



Data: 20-05-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszką manną 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Kielbasa Szynkowa Drobiowa *(7, 10), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	707,3000 kcal
Białko	30,5640 g
Tłuszcz	17,9320 g
Węglowodany	102,9400 g
w tym NKT	10,0050 g
W tym cukry	7,3300 g
Błonnik	6,9240 g
Sód	720,5000 mg

Data: 20-05-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Krupnik 450g *(1, 9, 10), Jajka gotowane (2 sztuki) 50g *(3), Sos koperkowy 100g *(1, 7), Ziemniaki z wody 200g, Sałatka z marchwi i jabłek z olejem 160g *(P39), Kompot z truskawek mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	761,3965 kcal
Białko	26,2473 g
Tłuszcz	27,7618 g
Węglowodany	99,3807 g
w tym NKT	10,5093 g
W tym cukry	17,4620 g
Błonnik	14,4899 g
Sód	362,7409 mg

Data: 20-05-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z sera białego i wędlin 110g *(1, 6, 7, 9, 10, P47), Sałata Lodowa 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	614,0860 kcal
Białko	32,3190 g
Tłuszcz	16,7476 g
Węglowodany	80,6310 g
w tym NKT	8,5290 g
W tym cukry	3,9290 g
Błonnik	6,9640 g
Sód	684,5700 mg

Data: 20-05-2026 - 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: 21-05-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300g *(1, 7, P47), Bułka Grahamka 50g *(1, 3, 7), Chleb Baltonowski 20g *(1, 7), Kawiorek 50g *(1, 3, 7), Masło Porcyjne 10 G 10g *(7), Kurczak Gotowany-Wędlina 50g, Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	760,8000 kcal
Białko	33,0540 g
Tłuszcz	18,8720 g
Węglowodany	114,7500 g
w tym NKT	10,1820 g
W tym cukry	7,7100 g
Błonnik	13,3040 g
Sód	738,1000 mg

Data: 21-05-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa szparagowa z makaronem 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Kurczak pieczony 150g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Buraczki oprószone 160g *(1), Kompot owocowy 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	1 177,1265 kcal
Białko	77,6303 g
Tłuszcz	50,0518 g
Węglowodany	100,8287 g
w tym NKT	10,3327 g
W tym cukry	32,1000 g
Błonnik	9,0489 g
Sód	265,2609 mg

Data: 21-05-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Polędwica Sopocka 50g *(10), Sałatka jarzynowa z olejem-d 150g *(3, 9), Rukola 20g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	684,2974 kcal
Białko	27,7315 g
Tłuszcz	23,2700 g
Węglowodany	91,7350 g
w tym NKT	8,0069 g
W tym cukry	4,9110 g
Błonnik	11,3870 g
Sód	610,4606 mg

Data: 21-05-2026 - 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: 22-05-2026 - 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: 22-05-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa pomidorowa z ryżem 400g *(7, 9, 10), Pulpeciki rybne gotowane 100g *(1, 3, 4, 7, 9), Sos koperkowy 100g *(1, 7), 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	806,4919 kcal
Białko	34,1938 g
Tłuszcz	22,2763 g
Węglowodany	127,4961 g
w tym NKT	8,8766 g
W tym cukry	29,4290 g
Błonnik	17,3970 g
Sód	376,0380 mg

Data: 22-05-2026 - 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	585,0800 kcal
Białko	31,4870 g
Tłuszcz	13,2280 g
Węglowodany	82,3490 g
w tym NKT	7,4160 g
W tym cukry	5,8770 g
Błonnik	6,9460 g
Sód	273,1400 mg

Data: 22-05-2026 - 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: 23-05-2026 - 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), Papryka 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	735,6500 kcal
Białko	32,6490 g
Tłuszcz	18,4470 g
Węglowodany	110,4750 g
w tym NKT	9,9940 g
W tym cukry	7,3600 g
Błonnik	7,6240 g
Sód	652,4000 mg

Data: 23-05-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa krem z pietruszki 300g *(7, 9, 10, P39), Schab duszony 70g *(1), Ziemniaki
młode 200g, Brokuły z wody 150g, Kompot z rabarbaru 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	683,0749 kcal
Białko	40,4298 g
Tłuszcz	33,7702 g
Węglowodany	61,6968 g
w tym NKT	7,7350 g
W tym cukry	15,0640 g
Błonnik	13,2500 g
Sód	130,0050 mg

Data: 23-05-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Filet Parzony Z Indyka 50g *(7), Ser Twarogowy - Plastry D 21,43g *(7), Sałata Zielona 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	557,0030 kcal
Białko	23,9016 g
Tłuszcz	14,7202 g
Węglowodany	79,1537 g
w tym NKT	8,1641 g
W tym cukry	4,5537 g
Błonnik	6,8800 g
Sód	707,9000 mg

