



Data: 01-03-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z płatkami kuk. 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7),
Parówki Drobiowe 120g *(6, 7, 9, 10), Ketchup Porcyjny 15 G 15g, Jajko
gotowane 50g *(3), Sałata Lodowa 25g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	1 117,8000 kcal
Białko	53,5240 g
Tłuszcz	47,2020 g
Węglowodany	117,4590 g
w tym NKT	21,5940 g
W tym cukry	8,9450 g
Błonnik	5,4840 g
Sód	1 258,8500 mg

Data: 01-03-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa z cukinii z ziemniakami 400g *(7, 9, 10), Potrawka z indyka 150g *(1, 3, 9),
Ryż na sypko 160g *(7), Marchew oprószana 160g *(1, 7, P50), Kompot z wiśni
mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	808,4500 kcal
Białko	38,4400 g
Tłuszcz	22,9680 g
Węglowodany	117,8580 g
w tym NKT	6,0086 g
W tym cukry	11,5770 g
Błonnik	4,0500 g
Sód	214,9900 mg

Data: 01-03-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Filet Z Indyka (Wędlina) 50g, Dżem
Jednorazowy Niskosłodzony 25g, Papryka 150g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	635,0500 kcal
Białko	24,7800 g
Tłuszcz	16,1450 g
Węglowodany	96,5000 g
w tym NKT	9,0040 g
W tym cukry	13,3500 g
Błonnik	9,5300 g
Sód	592,8500 mg

Data: 01-03-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Jogurt Bez Laktozy Dar Pure 250g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	142,5000 kcal
Białko	5,7500 g
Tłuszcz	2,0000 g
Węglowodany	24,5000 g
w tym NKT	1,2500 g
W tym cukry	22,7500 g
Błonnik	2,0000 g

Data: 02-03-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g *(7, P47), Bułka 50g *(1, 3, 7), Chleb Baltonowski 50g *(1, 7), Graham Pszenny 20g *(1, 7), Masło Porcyjne 15g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(10), Pomidory 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	924,8000 kcal
Białko	40,9840 g
Tłuszcz	29,7870 g
Węglowodany	122,6600 g
w tym NKT	16,1940 g
W tym cukry	8,3450 g
Błonnik	11,5940 g
Sód	495,1000 mg

Data: 02-03-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa koperkowa z lanym ciastem 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Pulpet drobiowy 90g *(1, 3, 7, 9, P50), Sos potrawkowy 100g *(1, 3, 7), Ziemniaki z wody 200g, Sałatka z marchwi i ananasów 160g *(P16, P39), Kompot owocowy 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	839,8830 kcal
Białko	39,4610 g
Tłuszcz	21,3284 g
Węglowodany	130,6782 g
w tym NKT	8,7731 g
W tym cukry	21,6395 g
Błonnik	18,3530 g
Sód	501,0520 mg

Data: 02-03-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Ser Twarogowy Półtłusty 120g *(7, P47), Rukola 20g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	645,9000 kcal
Białko	32,9500 g
Tłuszcz	19,8600 g
Węglowodany	81,2200 g
w tym NKT	12,2040 g
W tym cukry	6,1600 g
Błonnik	6,8500 g
Sód	281,1500 mg

Data: 02-03-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Musly Owocowo-Zbożowy 170g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	149,6000 kcal
Białko	2,3800 g
Tłuszcz	0,8500 g
Węglowodany	30,6000 g
w tym NKT	0,1700 g
W tym cukry	20,4000 g
Błonnik	4,5900 g
Sód	0,0170 mg

Data: 03-03-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Owsianka na mleku 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Szynka Tostowa Z Kurczaka 50g *(1, 6, 9, 10), Papryka 150g, Kakao 250g *(1, 7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	996,7800 kcal
Białko	44,8100 g
Tłuszcz	32,6960 g
Węglowodany	131,7510 g
w tym NKT	17,2220 g
W tym cukry	13,1150 g
Błonnik	12,0920 g
Sód	634,0400 mg

