

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-19 poniedziałek	Dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Ogórki kiszone 130 g Paszтет drobiowy 130 g		Ryżanka z zieleniną 350 g (SEL) Pieczeń rzymska 100 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 120 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	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 Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, R YB) Pomidor 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 321,2 Białko ogółem [g] 122,4 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 293 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 suma cukrów prostych [g] 67,1 Sól [g] 5,3 Cholesterol [mg] 312,1 Sód [mg] 2 150,7
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Paszтет drobiowy 130 g Ogórki kiszone 130 g	Jogurt naturalny 100 g (BIA)	Ryżanka z zieleniną 350 g (SEL) Pieczeń rzymska 100 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z pora ,marchewki i jabłka 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, R YB) Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 267,6 Białko ogółem [g] 124,8 Tłuszcz [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 275,3 Błonnik pokarmowy [g] 42,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5 suma cukrów prostych [g] 64,8 Sól [g] 5,4 Cholesterol [mg] 310,5 Sód [mg] 2 165,9
	Dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Pomidor bs 130 g Paszтет drobiowy 130 g		Ryżanka z zieleniną 350 g (SEL) Pieczeń rzymska 100 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 120 g (GLU) 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 Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, R YB) Pomidor bs 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2 292 Białko ogółem [g] 122,8 Tłuszcz [g] 74,7 Węglowodany ogółem [g] 295,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 suma cukrów prostych [g] 65,7 Sól [g] 5,2 Cholesterol [mg] 300,9 Sód [mg] 2 121,2

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna bezmleczna	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 Paszтет drobiowy 130 g Pomidor bs 130 g		Ryżanka z zieleniną b/m 350 g (SEL) Pieczeń rzymska 100 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z pora ,marchewki i jabłka 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta rybna b/ml 110 g (RYB) Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 961,3 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 60,8 Węglowodany ogółem [g] 272,4 Błonnik pokarmowy [g] 32 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 suma cukrów prostych [g] 49,2 Sól [g] 5,6 Cholesterol [mg] 263,7 Sód [mg] 2 267,7
Dieta bogatobiałkowa	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Pomidor bs 130 g Paszтет drobiowy 130 g	Jogurt naturalny 100 g (BIA)	Ryżanka z zieleniną 350 g (SEL) Pieczeń rzymska 100 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z pora ,marchewki i jabłka 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 Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, RYB) Pomidor bs 130 g	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 334,3 Białko ogółem [g] 127,5 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 298,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 suma cukrów prostych [g] 60,5 Sól [g] 5,4 Cholesterol [mg] 307,9 Sód [mg] 2 148,4
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Paszтет drobiowy 130 g Ogórki kiszone 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Ryżanka z zieleniną b/m 350 g (SEL) Pieczeń rzymska 100 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 120 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta rybna b/ml 110 g (RYB) Pomidor 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 009,9 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 62,7 Węglowodany ogółem [g] 286 Błonnik pokarmowy [g] 45,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 suma cukrów prostych [g] 66,4 Sól [g] 6 Cholesterol [mg] 264,7 Sód [mg] 2 427,3

2026-01-19 poniedziałek

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Filet kruchy 40 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Pieczeń rzymska 100 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z pora ,marchewki i jabłka 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryżanka z zielenią b/m 300 g (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 789,9 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 37,8 Węglowodany ogółem [g] 286,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3 suma cukrów prostych [g] 51,7 Sól [g] 5,4 Cholesterol [mg] 124,9 Sód [mg] 1 121
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Filet kruchy 40 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Pieczeń rzymska 100 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z pora ,marchewki i jabłka 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryżanka z zielenią b/m 300 g (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 40 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 768,9 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 37,2 Węglowodany ogółem [g] 286,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15 suma cukrów prostych [g] 51,7 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 124,9 Sód [mg] 1 121
Dieta papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Paszтет drobiowy 130 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Ryżanka z zielenią przecierana 350 g (SEL) kotlet mielony rozdrobniony 100 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g fasolka szparagowa rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, RYB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 312,7 Białko ogółem [g] 117,4 Tłuszcz [g] 71,9 Węglowodany ogółem [g] 312,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 suma cukrów prostych [g] 68,2 Sól [g] 4,6 Cholesterol [mg] 281,6 Sód [mg] 1 453,6

2026-01-19 poniedziałek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-19 poniedziałek	Dieta papkowata bez cukru	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Paszтет drobiowy 130 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt naturalny 100 g (BIA)	Ryżanka z zielenią przecierana 350 g (SEL) kotlet mielony rozdrobniony 100 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g fasolka szparagowa rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, R YB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 372,7 Białko ogółem [g] 121,7 Tłuszcz [g] 73,9 Węglowodany ogółem [g] 319 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 suma cukrów prostych [g] 72,4 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 289,6 Sód [mg] 1 918,6
	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		Ryżanka z zielenią 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 291,7 Białko ogółem [g] 57 Tłuszcz [g] 44,8 Węglowodany ogółem [g] 177,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20 suma cukrów prostych [g] 61,5 Sól [g] 1,8 Cholesterol [mg] 472,1 Sód [mg] 669,7
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Jogurt naturalny 100 g (BIA)	Ryżanka z zielenią 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 351,7 Białko ogółem [g] 61,3 Tłuszcz [g] 46,8 Węglowodany ogółem [g] 183,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 suma cukrów prostych [g] 65,7 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 480,1 Sód [mg] 732,7

