



Data: 20-04-2026 - 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 10 G 10g *(7), Szyńka Konserwowa Wp-Mielona 50g *(10), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	743,5000 kcal
Białko	30,1340 g
Tłuszcz	18,7870 g
Węglowodany	113,2600 g
w tym NKT	9,8640 g
W tym cukry	7,9450 g
Błonnik	11,5940 g
Sód	954,6500 mg

Data: 20-04-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa neapolitańska 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Połędwica wieprzowa duszona 80g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Sałatka z marchwi i jabłek z olejem 160g *(P39), Kompot z wiśni mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	769,7960 kcal
Białko	46,2634 g
Tłuszcz	25,9458 g
Węglowodany	97,6892 g
w tym NKT	5,5792 g
W tym cukry	19,2211 g
Błonnik	16,3559 g
Sód	317,1711 mg

Data: 20-04-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	617,3100 kcal
Białko	31,6490 g
Tłuszcz	17,1640 g
Węglowodany	81,5200 g
w tym NKT	10,3741 g
W tym cukry	6,4010 g
Błonnik	6,8920 g
Sód	276,3200 mg

Data: 20-04-2026 - 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: 21-04-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	924,1300 kcal
Białko	44,9150 g
Tłuszcz	26,4860 g
Węglowodany	127,2860 g
w tym NKT	14,0120 g
W tym cukry	13,0700 g
Błonnik	11,7470 g
Sód	653,5900 mg

Data: 21-04-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa jarzynowa-dieta 400g *(7, 9, 10), Rolada drobiowa pieczona z brokułami 100g *(1, 3, 7), Sos pietruszkowy 100g *(1, 7), Ziemniaki z wody 200g, Kalarepa z marchwią z wody 150g *(7), Kompot ze śliwek mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	800,8679 kcal
Białko	38,5044 g
Tłuszcz	27,9662 g
Węglowodany	94,3177 g
w tym NKT	12,5090 g
W tym cukry	13,1211 g
Błonnik	14,0361 g
Sód	290,5243 mg

Data: 21-04-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Sałatka z tuńczyka-d 120g *(3, 4, 9), Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G 30g *(7, P47), Sałata Zielona 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	733,7850 kcal
Białko	33,4765 g
Tłuszcz	24,8765 g
Węglowodany	88,3000 g
w tym NKT	11,9491 g
W tym cukry	5,1260 g
Błonnik	8,2420 g
Sód	554,5450 mg

Data: 21-04-2026 - 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: 22-04-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z budyniu 300g *(7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Szynka Tostowa Z Kurczaka 50g *(1, 6, 9, 10), Pomidory 150g, Serek Haga 16,66g *(7), Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	748,5312 kcal
Białko	29,9518 g
Tłuszcz	23,7686 g
Węglowodany	101,7431 g
w tym NKT	14,3174 g
W tym cukry	8,7847 g
Błonnik	11,0740 g
Sód	641,5660 mg

Data: 22-04-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa wiedeńska 400g *(1, 9, 10), Ragout z indyka 170g *(1, 9), Ryż na sypko 160g *(7), Jabłko pieczone 150g *(P39), Kompot owocowy-cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	818,9400 kcal
Białko	40,2510 g
Tłuszcz	19,8760 g
Węglowodany	128,2770 g
w tym NKT	4,0852 g
W tym cukry	13,7170 g
Błonnik	11,6590 g
Sód	260,6400 mg

Data: 22-04-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	612,6850 kcal
Białko	32,0030 g
Tłuszcz	16,7235 g
Węglowodany	80,6276 g
w tym NKT	8,5980 g
W tym cukry	4,1298 g
Błonnik	6,9640 g
Sód	653,2160 mg

Data: 22-04-2026 - Środa

Dieta: Żywnie - 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: 23-04-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Kluski lane na mleku 300g *(1, 3, 7, P47), Bułka Z Ziarnami 50g *(1, 3, 7), Chleb Baltonowski 20g *(1, 7), Kawiorek 50g *(1, 3, 7), Masło Porcyjne 10 G 10g *(7), Szyunka Biała 50g *(1, 6, 9, 10), Papryka 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	776,5800 kcal
Białko	34,5590 g
Tłuszcz	20,9110 g
Węglowodany	115,6770 g
w tym NKT	10,7295 g
W tym cukry	7,6850 g
Błonnik	9,0090 g
Sód	493,3700 mg

