



Data: 19-06-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

Posiłek: **Śniadanie**

Skład: Owsianka na mleku 300g *(1, 7, P47), Kawiorek z masłem 1 *(1, 3, 7), Jajecznicza z zieloną pietruszką 140g *(3, 7), Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G 30g *(7, P47), Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	1 040,5050 kcal
Białko	43,7410 g
Tłuszcz	49,1640 g
Węglowodany	106,2800 g
w tym NKT	24,7421 g
W tym cukry	7,2455 g
Błonnik	5,1300 g
Sód	667,3100 mg

Data: 19-06-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

Posiłek: **Obiad**

Skład: Zupa owocowa z makaronem 400g *(1, 3), Pulpeciki rybne 100g *(1, 3, 4, 7, 9), Sos cytrynowy 100g *(1, 7, P69), Ziemniaki puree 200g *(7), Szpinak duszony 150g *(1, 7), Kompot z czerwonej porzeczki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	1 036,0370 kcal
Białko	37,4315 g
Tłuszcz	27,6471 g
Węglowodany	165,6658 g
w tym NKT	15,5285 g
W tym cukry	31,7890 g
Błonnik	12,8120 g
Sód	192,6530 mg

Data: 19-06-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

Posiłek: **Kolacja**

Skład: Herbata, Kawiorek z masłem 2 *(1, 3, 7), Ser biały z koperkiem 120g *(7, P47), Dżem Jednorazowy Niskosłodzony 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	687,3200 kcal
Białko	30,6930 g
Tłuszcz	17,4315 g
Węglowodany	99,4100 g
w tym NKT	8,4795 g
W tym cukry	14,8920 g
Błonnik	4,4160 g
Sód	497,3850 mg

Data: 19-06-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

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: 20-06-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z ryżem 300g *(7, P47), Kawiorek z masłem 1 *(1, 3, 7), Pasta z wędlin i jaj 120g *(1, 3, 6, 9, 10), Miód 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	973,9400 kcal
Białko	39,8575 g
Tłuszcz	32,8160 g
Węglowodany	129,0320 g
w tym NKT	12,6330 g
W tym cukry	24,1110 g
Błonnik	3,4170 g
Sód	960,7200 mg

Data: 20-06-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa wiedeńska 400g *(1, 9, 10), Schab duszony mielony z pomidorami 80g *(1), Ziemniaki puree 200g *(7), Bukiet warzyw 150g, Kompot z rabarbaru 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	844,0400 kcal
Białko	45,5390 g
Tłuszcz	33,8970 g
Węglowodany	90,2320 g
w tym NKT	9,1017 g
W tym cukry	20,1530 g
Błonnik	8,1270 g
Sód	57,8600 mg

Data: 20-06-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Kawiorek z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z mięsa i warzyw 120g *(3, 9), Ser Twarogowy Topiony Deliser 17,5g *(7)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	688,8900 kcal
Białko	30,1510 g
Tłuszcz	23,9540 g
Węglowodany	85,2770 g
w tym NKT	6,5540 g
W tym cukry	2,9210 g
Błonnik	5,7030 g
Sód	507,9025 mg

Data: 20-06-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

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: 21-06-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z płatkami kuk. 300g *(1, 7, P47), Kawiorek z masłem 1 *(1, 3, 7), Pasta z jaj z koperkiem 120g *(3), Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G 30g *(7, P47), Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	1 038,3900 kcal
Białko	39,7950 g
Tłuszcz	47,6710 g
Węglowodany	111,4210 g
w tym NKT	18,7030 g
W tym cukry	7,7810 g
Błonnik	3,9270 g
Sód	631,2200 mg

Data: 21-06-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Potrawka z kurczaka gotowana mielona 150g *(1, 3, 9), Ziemniaki puree 200g *(7), Marchew oprószana 160g *(1, P50), Kompot truskawkowo-agrestowy 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	707,5270 kcal
Białko	43,2635 g
Tłuszcz	22,6321 g
Węglowodany	91,4748 g
w tym NKT	5,7131 g
W tym cukry	13,1880 g
Błonnik	6,5080 g
Sód	245,6630 mg

Data: 21-06-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Kawiorek z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z wędlin i warzyw 120g *(3, 9),
Powidła 30g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	648,2540 kcal
Białko	26,0270 g
Tłuszcz	14,0382 g
Węglowodany	100,8736 g
w tym NKT	6,7600 g
W tym cukry	15,8220 g
Błonnik	5,7360 g
Sód	838,4460 mg

Data: 21-06-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

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: 22-06-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z budyniu 300g *(7, P47), Kawiorek z masłem 1 *(1, 3, 7), Pasta z wędlin i jaj 120g *(3), Serek Haga 16,66g *(7), Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	893,9712 kcal
Białko	41,6628 g
Tłuszcz	35,4876 g
Węglowodany	100,7001 g
w tym NKT	16,3314 g
W tym cukry	7,5357 g
Błonnik	3,5670 g
Sód	822,3860 mg