Data: 03-03-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa ziemniaczana 400g *(7, 9, 10), Ragout z drobiu 170g *(1, 9), Ryż na sypko 160g *(7), Jabłko pieczone 150g *(P39), Kompot z rabarbaru 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	866,6900 kcal
Białko	40,7360 g
Tłuszcz	20,2960 g
Węglowodany	138,4920 g
w tym NKT	3,9142 g
W tym cukry	20,8520 g
Błonnik	13,6340 g
Sód	203,7900 mg

Data: 03-03-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Sałatka z tuńczyka-d 120g *(3, 4, 9), Ser Twarogowy Topiony Deliser 17,5g *(7), Sałata Lodowa 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	749,2350 kcal
Białko	32,7415 g
Tłuszcz	27,0265 g
Węglowodany	88,0400 g
w tym NKT	9,5491 g
W tym cukry	4,1660 g
Błonnik	8,2420 g
Sód	555,3275 mg

Data: 03-03-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Kefir M 200g *(7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	102,0000 kcal
Białko	6,8000 g
Tłuszcz	4,0000 g
Węglowodany	9,4000 g
w tym NKT	2,3800 g

Data: 04-03-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Szyunka Konserwowa Wp-Mielona 50g *(10), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	869,8000 kcal
Białko	35,7440 g
Tłuszcz	25,8320 g
Węglowodany	120,3000 g
w tym NKT	14,8890 g
W tym cukry	7,8600 g
Błonnik	8,0440 g
Sód	981,5500 mg

Data: 04-03-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa krem z dyni z pomidorami 300g *(3, 7, 9, 10), Polędwica wieprzowa duszona 80g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Bukiet warzyw 150g *(7), Kompot z wiśni mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	867,8274 kcal
Białko	52,8005 g
Tłuszcz	29,5540 g
Węglowodany	110,5000 g
w tym NKT	10,3980 g
W tym cukry	22,1570 g
Błonnik	17,5990 g
Sód	197,7806 mg

Data: 04-03-2026 - Środa**Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna****Posiłek: Kolacja**

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z sera białego i wędlin 120g *(1, 6, 7, 9, 10, P47), Sałata Zielona 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	664,6988 kcal
Białko	33,2420 g
Tłuszcz	22,1932 g
Węglowodany	79,7618 g
w tym NKT	11,4393 g
W tym cukry	3,1652 g
Błonnik	6,9640 g
Sód	780,4060 mg

Data: 04-03-2026 - Środa**Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna****Posiłek: Posiłek Nocny**

Skład: Sok Smoothie 250g *(P19, P71, P80)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	205,0000 kcal
Białko	1,6750 g
Tłuszcz	3,0500 g
Węglowodany	30,0000 g
w tym NKT	2,5000 g
W tym cukry	24,2500 g

Data: 05-03-2026 - Czwartek**Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna****Posiłek: Śniadanie**

Skład: Zupa mleczna z budyniu 300g *(7, P47), Bułka Grahamka *(1, 3, 7), Chleb Bałtonowski *(1, 7), Kawiorek 50g *(1, 3, 7), Masło Porcyjne 15g *(7), Szynka Chlebową 50g *(1, 7, 8, 9, 10), Pomidory 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	868,1000 kcal
Białko	35,8790 g
Tłuszcz	29,8770 g
Węglowodany	114,9100 g
w tym NKT	16,5720 g
W tym cukry	8,7850 g
Błonnik	11,8340 g
Sód	977,3500 mg

Data: 05-03-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa jarzynowa 400g *(7, 9, 10), Roladka ze schabu ze szpinakiem 90g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Sałatka z buraków i jabłek 150g *(P39), Kompot z truskawek mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	820,4900 kcal
Białko	40,0350 g
Tłuszcz	28,4930 g
Węglowodany	109,5410 g
w tym NKT	5,9469 g
W tym cukry	29,2150 g
Błonnik	17,6950 g
Sód	249,3600 mg

