

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2025-10-07 wtorek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Składniki	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Sałatka z buraków z oliwą 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa ogórkowa 350 ml (BIA, GLU, SEL) Naleśniki z serem bez cukru (2 szt) 300 g (BIA, GLU, JAJ) Jogurt naturalny 50 g (BIA) Jabłko 1 szt 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 Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Ogórek małosolny 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Polędwica sopocka 30 g (MIĘ)	
			Waga porcji [g]: 940	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 1 001	Waga porcji [g]: 371	Waga porcji [g]: 140	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 856,9 Białko ogółem [g] 44,8 Tłuszcz [g] 34 Węglowodany ogółem [g] 102,5 Błonnik pokarmowy [g] 17,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,1 suma cukrów prostych [g] 29,8 Sól [g] 1,8 Cholesterol [mg] 95,1 Sód [mg] 169,8	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 99 Białko ogółem [g] 14 Tłuszcz [g] 3,5 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,1 suma cukrów prostych [g] 2,4 Sól [g] 0,1 Cholesterol [mg] 12,8 Sód [mg] 33	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 815,6 Białko ogółem [g] 46,1 Tłuszcz [g] 26,8 Węglowodany ogółem [g] 98 Błonnik pokarmowy [g] 10,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,7 suma cukrów prostych [g] 35,3 Sól [g] 0,8 Cholesterol [mg] 485 Sód [mg] 318,7	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 643 Białko ogółem [g] 32,2 Tłuszcz [g] 33,8 Węglowodany ogółem [g] 57,1 Błonnik pokarmowy [g] 9,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,5 suma cukrów prostych [g] 2,3 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 757,2 Sód [mg] 741,8	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 110,7 Białko ogółem [g] 8,2 Tłuszcz [g] 2 Węglowodany ogółem [g] 16,4 Błonnik pokarmowy [g] 2,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,7 suma cukrów prostych [g] 0,5 Sól [g] 1,5 Cholesterol [mg] 12,6 Sód [mg] 615,9	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 525,2 Białko ogółem [g] 145,3 Tłuszcz [g] 100,1 Węglowodany ogółem [g] 276,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,1 suma cukrów prostych [g] 70,3 Sól [g] 6,1 Cholesterol [mg] 1 362,7 Sód [mg] 1 879,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	Składniki	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g Herbata 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Szynka staropolska 60 g (MIĘ) Sałatka z buraków z oliwą 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Zupa ogórkowa b/m 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g ćwikła 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 2 szt (JAJ) Ogórek małosolny 130 g	Galaretka wiśniowa 200 g	
			Waga porcji [g]: 895	Waga porcji [g]: 200	Waga porcji [g]: 960	Waga porcji [g]: 376	Waga porcji [g]: 100	

2025-10-07 wtorek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmiełczna	Wartość odżywcza w porcji	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
			Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 713,2 Białko ogółem [g] 34 Tłuszcz [g] 26,8 Węglowodany ogółem [g] 85,1 Błonnik pokarmowy [g] 12,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11 suma cukrów prostych [g] 28,7 Sól [g] 1,8 Cholesterol [mg] 87,6 Sód [mg] 146,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 37,1 Białko ogółem [g] Tłuszcz [g] Węglowodany ogółem [g] 9,3 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] suma cukrów prostych [g] 6,4 Sól [g] Cholesterol [mg] Sód [mg] 8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 598,8 Białko ogółem [g] 49,5 Tłuszcz [g] 8,1 Węglowodany ogółem [g] 88,6 Błonnik pokarmowy [g] 14,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3 suma cukrów prostych [g] 16,7 Sól [g] 0,7 Cholesterol [mg] 69,3 Sód [mg] 267,3	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 643 Białko ogółem [g] 32,2 Tłuszcz [g] 33,8 Węglowodany ogółem [g] 57,1 Błonnik pokarmowy [g] 9,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,5 suma cukrów prostych [g] 2,3 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 757,2 Sód [mg] 741,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 39,4 Białko ogółem [g] 3,7 Tłuszcz [g] 2,7 Węglowodany ogółem [g] 0,2 Błonnik pokarmowy [g] 0,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,9 suma cukrów prostych [g] 0,1 Sól [g] 0,1 Cholesterol [mg] 9,8 Sód [mg] 26,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 031,5 Białko ogółem [g] 119,4 Tłuszcz [g] 71,4 Węglowodany ogółem [g] 240,3 Błonnik pokarmowy [g] 36,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 suma cukrów prostych [g] 54,2 Sól [g] 4,5 Cholesterol [mg] 923,9 Sód [mg] 190,7
			Waga porcji [g]: 985	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 980	Waga porcji [g]: 301	Waga porcji [g]: 100	
Dieta papkowata bez cukru	Skladniki		bułka 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) Kefir 150 ml (BIA) pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (MIE) Sałatka z buraków z oliwą rozdrobniona 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa grykowa zmiękowana 350 ml (GLU , SEL) schab w ziołach rozdrobniony 110 g ziemniaki puree 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jajko gotowane rozdrobnione 2 szt (JAJ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Galaretka wiśniowa 200 g	
			Waga porcji [g]: 985	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 980	Waga porcji [g]: 301	Waga porcji [g]: 100	

