



Data: 09-06-2026 - Wtorek

Dieta: Żywienie - 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: 09-06-2026 - Wtorek

Dieta: Żywienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa ziemniaczana 400g \*(7, 9, 10), Roladka duszona ze schabu ze szpinakiem 100g \*(1), Sos pietruszkowy 100g \*(1, 7), Ziemniaki młode 200g, Sałatka z marchwi i ananasów z olejem 160g \*(P16, P39), Kompot owocowy-cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	906,4999 kcal
Białko	42,0648 g
Tłuszcz	40,4302 g
Węglowodany	107,4808 g
w tym NKT	12,1640 g
W tym cukry	15,0290 g
Błonnik	13,9550 g
Sód	374,6300 mg

Data: 09-06-2026 - Wtorek

Dieta: Żywienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 \*(1, 3, 7), Pasta z tuńczyka i jaj ze szpinakiem 120g \*(3, 4), Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G 30g \*(7, P47), Sałata Zielona 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	763,8050 kcal
Białko	35,7965 g
Tłuszcz	32,2540 g
Węglowodany	78,9250 g
w tym NKT	13,6361 g
W tym cukry	3,2260 g
Błonnik	7,4420 g
Sód	557,7450 mg

Data: 09-06-2026 - 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: 10-06-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Śniadanie**

**Skład:** Kluski lane na mleku 300g \*(1, 3, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 \*(1, 3, 7), Filet Parzony Z Indyka 50g \*(7), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa zbożowa 200g \*(1)

**Charakterystyka**

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	745,2800 kcal
Białko	33,2490 g
Tłuszcz	19,2710 g
Węglowodany	106,8270 g
w tym NKT	10,3315 g
W tym cukry	7,8350 g
Błonnik	7,0490 g
Sód	743,8700 mg

Data: 10-06-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Obiad**

**Skład:** Rosół z makaronem 400g \*(1, 3, 9, 10), Pulpet z mięsa mieszanego gotowany 90g \*(1, 3, 7, 9, P50), Sos potrawkowy 100g \*(1, 3, 7), Ziemniaki młode 200g, Sałatka z selera i brzoskwiń z olejem 150g \*(9, P23), Kompot ze śliwek mrożonych 200g

**Charakterystyka**

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	813,9449 kcal
Białko	42,5568 g
Tłuszcz	25,7353 g
Węglowodany	117,0030 g
w tym NKT	8,9315 g
W tym cukry	23,5093 g
Błonnik	13,9720 g
Sód	370,9610 mg

Data: 10-06-2026 - 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 Lodowa 25g

### Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	632,2564 kcal
Białko	34,6780 g
Tłuszcz	17,8825 g
Węglowodany	80,1024 g
w tym NKT	8,6910 g
W tym cukry	3,4332 g
Błonnik	6,9640 g
Sód	746,9405 mg

Data: 10-06-2026 - 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: 11-06-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Śniadanie

Skład: Owsianka na mleku 300g \*(1, 7, P47), Bułka Grahamka 50g \*(1, 3, 7), Chleb Baltonowski 20g \*(1, 7), Kawiorek 50g \*(1, 3, 7), Masło Porcyjne 10 G \*(7), Kiełbasa Szynekowa 50g \*(10), Pomidory 150g, Kakao 250g \*(1, 7, P47)

### Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	918,9300 kcal
Białko	41,4250 g
Tłuszcz	26,3760 g
Węglowodany	130,3860 g
w tym NKT	14,0600 g
W tym cukry	13,3200 g
Błonnik	15,8070 g
Sód	1 098,0900 mg

Data: 11-06-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Obiad

Skład: Zupa pomidorowa z makaronem 400g \*(1, 3, 7, 9, 10), Kurczak pieczony 150g \*(1), Ziemniaki młode 200g, Brokuły z wody 150g, Kompot z rabarbaru 200g

### Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	1 110,5999 kcal
Białko	80,4098 g
Tłuszcz	49,1452 g
Węglowodany	85,7318 g
w tym NKT	9,7125 g
W tym cukry	19,4190 g
Błonnik	10,2500 g
Sód	87,8300 mg

Data: 11-06-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Kolacja**

**Skład:** Herbata, Pieczywo z masłem 2 \*(1, 3, 7), Szyunka Gotowana 50g \*(10), Sałatka jarzynowa z olejem 150g \*(3, 9), Roszponka 20g

**Charakterystyka**

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	673,2474 kcal
Białko	29,6515 g
Tłuszcz	21,2050 g
Węglowodany	91,8000 g
w tym NKT	7,0049 g
W tym cukry	4,8260 g
Błonnik	11,1420 g
Sód	646,1606 mg

Data: 11-06-2026 - 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: 12-06-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Śniadanie**

**Skład:** Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g \*(7, P47), Pieczywo z masłem 1 \*(1, 3, 7), Jajecznica z zieloną pietruszką 140g \*(3, 7), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa zbożowa 200g \*(1)