Data: 22-06-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa Solferino 400g *(1, 7, 9, 10), Pulpet z mięsa mieszanego gotowany 90g *(1, 3, 7, P50), Sos koperkowy 100g *(1, 7), Ziemniaki puree 200g *(7), Brokuły z wody 150g, Kompot owocowy 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	828,2947 kcal
Białko	38,7811 g
Tłuszcz	30,3771 g
Węglowodany	101,1790 g
w tym NKT	14,9356 g
W tym cukry	12,2930 g
Błonnik	11,0030 g
Sód	280,2595 mg

Data: 22-06-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Kawiorek z masłem 2 *(1, 3, 7), Ser biały z zieloną pietruszką 120g *(7, P47), Dżem Jednorazowy Niskosłodzony 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	690,1600 kcal
Białko	31,2490 g
Tłuszcz	17,9290 g
Węglowodany	98,6200 g
w tym NKT	10,4201 g
W tym cukry	16,2010 g
Błonnik	4,3920 g
Sód	503,3200 mg

Data: 22-06-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywienie - Dieta Papkowata

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: 23-06-2026 - Wtorek

Dieta: Żywienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Śniadanie

Skład: Owsianka na mleku 300g *(1, 7, P47), Kawiorek z masłem 1 *(1, 3, 7), Pasta z pieczonych warzyw z oliwą z oliwek 120g *(9), Powidła 30g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	832,7100 kcal
Białko	25,6630 g
Tłuszcz	24,2360 g
Węglowodany	133,6250 g
w tym NKT	10,5261 g
W tym cukry	24,2860 g
Błonnik	13,1910 g
Sód	585,1200 mg

Data: 23-06-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa krem z dyni i marchwi 300g *(1, 3, 7, 9, 10), Filet z kurczaka duszony mielony 110g *(1), Ziemniaki puree 200g *(7), Kalarepa z marchwią z wody 150g *(7), Kompot z wiśni mrożonych -cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	713,4424 kcal
Białko	41,7815 g
Tłuszcz	24,3330 g
Węglowodany	85,5220 g
w tym NKT	9,4810 g
W tym cukry	9,1080 g
Błonnik	10,7970 g
Sód	251,9256 mg

Data: 23-06-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Kolacja

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	738,0912 kcal
Białko	36,1868 g
Tłuszcz	26,3456 g
Węglowodany	84,2531 g
w tym NKT	11,9585 g
W tym cukry	2,6107 g
Błonnik	5,0520 g
Sód	836,0860 mg

Data: 23-06-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

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: 24-06-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Śniadanie

Skład: Kluski lane na mleku 300g *(1, 3, 7, P47), Kawiorek z masłem 1 *(1, 3, 7), Pasta z jaj z koperkiem 120g *(3), Ser Twarogowy Topiony Deliser 17,5g *(7), Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	1 020,4200 kcal
Białko	41,1850 g
Tłuszcz	46,7400 g
Węglowodany	107,3840 g
w tym NKT	13,8355 g
W tym cukry	6,1860 g
Błonnik	4,0420 g
Sód	655,5225 mg

Data: 24-06-2026 - Środa**Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata****Posiłek: Obiad**

Skład: Zupa z cukinii z ziemniakami 400g *(7, 9, 10), Ragout z indyka duszone mielone 170g *(1, 9), Ziemniaki puree 200g *(7), Jabłko pieczone 150g *(P39), Kompot z truskawek mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	742,0200 kcal
Białko	37,8030 g
Tłuszcz	25,3160 g
Węglowodany	102,8290 g
w tym NKT	5,1331 g
W tym cukry	22,0620 g
Błonnik	13,1050 g
Sód	176,4900 mg

Data: 24-06-2026 - Środa**Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata****Posiłek: Kolacja**

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	702,5200 kcal
Białko	29,4205 g
Tłuszcz	16,8730 g
Węglowodany	105,8250 g
w tym NKT	8,1102 g
W tym cukry	20,0920 g
Błonnik	4,4340 g
Sód	1 362,7400 mg

Data: 24-06-2026 - Środa**Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata****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: 25-06-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g *(7, P47), Kawiorek z masłem 1 *(1, 3, 7), Pasta z wędlin i jaj 120g *(3, 7, 10), Serek Haga 16,66g *(7), Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	955,9712 kcal
Białko	43,3278 g
Tłuszcz	36,2376 g
Węglowodany	113,2501 g
w tym NKT	16,4414 g
W tym cukry	6,7457 g
Błonnik	4,5370 g
Sód	1 044,1360 mg

Data: 25-06-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa ziemniaczana 400g *(7, 9, 10), Filet z kurczaka duszony z jabłkami mielony 80g *(1, P39), Ziemniaki puree 200g *(7), Brokuły z wody 150g, Kompot z czarnej porzeczki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	713,8300 kcal
Białko	43,8940 g
Tłuszcz	18,3290 g
Węglowodany	99,5200 g
w tym NKT	5,1091 g
W tym cukry	11,8260 g
Błonnik	12,0120 g
Sód	135,2700 mg