Data: 05-03-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Kielbasa Szynkowa Drobiowa 50g *(7, 10), Sałatka jarzynowa z olejem 150g *(3, 9), Rukola 20g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	685,9574 kcal
Białko	25,6165 g
Tłuszcz	24,1250 g
Węglowodany	91,9000 g
w tym NKT	9,7044 g
W tym cukry	5,2960 g
Błonnik	12,1020 g
Sód	814,7606 mg

Data: 05-03-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Serek Homogenizowany 100G 100g *(7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	119,0000 kcal
Białko	11,8000 g
Tłuszcz	6,0000 g
Węglowodany	4,5000 g
w tym NKT	3,8000 g
W tym cukry	3,6000 g

Data: 06-03-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Owsianka na mleku 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Jajecznica z zieloną pietruszką 140g *(3, 7), Papryka 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	1 132,0050 kcal
Białko	50,7660 g
Tłuszcz	50,0840 g
Węglowodany	122,2850 g
w tym NKT	24,8841 g
W tym cukry	7,9805 g
Błonnik	9,7150 g
Sód	445,2600 mg

Data: 06-03-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa pomidorowa z makaronem 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Miruna pieczona 120g *(4, 9), Sos pietruszkowy 100g *(1, 7), Ziemniaki z wody 200g, Sałatka z marchwi i selera 160g *(9, P69), Kompot z czerwonej porzeczki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	865,9350 kcal
Białko	39,9190 g
Tłuszcz	26,5620 g
Węglowodany	126,7730 g
w tym NKT	8,6325 g
W tym cukry	29,3005 g
Błonnik	19,5370 g
Sód	424,4100 mg

Data: 06-03-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Ser biały z koperkiem 120g *(7, P47), Sałata Lodowa 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	653,1800 kcal
Białko	31,5370 g
Tłuszcz	21,1780 g
Węglowodany	81,4690 g
w tym NKT	13,0860 g
W tym cukry	6,4270 g
Błonnik	6,9460 g
Sód	276,8900 mg

Data: 06-03-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Jogurt Naturalny 150 G 150g *(7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	90,0000 kcal
Białko	6,0000 g
Tłuszcz	3,7500 g
Węglowodany	7,9500 g
w tym NKT	2,5500 g
W tym cukry	7,9500 g

Data: 07-03-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z ryżem 300g *(7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Polędwica Z Piersi Kurczaka 50g *(6, 9, 10), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	859,9500 kcal
Białko	37,8490 g
Tłuszcz	25,9470 g
Węglowodany	117,1250 g
w tym NKT	14,9990 g
W tym cukry	7,7600 g
Błonnik	6,4240 g
Sód	660,3500 mg

Data: 07-03-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa szpinakowa 400g *(1, 7, 9, P47), Szynka duszona 70g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Brokuły z wody 150g *(7), Kompot ze śliwek mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	815,1400 kcal
Białko	43,9800 g
Tłuszcz	31,1980 g
Węglowodany	101,0220 g
w tym NKT	15,3576 g
W tym cukry	11,0370 g
Błonnik	13,0100 g
Sód	131,8100 mg

Data: 07-03-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Szynka Biała 50g *(1, 6, 9, 10), Ser Twarogowy - Plastry D 21,43g *(7), Sałata Zielona 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	602,3030 kcal
Białko	23,4516 g
Tłuszcz	19,5702 g
Węglowodany	80,2037 g
w tym NKT	11,1641 g
W tym cukry	4,1537 g
Błonnik	6,8800 g
Sód	228,3500 mg

Data: 07-03-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Mus Owocowo-Warzywny 120 G 120g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	54,0000 kcal
Białko	0,6000 g
Węglowodany	14,4000 g

