



Data: 01-04-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Śniadanie

Skład: Kluski lane na mleku 300g *(1, 3, 7, P47), Pieczywo mieszane z masłem 1 *(1, 7), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa zbożowa 200g *(1), Filet Z Indyka Gotowany *(1, 6, 7, 9)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	674,0800 kcal
Białko	33,1290 g
Tłuszcz	17,8310 g
Węglowodany	92,1770 g
w tym NKT	10,1235 g
W tym cukry	8,1350 g
Błonnik	7,6290 g
Sód	516,8700 mg

Data: 01-04-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa Solferino 400g *(1, 7, 9, 10, P50), Pulpet z mięsa mieszanego 90g *(1, 3, 7, 9, P50), Sos potrawkowy 100g *(1, 3, 7), Ziemniaki z wody 200g, Sałatka z selera z ananasem z olejem 150g *(P16), Kompot z wiśni mrożonych -cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	825,8990 kcal
Białko	35,8058 g
Tłuszcz	30,2096 g
Węglowodany	111,7435 g
w tym NKT	11,4315 g
W tym cukry	22,0194 g
Błonnik	16,1615 g
Sód	336,5695 mg

Data: 01-04-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Pasta z sera białego i wędlin 100g *(6, 7, 9, 10, P47), Sałata Lodowa 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	512,7500 kcal
Białko	26,7650 g
Tłuszcz	14,6090 g
Węglowodany	65,4740 g
w tym NKT	7,6970 g
W tym cukry	3,9150 g
Błonnik	7,0740 g
Sód	556,8390 mg

Data: 01-04-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

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: 02-04-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z ryżem 300g *(7, P47), Bułka Grahamka 50g *(1, 3, 7), Chleb Bałtonowski 70g *(1, 7), Masło Porcyjne 10 G 10g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(10), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1), Serek Haga *(7)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	782,9312 kcal
Białko	33,8918 g
Tłuszcz	23,7686 g
Węglowodany	109,1081 g
w tym NKT	14,9904 g
W tym cukry	9,2597 g
Błonnik	11,9840 g
Sód	531,5660 mg

Data: 02-04-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa z brokułów 400g *(1, 3, 7, 9, 10, P47, P50), Podudzie z kurczaka pieczone 150g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Buraczki oprószane 160g *(1), Kompot z czerwonej porzeczki - cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	1 142,5710 kcal
Białko	71,1953 g
Tłuszcz	39,2480 g
Węglowodany	108,4179 g
w tym NKT	10,2052 g
W tym cukry	22,6294 g
Błonnik	12,8315 g
Sód	343,3405 mg

Data: 02-04-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Filet Z Indyka (Wędlina) 50g, Rukola 20g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	443,7000 kcal
Białko	21,8600 g
Tłuszcz	10,3900 g
Węglowodany	62,8000 g
w tym NKT	6,0450 g
W tym cukry	2,8500 g
Błonnik	6,9600 g
Sód	360,9000 mg

Data: 02-04-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Serek Homogenizowany 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: 03-04-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Śniadanie

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	884,7050 kcal
Białko	40,0510 g
Tłuszcz	39,8840 g
Węglowodany	91,1700 g
w tym NKT	19,5611 g
W tym cukry	8,2355 g
Błonnik	8,7500 g
Sód	225,3100 mg

Data: 03-04-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Obiad

Skład: Krupnik 450g *(1, 9, 10, P50), Pulpeciki rybne 100g *(1, 3, 4, 7, 9), Sos koperkowy 100g *(1, 7), Ziemniaki z wody 200g, Szpinak duszony 150g *(1, 7), Kompot z truskawek mrożonych - cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	779,0130 kcal
Białko	35,2168 g
Tłuszcz	20,5641 g
Węglowodany	117,1147 g
w tym NKT	10,1262 g
W tym cukry	7,3569 g
Błonnik	15,2535 g
Sód	225,9235 mg

Data: 03-04-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Pasta z sera białego z suszonymi pomidorami 120g *(7, P47, P50), Sałata Zielona 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	571,1200 kcal
Białko	28,6760 g
Tłuszcz	18,6080 g
Węglowodany	69,4310 g
w tym NKT	8,1270 g
W tym cukry	7,4290 g
Błonnik	8,0040 g
Sód	50,2400 mg

Data: 03-04-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Jogurt Naturalny 150 G *(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: 04-04-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z płatkami kuk. 300g *(1, 7, P47), Pieczywo mieszane z masłem 1 *(1, 7), Pasta z pieczonych warzyw z oliwą z oliwek 120g *(P50), Kawa zbożowa 200g *(1), Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G 30g *(7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	751,8100 kcal
Białko	24,5580 g
Tłuszcz	28,4160 g
Węglowodany	102,1040 g
w tym NKT	15,4861 g
W tym cukry	13,8310 g
Błonnik	12,4560 g
Sód	109,4200 mg