Data: 23-04-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa Solferino 400g *(1, 7, 9, 10), Kurczak pieczony 150g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Buraczki oprószone 160g *(1), Kompot z czarnej porzeczki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	1 182,2908 kcal
Białko	75,5451 g
Tłuszcz	50,7248 g
Węglowodany	97,3875 g
w tym NKT	10,6720 g
W tym cukry	29,1649 g
Błonnik	15,4879 g
Sód	190,3009 mg

Data: 23-04-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Kiełbasa Szynkowa Drobiowa 50g *(7, 10), Sałatka jarzynowa z ryżem 120g *(3, 9), Rukola 20g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	667,3380 kcal
Białko	25,5823 g
Tłuszcz	18,6944 g
Węglowodany	99,2051 g
w tym NKT	6,9012 g
W tym cukry	4,8291 g
Błonnik	10,7837 g
Sód	790,4630 mg

Data: 23-04-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

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: 24-04-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	959,4050 kcal
Białko	41,6710 g
Tłuszcz	41,0240 g
Węglowodany	105,8700 g
w tym NKT	19,6691 g
W tym cukry	7,5355 g
Błonnik	8,1700 g
Sód	452,3100 mg

Data: 24-04-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Barszcz z makaronem 400g *(1, 3, 9, 10), Filet rybny pieczony 120g *(4, 9), Sos koperkowy 100g *(1, 7), Ziemniaki z wody 200g, Szpinak duszony 150g *(1, 7), Kompot z truskawek mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	818,8874 kcal
Białko	40,3350 g
Tłuszcz	25,6518 g
Węglowodany	99,9332 g
w tym NKT	11,2306 g
W tym cukry	25,6878 g
Błonnik	17,6547 g
Sód	320,4507 mg

Data: 24-04-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z sera białego i warzyw 120g *(7, P47), Sałata Zielona, Jabłka Deserowe 200g *(P39)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	648,2400 kcal
Białko	29,1160 g
Tłuszcz	14,3640 g
Węglowodany	101,2320 g
w tym NKT	7,7590 g
W tym cukry	6,3860 g
Błonnik	8,1230 g
Sód	286,1700 mg

Data: 24-04-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

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: 25-04-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z ryżem 300g *(7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Filet Z Indyka Gotowany 50g *(1, 6, 7, 9), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	722,1500 kcal
Białko	31,9990 g
Tłuszcz	17,1970 g
Węglowodany	107,7750 g
w tym NKT	9,7190 g
W tym cukry	7,3600 g
Błonnik	10,9240 g
Sód	719,9000 mg

Data: 25-04-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Gulasz wieprzowy duszony 240g *(1, 9, 10), Ziemniaki z wody 200g, Brokuły z wody 150g, Kompot z czerwonej porzeczki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	751,3500 kcal
Białko	43,0441 g
Tłuszcz	29,8692 g
Węglowodany	73,7982 g
w tym NKT	10,9908 g
W tym cukry	13,2182 g
Błonnik	12,4953 g
Sód	147,0915 mg

Data: 25-04-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Szyńka Delikatesowa Z Kurczaka 50g *(7, 10), Ser Twarogowy - Plastry D 21,43g *(7), Sałata Zielona 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	564,0030 kcal
Białko	24,4016 g
Tłuszcz	15,1202 g
Węglowodany	79,8537 g
w tym NKT	8,4641 g
W tym cukry	4,1537 g
Błonnik	6,8800 g
Sód	627,9000 mg

Data: 25-04-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

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: 26-04-2026 - 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 zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	978,5000 kcal
Białko	46,6740 g
Tłuszcz	39,1020 g
Węglowodany	107,6590 g
w tym NKT	16,5140 g
W tym cukry	8,5450 g
Błonnik	5,4840 g
Sód	1 258,4000 mg

Data: 26-04-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	799,9700 kcal
Białko	41,6280 g
Tłuszcz	20,7080 g
Węglowodany	122,3060 g
w tym NKT	4,8057 g
W tym cukry	11,8870 g
Błonnik	7,7890 g
Sód	310,1900 mg