Data: 25-06-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Kawiorek z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z brokuła i jajek 120g *(3), Dżem Jednorazowy Niskosłodzony 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	681,2600 kcal
Białko	28,2440 g
Tłuszcz	19,5290 g
Węglowodany	96,8900 g
w tym NKT	8,2926 g
W tym cukry	12,2010 g
Błonnik	5,6420 g
Sód	577,9200 mg

Data: 25-06-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

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: 26-06-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Śniadanie

Skład: Owsianka na mleku 300g *(1, 7, P47), Kawiorek z masłem 1 *(1, 3, 7), Jajecznicza z zieloną pietruszką 140g *(3, 7), Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G *(7, P47), Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	1 040,5050 kcal
Białko	43,7410 g
Tłuszcz	49,1640 g
Węglowodany	106,2800 g
w tym NKT	24,7421 g
W tym cukry	7,2455 g
Błonnik	5,1300 g
Sód	667,3100 mg

Data: 26-06-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Obiad

Skład: Rosolnik z ryżem 400g *(9, 10), Filet rybny pieczony 120g *(4, 9), Sos koperkowy 100g *(1, 7), Ziemniaki puree 200g *(7), Bukiet warzyw 150g, Kompot ze śliwek mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	875,3500 kcal
Białko	43,6550 g
Tłuszcz	32,4190 g
Węglowodany	106,0760 g
w tym NKT	12,2338 g
W tym cukry	16,7810 g
Błonnik	10,1550 g
Sód	193,3700 mg

Data: 26-06-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Kawiorek z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z sera białego z suszonymi pomidorami 120g *(7, P47), Powidła 30g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	739,4200 kcal
Białko	30,3560 g
Tłuszcz	20,6080 g
Węglowodany	105,5460 g
w tym NKT	8,2760 g
W tym cukry	18,6540 g
Błonnik	5,7240 g
Sód	512,4400 mg

Data: 26-06-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

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: 27-06-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszką manną 300g *(1, 7, P47), Kawiorek z masłem 1 *(1, 3, 7), Pasta z wędlin i jaj 120g *(3, 10), Dżem Jednorazowy Niskosłodzony 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	897,0400 kcal
Białko	38,1250 g
Tłuszcz	30,5760 g
Węglowodany	115,2970 g
w tym NKT	12,0190 g
W tym cukry	17,0810 g
Błonnik	3,9170 g
Sód	1 301,3200 mg

Data: 27-06-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa z cukinii z ziemniakami 400g *(7, 9, 10), Filet z kurczaka gotowany mielony 80g *(9), Sos potrawkowy 100g *(1, 3, 7), Ziemniaki puree 200g *(7), Marchew oprószana 160g *(1, P50), Kompot z czerwonej porzeczki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	797,7140 kcal
Białko	42,3260 g
Tłuszcz	30,2242 g
Węglowodany	99,4266 g
w tym NKT	10,9890 g
W tym cukry	15,0310 g
Błonnik	3,0730 g
Sód	229,1760 mg

Data: 27-06-2026 - Sobota

Dieta: Żywienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Kawiorek z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z mięsa i warzyw 120g *(3, 9), Ser Twarogowy - Plastry D 21,43g *(7)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	684,3430 kcal
Białko	31,6976 g
Tłuszcz	21,7442 g
Węglowodany	87,3257 g
w tym NKT	8,5241 g
W tym cukry	5,4897 g
Błonnik	6,1430 g
Sód	507,5700 mg

Data: 27-06-2026 - Sobota

Dieta: Żywienie - Dieta Papkowata

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: 28-06-2026 - Niedziela

Dieta: Żywienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z płatkami kuk. 300g *(1, 7, P47), Kawiorek z masłem 1 *(1, 3, 7), Pasta z jaj z koperkiem 120g *(3), Serek Haga 16,66g *(7), Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	1 008,5712 kcal
Białko	39,1178 g
Tłuszcz	44,8026 g
Węglowodany	111,0941 g
w tym NKT	17,6014 g
W tym cukry	7,4707 g
Błonnik	3,9270 g
Sód	632,8860 mg

Data: 28-06-2026 - Niedziela

Dieta: Żywienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa krem z pietruszki 300g *(7, 9, 10, P39), Polędwica wieprzowa duszona mielona 80g *(1), Ziemniaki puree 200g *(7), Brokuły z wody 150g, Kompot

owocowy 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	748,7450 kcal
Białko	47,9280 g
Tłuszcz	36,8380 g
Węglowodany	77,2100 g
w tym NKT	9,8392 g
W tym cukry	16,3920 g
Błonnik	13,1840 g
Sód	232,9650 mg

Data: 28-06-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Kawiorek z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z wędlin i warzyw 120g *(3, 7, 9, 10), Miód 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	672,0040 kcal
Białko	24,5745 g
Tłuszcz	14,7282 g
Węglowodany	107,3436 g
w tym NKT	7,1300 g
W tym cukry	21,5620 g
Błonnik	6,1760 g
Sód	878,4460 mg

Data: 28-06-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Papkowata

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

*** 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	