**Charakterystyka**

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	989,0050 kcal
Białko	42,4060 g
Tłuszcz	40,2390 g
Węglowodany	113,6050 g
w tym NKT	19,5791 g
W tym cukry	7,3455 g
Błonnik	7,5650 g
Sód	454,0600 mg

Data: 12-06-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Obiad**

**Skład:** Botwinka 400g \*(1, 7, 9, 10), Filet rybny pieczony 120g \*(4, 9), Sos grecki 100g \*(9), Ziemniaki młode 200g, Jabłko pieczone 150g \*(P39), Kompot z czerwonej porzeczki 200g

### Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	635,6379 kcal
Białko	35,1850 g
Tłuszcz	19,6810 g
Węglowodany	95,7802 g
w tym NKT	1,1845 g
W tym cukry	24,0160 g
Błonnik	16,6410 g
Sód	323,2700 mg

Data: 12-06-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 \*(1, 3, 7), Ser biały z koperkiem 120g \*(7, P47), Sałata Zielona 25g, Nektarynki 180g

### Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	678,6800 kcal
Białko	33,4670 g
Tłuszcz	14,3080 g
Węglowodany	101,2490 g
w tym NKT	7,4160 g
W tym cukry	5,8770 g
Błonnik	6,9460 g
Sód	273,1400 mg

Data: 12-06-2026 - 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: 13-06-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z ryżem 300g \*(7, P47), Pieczywo z masłem 1 \*(1, 3, 7), Kielbasa Szyngowa Drobiowa 50g \*(7, 10), Sałata Lodowa 25g, Kawa zbożowa 200g \*(1)

### Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	703,6500 kcal
Białko	30,8490 g
Tłuszcz	17,8970 g
Węglowodany	102,8000 g
w tym NKT	9,9540 g
W tym cukry	7,2350 g
Błonnik	4,9740 g
Sód	707,9000 mg

Data: 13-06-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Obiad**

**Skład:** Zupa selerowa z ziemniakami 400g \*(7, 9, 10), Filet z kurczaka duszony 110g \*(1), Ziemniaki młode 200g, Marchew oprószana 160g \*(1, P50), Kompot truskawkowo-agrestowy 200g

**Charakterystyka**

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	573,4999 kcal
Białko	38,3348 g
Tłuszcz	14,6702 g
Węglowodany	83,5728 g
w tym NKT	1,1935 g
W tym cukry	10,5240 g
Błonnik	7,5850 g
Sód	287,8800 mg

**Data: 13-06-2026 - Sobota****Dieta: Żywnie - Dieta Łatwostrawna****Posiłek: Kolacja**

**Skład:** Herbata, Pieczywo z masłem 2 \*(1, 3, 7), Szyńka Chlebowa 50g \*(1, 7, 8, 9, 10), Pomidory, Miód 25g

**Charakterystyka**

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	650,7500 kcal
Białko	21,1275 g
Tłuszcz	15,8200 g
Węglowodany	102,4500 g
w tym NKT	7,9790 g
W tym cukry	20,3500 g
Błonnik	12,8300 g
Sód	739,9000 mg

**Data: 13-06-2026 - Sobota****Dieta: Żywnie - 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: 14-06-2026 - Niedziela****Dieta: Żywnie - 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, Jajko gotowane 50g \*(3), Sałata Zielona 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: 14-06-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Obiad**

**Skład:** Zupa z cukinii z ziemniakami 400g \*(7, 9, 10), Polędwica wieprzowa duszona 80g \*(1), Kasza jęczmienna 100g \*(1, 7), Bukiet warzyw 150g, Kompot owocowy 200g

**Charakterystyka**

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	838,1400 kcal
Białko	46,7510 g
Tłuszcz	34,1820 g
Węglowodany	97,8940 g
w tym NKT	7,4351 g
W tym cukry	13,5930 g
Błonnik	11,4380 g
Sód	163,8100 mg

Data: 14-06-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Kolacja**

**Skład:** Herbata, Pieczywo z masłem 2 \*(1, 3, 7), Filet Z Indyka Gotowany 50g \*(1, 6, 7, 9), Ser Twarogowy - Plastry D 21,43g \*(7), Papryka 150g

**Charakterystyka**

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	593,0030 kcal
Białko	26,7016 g
Tłuszcz	14,9702 g
Węglowodany	86,8787 g
w tym NKT	8,2041 g
W tym cukry	4,2787 g
Błonnik	9,5300 g
Sód	712,4000 mg

Data: 14-06-2026 - 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: 15-06-2026 - 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 \*(7), Filet Parzony Z Indyka 50g \*(7), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g \*(1)

### Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	754,0000 kcal
Białko	32,1340 g
Tłuszcz	19,0370 g
Węglowodany	113,2600 g
w tym NKT	9,9140 g
W tym cukry	8,3450 g
Błonnik	11,5940 g
Sód	694,6500 mg