Data: 26-04-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Szyunka Chlebowa *(1, 7, 8, 9, 10), Pomidory 150g, Dżem Jednorazowy Niskosłodzony 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	617,2500 kcal
Białko	21,0800 g
Tłuszcz	15,8450 g
Węglowodany	93,7000 g
w tym NKT	7,9790 g
W tym cukry	13,3500 g
Błonnik	12,8300 g
Sód	739,9000 mg

Data: 26-04-2026 - 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: 27-04-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnie - 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 10 G 10g *(7), Kiełbasa Szynkowa 50g *(10), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	757,5000 kcal
Białko	30,6340 g
Tłuszcz	19,5870 g
Węglowodany	114,4600 g
w tym NKT	10,1140 g
W tym cukry	7,9450 g
Błonnik	11,5940 g
Sód	834,6500 mg

Data: 27-04-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa szparagowa z makaronem 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Filet z indyka duszony 90g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Sałatka z marchwi i ananasów z olejem 160g *(P16, P39), Kompot ze śliwek mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	669,8203 kcal
Białko	36,6981 g
Tłuszcz	13,4088 g
Węglowodany	97,2915 g
w tym NKT	2,0314 g
W tym cukry	25,6599 g
Błonnik	14,8331 g
Sód	299,2015 mg

Data: 27-04-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	617,3800 kcal
Białko	31,6570 g
Tłuszcz	17,1680 g
Węglowodany	81,5440 g
w tym NKT	10,3760 g
W tym cukry	6,4020 g
Błonnik	6,9160 g
Sód	276,4400 mg

Data: 27-04-2026 - 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: 28-04-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Owsianka na mleku 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Kurczak Gotowany-Wędlina 50g, Papryka 150g, Kakao 250g *(1, 7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	933,6300 kcal
Białko	46,4150 g
Tłuszcz	26,7360 g
Węglowodany	127,2860 g
w tym NKT	14,2120 g
W tym cukry	13,0700 g
Błonnik	11,7470 g
Sód	493,5900 mg

Data: 28-04-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa ziemniaczana 400g *(7, 9, 10), Risotto z mięsem i jarzynami 250g *(9), Sos pomidorowy 100g *(1, 7), Jabłko pieczone 150g *(P39), Kompot truskawkowo-agrestowy 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	884,4200 kcal
Białko	35,1580 g
Tłuszcz	21,8730 g
Węglowodany	146,3150 g
w tym NKT	8,6812 g
W tym cukry	23,6370 g
Błonnik	17,4240 g
Sód	195,4400 mg

Data: 28-04-2026 - 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), Ser Twarogowy - Plastry D 21,43g *(7), Sałata Zielona 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	711,5130 kcal
Białko	37,7556 g
Tłuszcz	24,1842 g
Węglowodany	80,3737 g
w tym NKT	9,8742 g
W tym cukry	5,1147 g
Błonnik	7,5820 g
Sód	607,4200 mg

Data: 28-04-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Serek Wiejski Ziarnisty Lekki 150G *(7)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	121,5000 kcal
Białko	16,5000 g
Tłuszcz	4,5000 g
Węglowodany	3,6000 g
w tym NKT	3,0000 g
Sód	570,0000 mg

Data: 29-04-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z budyniu 300g *(7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Szynka Gotowana 50g *(10), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	704,0000 kcal
Białko	32,8690 g
Tłuszcz	17,9370 g
Węglowodany	100,5600 g
w tym NKT	9,9690 g
W tym cukry	8,1350 g
Błonnik	11,0740 g
Sód	559,9000 mg

Data: 29-04-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa koperkowa z ziemniakami 400g *(7, 9, 10), Schab duszony 70g *(1),
Ziemniaki z wody 200g, Cukinia gotowana 150g, Kompot owocowy 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	727,5375 kcal
Białko	37,4322 g
Tłuszcz	25,5438 g
Węglowodany	77,9288 g
w tym NKT	5,4572 g
W tym cukry	12,2089 g
Błonnik	12,4309 g
Sód	234,4811 mg

Data: 29-04-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	594,6700 kcal
Białko	29,6030 g
Tłuszcz	16,0430 g
Węglowodany	79,9000 g
w tym NKT	8,0742 g
W tym cukry	3,3170 g
Błonnik	6,9640 g
Sód	1 135,7400 mg

Data: 29-04-2026 - 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

*** 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	