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-10-07 wtorek	Dieta papkowata bez cukru	Wartość odżywcza w porcji					
		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 834,6 Białko ogółem [g] 40,2 Tłuszcz [g] 35 Węglowodany ogółem [g] 102,6 Błonnik pokarmowy [g] 13,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,5 suma cukrów prostych [g] 23,9 Sól [g] 1,4 Cholesterol [mg] 89,1 Sód [mg] 565,4	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 99 Białko ogółem [g] 14 Tłuszcz [g] 3,5 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,1 suma cukrów prostych [g] 2,4 Sól [g] 0,1 Cholesterol [mg] 12,8 Sód [mg] 33	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 503,9 Białko ogółem [g] 18,5 Tłuszcz [g] 5,6 Węglowodany ogółem [g] 100 Błonnik pokarmowy [g] 12,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,7 suma cukrów prostych [g] 19,9 Sól [g] 0,4 Cholesterol [mg] 21,6 Sód [mg] 169,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 717,5 Białko ogółem [g] 34,5 Tłuszcz [g] 36,5 Węglowodany ogółem [g] 64,7 Błonnik pokarmowy [g] 3,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 suma cukrów prostych [g] 6,1 Sól [g] 1,7 Cholesterol [mg] 757,2 Sód [mg] 696,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 39,4 Białko ogółem [g] 3,7 Tłuszcz [g] 2,7 Węglowodany ogółem [g] 0,2 Błonnik pokarmowy [g] 0,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,9 suma cukrów prostych [g] 0,1 Sól [g] 0,1 Cholesterol [mg] 9,8 Sód [mg] 26,8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 194,4 Białko ogółem [g] 110,9 Tłuszcz [g] 83,3 Węglowodany ogółem [g] 270,3 Błonnik pokarmowy [g] 30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 52,4 Sól [g] 3,7 Cholesterol [mg] 890,5 Sód [mg] 1 491,8
		Składniki					
2025-10-07 wtorek	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	Wartość odżywcza w porcji					
		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (<i>BIA, GLU, JAJ</i>)	Serek naturalny 150 g (<i>BIA</i>)	Zupa grysikowa zmiękczona wzmocniona 500 ml (<i>GLU, SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (<i>BIA, SEL</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml	
		Waga porcji [g]: 500	Waga porcji [g]: 30	Waga porcji [g]: 650	Waga porcji [g]: 550	Waga porcji [g]: 200	
2025-10-07 wtorek	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 Sód [mg] 346,2	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 99 Białko ogółem [g] 14 Tłuszcz [g] 3,5 Węglowodany ogółem [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,1 suma cukrów prostych [g] 2,4 Sól [g] 0,1 Cholesterol [mg] 12,8 Sód [mg] 33	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 377,5 Białko ogółem [g] 13 Tłuszcz [g] 18,3 Węglowodany ogółem [g] 42,5 Błonnik pokarmowy [g] 5,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5 suma cukrów prostych [g] 3,1 Sól [g] 0,2 Cholesterol [mg] 29,1 Sód [mg] 68,2	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] Sód [mg] 0,6	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] Sód [mg] 8	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 682,3 Białko ogółem [g] 78,3 Tłuszcz [g] 77,8 Węglowodany ogółem [g] 180,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1 suma cukrów prostych [g] 58,9 Sól [g] 1,9 Cholesterol [mg] 475,1 Sód [mg] 456