Data: 08-03-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z płatkami kuk. 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Filet Z Indyka (Wędlina), Jajko gotowane 50g *(3), Pomidory 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	953,7000 kcal
Białko	46,1740 g
Tłuszcz	30,9520 g
Węglowodany	120,3040 g
w tym NKT	16,6290 g
W tym cukry	8,4700 g
Błonnik	11,4340 g
Sód	670,8500 mg

Data: 08-03-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa krem z pietruszki 300g *(7, 9, 10, P39), Filet z indyka gotowany 80g *(9), Sos potrawkowy 100g *(1, 3, 7), Ryż na sypko 160g *(7), Marchew oprószana 160g *(1, 7, P50), Kompot z czarnej porzeczki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	887,7040 kcal
Białko	40,4390 g
Tłuszcz	30,7042 g
Węglowodany	122,0156 g
w tym NKT	15,0711 g
W tym cukry	17,6410 g
Błonnik	11,4220 g
Sód	283,8760 mg

Data: 08-03-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Szynka Delikatesowa Z Kurczaka 50g *(7, 10), Sałata Lodowa 25g, Miód 30g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	656,2000 kcal
Białko	22,0570 g
Tłuszcz	16,2200 g
Węglowodany	102,8250 g
w tym NKT	9,2140 g
W tym cukry	23,8250 g
Błonnik	6,8800 g
Sód	628,3500 mg

Data: 08-03-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Jogurt Bez Laktozy Dar Pure 250g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	142,5000 kcal
Białko	5,7500 g
Tłuszcz	2,0000 g
Węglowodany	24,5000 g
w tym NKT	1,2500 g
W tym cukry	22,7500 g
Błonnik	2,0000 g

Data: 09-03-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z budyniu 300g *(7, P47), Bułka 50g *(1, 3, 7), Chleb Baltonowski 50g *(1, 7), Graham Pszenny 20g *(1, 7), Masło Porcyjne 15g *(7), Filet Parzony Z Indyka 50g *(7), Pomidory 150g, Kawa z mlekiem 200g *(1, 7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	822,3000 kcal
Białko	35,3190 g
Tłuszcz	26,1370 g
Węglowodany	110,5100 g
w tym NKT	14,7840 g
W tym cukry	9,5350 g
Błonnik	10,6240 g
Sód	693,3500 mg

Data: 09-03-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Rosół z makaronem 400g *(1, 3, 9, 10), Filet z indyka ze śliwkami 80g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Bukiet warzyw 150g *(7), Kompot owocowy 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	791,4300 kcal
Białko	43,0440 g
Tłuszcz	14,6600 g
Węglowodany	125,5750 g
w tym NKT	3,8592 g
W tym cukry	26,0210 g
Błonnik	14,4640 g
Sód	247,0200 mg

Data: 09-03-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z sera białego i jaj 120g *(3, 7, P47), Rukola 20g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	679,0700 kcal
Białko	30,7580 g
Tłuszcz	24,3230 g
Węglowodany	81,7400 g
w tym NKT	14,4842 g
W tym cukry	6,5020 g
Błonnik	6,9340 g
Sód	289,1400 mg

Data: 09-03-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Musly Owocowo-Zbożowy 170g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	149,6000 kcal
Białko	2,3800 g
Tłuszcz	0,8500 g
Węglowodany	30,6000 g
w tym NKT	0,1700 g
W tym cukry	20,4000 g
Błonnik	4,5900 g
Sód	0,0170 mg

Data: 10-03-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Owsianka na mleku 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Polędwica Sopotka *(10), Pomidory Koktajlowe 150g, Kakao 250g *(1, 7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	994,2300 kcal
Białko	45,4100 g
Tłuszcz	32,6460 g
Węglowodany	127,6010 g
w tym NKT	17,7970 g
W tym cukry	13,1150 g
Błonnik	10,8920 g
Sód	521,5400 mg

