1 Białko ogółem [g] 24,4 Tłuszcz [g] 11,1 Węglowodany ogółem [g] 74,5 Błonnik pokarmowy [g] 7,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 26,8 Sól [g] 2,8 Cholesterol [mg] 24,4		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 634,2 Białko ogółem [g] 48 Tłuszcz [g] 8,6 Węglowodany ogółem [g] 98,2 Błonnik pokarmowy [g] 15,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,3 suma cukrów prostych [g] 25 Sól [g] 0,8 Cholesterol [mg] 64,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 345,2 Białko ogółem [g] 19,6 Tłuszcz [g] 6,7 Węglowodany ogółem [g] 55,5 Błonnik pokarmowy [g] 6,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,4 suma cukrów prostych [g] 10,4 Sól [g] 2,1 Cholesterol [mg] 12,4	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	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml szynka w siatce rozdrobniona 60 g (<i>MIĘ</i>) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami zmięksowana 350 g (<i>SEL</i>) schab w ziołach rozdrobniony 110 g ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny b/m 50 g (<i>GLU</i>)	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 110 g (<i>JAJ</i>) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Kisiel z jabłkiem 250 ml
Dieta papkowata bezmleczna		Waga porcji [g]: 690		Waga porcji [g]: 1 030	Waga porcji [g]: 350	Waga porcji [g]: 200
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 564,3 Białko ogółem [g] 21,8 Tłuszcz [g] 19,6 Węglowodany ogółem [g] 78,7 Błonnik pokarmowy [g] 6,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,3 suma cukrów prostych [g] 17,4 Sól [g] 2,8 Cholesterol [mg] 37,2		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 496,1 Białko ogółem [g] 14,2 Tłuszcz [g] 6,5 Węglowodany ogółem [g] 101,6 Błonnik pokarmowy [g] 15,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,5 suma cukrów prostych [g] 25,1 Sól [g] 0,6 Cholesterol [mg] 13,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 760,9 Białko ogółem [g] 38,8 Tłuszcz [g] 38,8 Węglowodany ogółem [g] 66,7 Błonnik pokarmowy [g] 4,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 suma cukrów prostych [g] 6,9 Sól [g] 1,8 Cholesterol [mg] 829,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 52,6 Białko ogółem [g] 0,1 Tłuszcz [g] 0,1 Węglowodany ogółem [g] 13,1 Błonnik pokarmowy [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 9,2 Sól [g] Cholesterol [mg]
Dieta papkowata bogatobiałkowa	Składniki	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (<i>BIA</i>) Jogurt naturalny 150 g (<i>BIA</i>) szynka w siatce rozdrobniona 60 g (<i>MIĘ</i>) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Koktajl mleczno owocowy 250 ml (<i>BIA</i>)	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami zmięksowana 350 g (<i>SEL</i>) schab w ziołach rozdrobniony 110 g ziemniaki puree 180 g buraczki przetarte 150 g (<i>GLU</i>) Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (<i>BIA, GLU</i>)	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>BIA</i>) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 110 g (<i>JAJ</i>) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Kefir 150 ml (<i>BIA</i>)
		Waga porcji [g]: 790	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 1 030	Waga porcji [g]: 350	Waga porcji [g]: 150

2025-09-04 czwartek			
Dieta ubogoenergetyczna	Wartość odżywcza w porcji	SUMA	
		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 537 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 29,4 Węglowodany ogółem [g] 235,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,4 suma cukrów prostych [g] 62,2 Sól [g] 5,7 Cholesterol [mg] 101	
Dieta papkowata bezmleczna	Składniki		
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 873,9 Białko ogółem [g] 74,9 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 260,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 suma cukrów prostych [g] 58,6 Sól [g] 5,2 Cholesterol [mg] 880	
Dieta papkowata bogatobiałkowa	Składniki		

2025-09-04 czwartek

2025-09-04 czwartek	Dieta papkowata bogatobiałkowa		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 716,4 Białko ogółem [g] 33,9 Tłuszcz [g] 26,9 Węglowodany ogółem [g] 97,1 Błonnik pokarmowy [g] 12 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,1 suma cukrów prostych [g] 24,4 Sól [g] 3,1 Cholesterol [mg] 56,7	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 149,9 Białko ogółem [g] 7 Tłuszcz [g] 4 Węglowodany ogółem [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 1,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,3 suma cukrów prostych [g] 15,9 Sól [g] 0,2 Cholesterol [mg] 15	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 496,1 Białko ogółem [g] 14,2 Tłuszcz [g] 6,5 Węglowodany ogółem [g] 101,6 Błonnik pokarmowy [g] 15,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,5 suma cukrów prostych [g] 25,1 Sól [g] 0,6 Cholesterol [mg] 13,6	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 760,9 Białko ogółem [g] 38,8 Tłuszcz [g] 38,8 Węglowodany ogółem [g] 66,7 Błonnik pokarmowy [g] 4,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 suma cukrów prostych [g] 6,9 Sól [g] 1,8 Cholesterol [mg] 829,2	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 bezmleczna	Składniki	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL)		Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami zmiksowana 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 250 ml
			Waga porcji [g]: 350		Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 200
		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] 171,5 Białko ogółem [g] 6,1 Tłuszcz [g] 0,8 Węglowodany ogółem [g] 39,9 Błonnik pokarmowy [g] 9,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 10,4 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] 52,6 Białko ogółem [g] 0,1 Tłuszcz [g] 0,1 Węglowodany ogółem [g] 13,1 Błonnik pokarmowy [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 9,2 Sól [g] Cholesterol [mg]
		Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa	Składniki	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Koktajl mleczno owocowy 250 ml (BIA)	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami zmiksowana 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml
			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] 149,9 Białko ogółem [g] 7 Tłuszcz [g] 4 Węglowodany ogółem [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 1,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,3 suma cukrów prostych [g] 15,9 Sól [g] 0,2 Cholesterol [mg] 15	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 171,5 Białko ogółem [g] 6,1 Tłuszcz [g] 0,8 Węglowodany ogółem [g] 39,9 Błonnik pokarmowy [g] 9,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,1 suma cukrów prostych [g] 10,4 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]

strona 22 z 22