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-19 poniedziałek	Dieta eliminacyjna wegetariańska	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Wędlina wege 60 g Ogórki kiszzone 130 g	Jogurt naturalny 100 g (BIA)	Ryżanka z zieleniną 350 g (SEL) Kotlet jajeczny 110 g (GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 120 g (GLU)	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 Pasta z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA) Pomidor 130 g	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 303,8 Białko ogółem [g] 99,2 Tłuszcz [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 333,4 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 suma cukrów prostych [g] 75,1 Sól [g] 6 Cholesterol [mg] 549,7 Sód [mg] 1 856,7
	Dieta eliminacyjna bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Sok wielowarzywny 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Paszтет drobiowy 130 g Ogórki kiszzone 130 g		Ryżanka z zieleniną 350 g (SEL) Pieczeń rzymska 100 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 120 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, RYB) Pomidor 130 g	Ser żółty 30 g (BIA) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 082,8 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 112,9 Węglowodany ogółem [g] 179,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 suma cukrów prostych [g] 58,2 Sól [g] 2,8 Cholesterol [mg] 280,9 Sód [mg] 1 089,5
	Dieta niskobiałkowa	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 marchewki 60 g Pomidor bs 130 g		Ryżanka z zieleniną b/m 300 g (SEL) Gulasz warzywny 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Surówka z pora ,marchewki i jabłka 150 g Ziemniaki gotowane 150 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta wielowarzywna 60 g Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 385,1 Białko ogółem [g] 34,1 Tłuszcz [g] 35,4 Węglowodany ogółem [g] 249,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7 suma cukrów prostych [g] 60,7 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 74,4 Sód [mg] 880,1

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2026-01-19 poniedziałek	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Filet kruchy 60 g (MIĘ) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Jogurt naturalny 100 g (BIA)	Pieczeń rzymska 100 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z pora ,marchewki i jabłka 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryżanka z zieleniną 350 g (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 108,2 Białko ogółem [g] 109,1 Tłuszcz [g] 65,3 Węglowodany ogółem [g] 283,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 suma cukrów prostych [g] 67,4 Sól [g] 6,3 Cholesterol [mg] 229,7 Sód [mg] 1 241,5
	Dieta eliminacyjna wegańska	Mus owocowy 150 g	Gulasz warzywny 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Ryżanka z zieleniną b/m 350 g (SEL) Buraczki 120 g (GLU) Ziemniaki gotowane 180 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Humus 110 g Pomidor 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 035,5 Białko ogółem [g] 57,1 Tłuszcz [g] 45,4 Węglowodany ogółem [g] 375,2 Błonnik pokarmowy [g] 60,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 suma cukrów prostych [g] 113,5 Sól [g] 4,6 Cholesterol [mg] 75,4 Sód [mg] 1 285,7	

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-19 poniedziałek	Dieta bogatoresztkowa	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Ogórki kiszone 130 g Paszтет drobiowy 130 g		Ryżanka z zieleniną 350 g (SEL) Pieczeń rzymska 100 g (MIĘ, GOR) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 120 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, RYB) Pomidor 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Ser żółty 30 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 295,9 Białko ogółem [g] 122,7 Tłuszcz [g] 75,6 Węglowodany ogółem [g] 301,2 Błonnik pokarmowy [g] 42,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 suma cukrów prostych [g] 71 Sól [g] 5,6 Cholesterol [mg] 300,9 Sód [mg] 2 243,9
	Dieta ubogoenergetyczna	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Kasza kukurydziana na wodzie 250 g Filet kruchy 60 g (MIĘ) Ogórki kiszone 130 g		Ryżanka z zieleniną b/m 300 g (SEL) Pieczeń rzymska 100 g (MIĘ, GOR) Surówka z pora ,marchewki i jabłka 150 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 60 g (BIA, RYB) Pomidor bs 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 530,2 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 32,8 Węglowodany ogółem [g] 238,5 Błonnik pokarmowy [g] 27 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,5 suma cukrów prostych [g] 43,2 Sól [g] 4,3 Cholesterol [mg] 140,6 Sód [mg] 1 204,8
	Dieta papkowata bezmleczna	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Paszтет drobiowy 130 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Ryżanka z zieleniną b/m przecierana 350 g (SEL) kotlet mielony rozdrobniony 100 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g fasolka szparagowa rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska rozdrobniona 60 g (MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 913,9 Białko ogółem [g] 93,1 Tłuszcz [g] 56 Węglowodany ogółem [g] 273,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8 suma cukrów prostych [g] 51,3 Sól [g] 4,5 Cholesterol [mg] 208,4 Sód [mg] 690,4

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-01-19 poniedziałek	Dieta papkowata bogatobiałkowa	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza kukurydziana na mleku 250 g (BIA) Paszтет drobiowy 130 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Jogurt naturalny 100 g (BIA)	Ryżanka z zielenią przecierana 350 g (SEL) kotlet mielony rozdrobniony 100 g (MIE) ziemniaki puree 180 g fasolka szparagowa rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 110 g (BIA, R YB) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 372,7 Białko ogółem [g] 121,7 Tłuszcz [g] 73,9 Węglowodany ogółem [g] 319 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 suma cukrów prostych [g] 72,4 Sól [g] 4,8 Cholesterol [mg] 289,6 Sód [mg] 1 516,6
	Dieta płynna wzmocniona bezmleczna	zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		Ryżanka z zielenią 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 217,8 Białko ogółem [g] 45,2 Tłuszcz [g] 36,9 Węglowodany ogółem [g] 185,2 Błonnik pokarmowy [g] 32 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,3 suma cukrów prostych [g] 39,3 Sól [g] 1,6 Cholesterol [mg] 38,9 Sód [mg] 323,5
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Jogurt naturalny 100 g (BIA)	Ryżanka z zielenią 500 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Mus owocowy 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 351,7 Białko ogółem [g] 61,3 Tłuszcz [g] 46,8 Węglowodany ogółem [g] 183,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 suma cukrów prostych [g] 65,7 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 480,1 Sód [mg] 732,7