Data: 04-04-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa pomidorowa z makaronem 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Ser biały bez laktozy - obiad 150g *(7), Ziemniaki z wody 200g, Sałatka z marchwi i jabłek z olejem 160g *(P39, P50), Kompot z czarnej porzeczki -cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	729,9960 kcal
Białko	41,0203 g
Tłuszcz	16,1810 g
Węglowodany	104,7439 g
w tym NKT	5,9840 g
W tym cukry	31,7739 g
Błonnik	14,4265 g
Sód	166,6305 mg

Data: 04-04-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Szyunka Gotowana 50g *(10), Papryka 150g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	492,7000 kcal
Białko	24,9900 g
Tłuszcz	11,7000 g
Węglowodany	70,8500 g
w tym NKT	6,4450 g
W tym cukry	3,0000 g
Błonnik	9,6400 g
Sód	325,4000 mg

Data: 04-04-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

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: 05-04-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Śniadanie

Skład: Pieczywo mieszane z masłem 1 *(1, 7), Kiełbasa Biała Delikatesowa 120g, Ketchup Porcyjny 15 G 15g, Szyunka Delikatesowa Z Kurczaka 50g *(7, 10), Jajko gotowane 50g *(3), Sałatka jarzynowa 150g *(3, 7, 10, P39, P50), Babka Piaskowa 130g *(1), Mandarynka Świeża 130g *(P69), Herbata z cytryną 200g *(P69)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	1 274,4174 kcal
Białko	58,7865 g
Tłuszcz	41,5350 g
Węglowodany	165,7900 g
w tym NKT	14,5319 g
W tym cukry	14,5110 g
Błonnik	12,8770 g
Sód	648,7106 mg

Data: 05-04-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Obiad

Skład: Filet z kurczaka duszony 110g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Marchew oprószana 160g *(1, P50), Rosół z makaronem 400g *(1, 3, 9, 10), Kompot z rabarbaru-cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	689,4460 kcal
Białko	43,2603 g
Tłuszcz	16,3330 g
Węglowodany	99,8539 g
w tym NKT	1,3309 g
W tym cukry	7,4769 g
Błonnik	8,0415 g
Sód	293,9405 mg

Data: 05-04-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Szyńka Konserwowa Wp-Mielona 50g *(10), Serek Haga 16,66g *(7), Sałata Lodowa 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	475,1812 kcal
Białko	19,0228 g
Tłuszcz	14,6316 g
Węglowodany	63,7581 g
w tym NKT	10,0534 g
W tym cukry	3,5247 g
Błonnik	6,9900 g
Sód	742,5660 mg

Data: 05-04-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Mus Owocowo-Warzywny 120 G

Charakterystyka

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

Data: 06-04-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Śniadanie

Skład: Pieczywo mieszane z masłem 1 *(1, 7), Parówki Drobiowe 120g *(6, 7, 9, 10), Ketchup Porcyjny 15 G 15g, Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G 30g *(7, P47),

Pomidory 150g, Babka Piaskowa 130g *(1), Mandarynka Świeża 130g *(P69),
Herbata z cytryną 200g *(P69)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	1 141,4000 kcal
Białko	39,3750 g
Tłuszcz	39,7200 g
Węglowodany	153,6150 g
w tym NKT	16,1910 g
W tym cukry	13,1850 g
Błonnik	14,2500 g
Sód	1 047,7500 mg

Data: 06-04-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Polędwica wieprzowa duszona 80g *(1),
Kasza jęczmienna 100g *(1, 7), Bukiet warzyw 150g, Kompot z truskawek
mrożonych - cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	788,4670 kcal
Białko	49,0045 g
Tłuszcz	31,4311 g
Węglowodany	90,1458 g
w tym NKT	8,4876 g
W tym cukry	9,7590 g
Błonnik	14,0960 g
Sód	104,5830 mg

Data: 06-04-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Filet z kurczaka w galarecie
150g *(3, P50), Ser Twarogowy - Plastry D 21,43g *(7), Sałata Lodowa 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	552,0830 kcal
Białko	35,3046 g
Tłuszcz	14,5712 g
Węglowodany	68,7737 g
w tym NKT	8,2543 g
W tym cukry	6,2807 g
Błonnik	9,4840 g
Sód	91,3500 mg

Data: 06-04-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

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: 07-04-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Śniadanie

Skład: Owsianka na mleku 300g *(1, 7, P47), Pieczywo mieszane z masłem 1 *(1, 7), Ser biały z zieloną pietruszką 120g *(7, P47), Rukola, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	737,0100 kcal
Białko	40,8480 g
Tłuszcz	23,4760 g
Węglowodany	90,3950 g
w tym NKT	14,0561 g
W tym cukry	12,2860 g
Błonnik	7,2910 g
Sód	49,3200 mg

Data: 07-04-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa krem z pietruszki 300g *(7, 9, 10, P39), Gulasz wieprzowy duszony - dieta 240g *(1, 9, 10), Ziemniaki z wody 200g, Brokuły z wody 150g, Kompot owocowy-cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	822,7957 kcal
Białko	43,2245 g
Tłuszcz	36,0736 g
Węglowodany	82,7746 g
w tym NKT	12,2252 g
W tym cukry	15,4191 g
Błonnik	19,9858 g
Sód	297,6512 mg