Data: 15-06-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Obiad

**Skład:** Zupa krem z zielonych warzyw 300g \*(1, 7, 9), Filet z indyka duszony 90g \*(1),  
Ziemniaki młode 200g, Sałatka z marchwi i selera z olejem 160g \*(9, P69),  
Kompot z czarnej porzeczki 200g

### Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	598,7349 kcal
Białko	38,9728 g
Tłuszcz	16,2782 g
Węglowodany	88,5018 g
w tym NKT	3,1795 g
W tym cukry	16,6435 g
Błonnik	18,4140 g
Sód	311,7900 mg

Data: 15-06-2026 - 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, Truskawki Świeże 150g

### Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	663,6700 kcal
Białko	31,3530 g
Tłuszcz	19,1730 g
Węglowodany	91,9700 g
w tym NKT	10,6442 g
W tym cukry	8,0320 g
Błonnik	9,6340 g
Sód	288,6900 mg

Data: 15-06-2026 - 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: 16-06-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Śniadanie

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

### Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	930,1300 kcal
Białko	43,9150 g
Tłuszcz	26,8860 g
Węglowodany	128,7360 g
w tym NKT	14,2120 g
W tym cukry	13,0700 g
Błonnik	11,7470 g
Sód	233,5900 mg

Data: 16-06-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Obiad

Skład: Zupa wiedeńska 400g \*(1, 9, 10), Makaron a'la boloński 250g \*(1, 3, 9), Kisiel z brzoskwiniami i jabłkami 150g \*(P23, P39), Kompot ze śliwek mrożonych 200g

### Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	967,5900 kcal
Białko	42,2530 g
Tłuszcz	25,7480 g
Węglowodany	152,1000 g
w tym NKT	7,5887 g
W tym cukry	26,0670 g
Błonnik	9,8790 g
Sód	198,0900 mg

Data: 16-06-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Kolacja

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

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	736,4850 kcal
Białko	33,5765 g
Tłuszcz	24,8965 g
Węglowodany	88,7100 g
w tym NKT	11,9591 g
W tym cukry	5,4460 g
Błonnik	8,4620 g
Sód	554,5450 mg

Data: 16-06-2026 - Wtorek

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: 17-06-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

### Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z budyniu 300g \*(7, P47), Pieczywo z masłem 1 \*(1, 3, 7), Szyunka Delikatesowa Z Kurczaka 50g \*(7, 10), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa zbożowa 200g \*(1)

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	689,5000 kcal
Białko	29,3690 g
Tłuszcz	17,7370 g
Węglowodany	101,2100 g
w tym NKT	10,0690 g
W tym cukry	8,1350 g
Błonnik	6,5740 g
Sód	639,9000 mg

Data: 17-06-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

### Posiłek: Obiad

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

## Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	800,8700 kcal
Białko	34,3430 g
Tłuszcz	22,1530 g
Węglowodany	125,9450 g
w tym NKT	8,9012 g
W tym cukry	21,3370 g
Błonnik	14,0640 g
Sód	291,9900 mg

Data: 17-06-2026 - 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: 17-06-2026 - 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: 18-06-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Śniadanie**

**Skład:** Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300g \*(1, 7, P47), Bułka Z Ziarnami 50g \*(1, 3, 7), Chleb Baltonowski 20g \*(1, 7), Kawiorek 50g \*(1, 3, 7), Masło Porcyjne 10 G \*(7), Szynka Konserwowa Wp-Mielona 50g \*(10), Pomidory 150g, Kakao 250g \*(1, 7, P47)

**Charakterystyka**

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	922,0300 kcal
Białko	40,0200 g
Tłuszcz	24,4360 g
Węglowodany	134,3610 g
w tym NKT	13,6000 g
W tym cukry	13,2450 g
Błonnik	15,7020 g
Sód	1 219,2900 mg

Data: 18-06-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Obiad**

**Skład:** Zupa koperkowa z ziemniakami 400g \*(7, 9, 10), Rolada drobiowa pieczona 90g \*(1, 3, 7), Sos potrawkowy 100g \*(1, 3, 7), Ziemniaki młode 200g, Cukinia z marchwią z oliwą z oliwek, Kompot z wiśni mrożonych -cukrzyca 200g

### Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	716,0639 kcal
Białko	36,2528 g
Tłuszcz	26,2864 g
Węglowodany	92,1974 g
w tym NKT	9,0263 g
W tym cukry	8,3830 g
Błonnik	9,9660 g
Sód	312,3060 mg

Data: 18-06-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 \*(1, 3, 7), Polędwica Sopocka 50g \*(10), Serek Haga 16,66g \*(7), Roszponka 20g

### Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	591,9812 kcal
Białko	24,8328 g
Tłuszcz	18,7916 g
Węglowodany	77,5331 g
w tym NKT	11,4024 g
W tym cukry	2,8497 g
Błonnik	6,8500 g
Sód	509,5660 mg

Data: 18-06-2026 - 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

**\* 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	