Data: 10-03-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa selerowa z ziemniakami 400g *(7, 9, 10), Rolada drobiowa z brokułami 100g *(1, 3, 7), Sos pomidorowy 100g *(1, 7), Ziemniaki z wody 200g, Sałatka z marchwi i jabłek z olejem 160g *(P39), Kompot z truskawek mrożonych - cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	856,9900 kcal
Białko	36,8960 g
Tłuszcz	28,6020 g
Węglowodany	126,1080 g
w tym NKT	9,1521 g
W tym cukry	20,7830 g
Błonnik	24,2230 g
Sód	439,1100 mg

Data: 10-03-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z tuńczyka i jaj 120g *(3, 4, 9), Serek Haga 16,66g *(7), Sałata Zielona 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	750,7912 kcal
Białko	36,5668 g
Tłuszcz	29,6156 g
Węglowodany	79,0781 g
w tym NKT	14,6225 g
W tym cukry	3,8357 g
Błonnik	7,5820 g
Sód	609,5360 mg

Data: 10-03-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Jogurt Naturalny B/Laktozy 150 MI 150g *(7)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	97,5000 kcal
Białko	6,3000 g
Tłuszcz	4,5000 g
Węglowodany	7,9500 g
w tym NKT	4,5000 g
W tym cukry	7,9500 g

*** ALERGIE POKARMOWE - legenda:**

1 – Gluten	2 – Skorupiaki	3 - Jaja (jadalne)	4 – Ryba
5 - Orzeszki ziemne	6 - Białko sojowe	7 - Białko mleka krowiego	8 - Orzechy i nasiona
9 – Seler	10 - Musztarda/gorczyca	11 -Nasiona sezamu	12 - Siarczyny i pochodna siarczynowa
13 - Nasiona łubinu	14 - Owoce morza	P15 – Albumina	P16 – Ananas
P17 – Arbuz	P18 – Aspartam	P19 – Banan	P20 - Białko jaja kurzego
P21 – Borówka	P22 – Bób	P23 – Brzoskwinia	P24 – Cebula
P25 – Cynamon	P26 – Cytrynian	P27 – Czekolada	P28 – Czosnek
P29 - Dodatek do żywności	P30 – Dorsz	P31 – Drób	P32 – Figi
P33 - Gałka muszkatołowa	P34 - Glutaminian	P35 – Goździk	P36 – Grzyb
P37 – Homar	P38 – Imbir	P39 – Jabłko	P40 - Kalmar
P41 – Kokos	P42 - Koncentrat białek jaja kurzego	P43 – Krab	P44 – Krewetki
P45 – Kukurydza	P46 - Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego	P47 – Laktoza	P48 – Maliny
P49 – Małże	P50 – Marchew	P51 – Mątwą	P52 - Melon
P53 – Mięso	P54 - Mięso czerwone	P55 – Migdał	P56 – Nabiał
P57 - Nasiona	P58 - Olej rybi	P59 - Olejek migdałowy	P60 – Orzech
P61 - Orzech laskowy	P62 - Orzech nerkowca	P63 - Orzech włoski – orzech	P64 - Orzeszki piniowe
P65 – Ostryga	P66 – Ośmiornica	P67 – Owies	P68 – Owoc
P69 - Owoc cytrusowy	P70 - Owoc kiwi	P71 - Owoc mango	P72 – Papryka
P73 – Pistacja	P74 - Pomarańcza – owoc	P75 – Pomidor	P76 – Pszenica
P77 – Ryż	P78 – Ser	P79 - Skorupiak morski	P80 - Sok jabłkowy
P81 - Truskawka	P82 – Tuńczyk	P83 - Warzywa strączkowe	P84 – Wieprzowina
P85 - Wiśnia	P86 – Zboża	P87 - Ziarna soi	P88 – Ziemniak
P89 - Zioła i przyprawy	P90 – Żyto	P91 - Żywność na bazie mleka ssaków	