Data: 07-04-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Polędwica Z Piersi Kurczaka 50g *(6, 9, 10), Pasta z pieczonych warzyw z oliwą z oliwek 120g *(P50)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	519,8100 kcal
Białko	22,3440 g
Tłuszcz	15,8740 g
Węglowodany	75,0500 g
w tym NKT	6,9791 g
W tym cukry	7,9510 g
Błonnik	14,7220 g
Sód	551,1200 mg

Data: 07-04-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Kefir M *(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: 08-04-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g *(7, P47), Pieczywo mieszane z masłem 1 *(1, 7), Szynka Gotowana *(10), Pomidory, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	700,3000 kcal
Białko	34,9140 g
Tłuszcz	17,7970 g
Węglowodany	98,4100 g
w tym NKT	10,0710 g
W tym cukry	8,0450 g
Błonnik	12,6240 g
Sód	334,6500 mg

Data: 08-04-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa selerowa z ziemniakami 400g *(7, 9, 10), Bitki drobiowe duszone 80g *(1, 7), Ziemniaki z wody 200g, Marchew oprószana 160g *(1, P50), Kompot z czarnej porzeczki -cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	725,0160 kcal
Białko	40,2533 g
Tłuszcz	22,3360 g
Węglowodany	100,9139 g
w tym NKT	2,8261 g
W tym cukry	8,8739 g
Błonnik	14,8955 g
Sód	349,6805 mg

Data: 08-04-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Kolacja

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	521,3700 kcal
Białko	27,9630 g
Tłuszcz	14,8730 g
Węglowodany	65,8000 g
w tym NKT	7,9652 g
W tym cukry	3,9670 g
Błonnik	7,0740 g
Sód	908,7400 mg

Data: 08-04-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

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: 09-04-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Śniadanie

Skład: Kluski lane na mleku 300g *(1, 3, 7, P47), Pieczywo mieszane z masłem 1 *(1, 7), Filet Z Indyka (Wędlina) 50g, Sałata Zielona 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	656,5800 kcal
Białko	33,9790 g
Tłuszcz	17,9310 g
Węglowodany	87,2020 g
w tym NKT	10,1085 g
W tym cukry	8,0100 g
Błonnik	6,1790 g
Sód	384,8700 mg

Data: 09-04-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa szpinakowa 400g *(1, 7, 9, P47), Schab nadziewany śliwką suszoną 50g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Buraczki oprószone 160g *(1), Kompot truskawkowo-agrestowy - cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	869,2960 kcal
Białko	42,5743 g
Tłuszcz	29,2820 g
Węglowodany	116,3529 g
w tym NKT	7,7510 g
W tym cukry	33,3529 g
Błonnik	17,4485 g
Sód	249,8305 mg

Data: 09-04-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Sałatka z kurczakiem i brokułami z olejem 150g *(3, 9), Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G *(7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	663,2600 kcal
Białko	29,6890 g
Tłuszcz	25,4140 g
Węglowodany	80,2700 g
w tym NKT	11,9151 g
W tym cukry	6,4960 g
Błonnik	12,0720 g
Sód	134,4200 mg

Data: 09-04-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Serek Wiejski 200g *(7)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	145,5000 kcal
Białko	22,5000 g
Tłuszcz	4,5000 g
Węglowodany	3,4500 g
w tym NKT	3,0000 g
W tym cukry	3,4500 g

Data: 31-03-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Śniadanie

Skład: Owsianka na mleku 300g *(1, 7, P47), Pieczywo mieszane z masłem 1 *(1, 7), Kurczak Gotowany-Wędlna, Papryka 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	694,0000 kcal
Białko	34,4240 g
Tłuszcz	19,5420 g
Węglowodany	96,8400 g
w tym NKT	10,3960 g
W tym cukry	8,2800 g
Błonnik	10,2740 g
Sód	265,4000 mg

Data: 31-03-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa jarzynowa 400g *(7, 9, 10, P50), Ragout z indyka 170g *(1, P50), Ziemniaki z wody 200g, Jabłko pieczone 150g *(P39), Kompot ze śliwek mrożonych - cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	657,6060 kcal
Białko	37,5253 g
Tłuszcz	16,5850 g
Węglowodany	93,7099 g
w tym NKT	2,1602 g
W tym cukry	8,6499 g
Błonnik	9,5925 g
Sód	162,8005 mg

Data: 31-03-2026 - Wtorek**Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa****Posiłek: Kolacja**

Skład: Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Pasta z tuńczyka i jaj 120g *(3, 4, 9), Ser Twarogowy - Plastry D 21,43g *(7), Sałata Zielona 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	638,2130 kcal
Białko	36,1156 g
Tłuszcz	23,0142 g
Węglowodany	66,2737 g
w tym NKT	9,7652 g
W tym cukry	5,7647 g
Błonnik	7,6920 g
Sód	380,4200 mg

Data: 31-03-2026 - Wtorek**Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa****Posiłek: Posiłek Nocny**

Skład: Serek Wiejski 200g *(7)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	194,0000 kcal
Białko	30,0000 g
Tłuszcz	6,0000 g
Węglowodany	4,6000 g
w tym NKT	4,0000 g
W tym cukry	4,6000 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 - Siarczyn 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	