Data: 23-05-2026 - 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: 24-05-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z płatkami kuk. 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Szyunka Tostowa Z Kurczaka *(1, 6, 9, 10), Jajko gotowane 50g *(3), Sałata Lodowa, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	812,4500 kcal
Białko	37,4240 g
Tłuszcz	25,2520 g
Węglowodany	106,9790 g
w tym NKT	12,0840 g
W tym cukry	7,9450 g
Błonnik	5,4840 g
Sód	698,4000 mg

Data: 24-05-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Rosół z makaronem 400g *(1, 3, 9, 10), Potrawka z kurczaka gotowana 150g *(1, 3, 9), Ryż na sypko 160g *(7), Marchew oprószana 160g *(1, P50), Kompot z

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	871,8400 kcal
Białko	46,1360 g
Tłuszcz	21,7960 g
Węglowodany	133,6010 g
w tym NKT	4,5009 g
W tym cukry	12,0240 g
Błonnik	5,3130 g
Sód	289,2800 mg

Data: 24-05-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Szynka Biała 50g *(1, 6, 9, 10), Pomidory 150g, Dżem Jednorazowy Niskosłodzony 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	587,2500 kcal
Białko	20,5800 g
Tłuszcz	12,4450 g
Węglowodany	94,8000 g
w tym NKT	6,5790 g
W tym cukry	13,3500 g
Błonnik	12,8300 g
Sód	239,9000 mg

Data: 24-05-2026 - 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: 25-05-2026 - 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), Filet Z Indyka Gotowany 50g *(1, 6, 7, 9), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	757,5000 kcal
Białko	33,6340 g
Tłuszcz	18,7370 g
Węglowodany	113,3100 g
w tym NKT	9,8140 g
W tym cukry	7,9450 g
Błonnik	11,5940 g
Sód	694,6500 mg

Data: 25-05-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa krem z dyni z pomidorami 300g *(3, 7, 9, 10), Poledwica wieprzowa duszona z jabłkami 80g *(1, P39), Ziemniaki młode 200g, Szpinak duszony 150g *(1, 7), Kompot z wiśni mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	694,6423 kcal
Białko	48,8683 g
Tłuszcz	27,2072 g
Węglowodany	83,4318 g
w tym NKT	9,6192 g
W tym cukry	14,0280 g
Błonnik	13,6430 g
Sód	220,7256 mg

Data: 25-05-2026 - 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	621,6700 kcal
Białko	30,3030 g
Tłuszcz	18,4230 g
Węglowodany	81,1700 g
w tym NKT	10,6142 g
W tym cukry	5,9320 g
Błonnik	6,9340 g
Sód	288,6900 mg

Data: 25-05-2026 - 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: 26-05-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	910,6300 kcal
Białko	41,2650 g
Tłuszcz	26,0860 g
Węglowodany	125,7360 g
w tym NKT	14,0370 g
W tym cukry	13,0700 g
Błonnik	10,5470 g
Sód	861,0900 mg

Data: 26-05-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa koperkowa z lanym ciastem 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Rolada drobiowa pieczona z brokułami 100g *(1, 3, 7), Sos potrawkowy 100g *(1, 3, 7), Ziemniaki młode 200g, Cukinia z marchwią z oliwą z oliwek, Kompot owocowy 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	802,5779 kcal
Białko	42,7398 g
Tłuszcz	30,6846 g
Węglowodany	102,3420 g
w tym NKT	10,3907 g
W tym cukry	13,8780 g
Błonnik	11,3290 g
Sód	397,1720 mg

Data: 26-05-2026 - 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 Zielona 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	714,6350 kcal
Białko	32,7915 g
Tłuszcz	22,9465 g
Węglowodany	88,4500 g
w tym NKT	6,8591 g
W tym cukry	4,4860 g
Błonnik	8,4620 g
Sód	554,8775 mg

Data: 26-05-2026 - 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: 27-05-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	704,5000 kcal
Białko	31,0190 g
Tłuszcz	18,3370 g
Węglowodany	104,3600 g
w tym NKT	10,1440 g
W tym cukry	8,1350 g
Błonnik	7,7740 g
Sód	632,4000 mg

Data: 27-05-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa jarzynowa 400g *(7, 9, 10), Filet z indyka duszony 90g *(1), 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	587,9299 kcal
Białko	38,8462 g
Tłuszcz	16,1744 g
Węglowodany	86,0294 g
w tym NKT	2,1790 g
W tym cukry	19,5578 g
Błonnik	14,0090 g
Sód	282,5500 mg

Data: 27-05-2026 - 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), Miód 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	674,4200 kcal
Białko	29,4005 g
Tłuszcz	15,9930 g
Węglowodany	99,9250 g
w tym NKT	8,0642 g
W tym cukry	21,2920 g
Błonnik	6,6140 g
Sód	1 135,7400 mg

Data: 27-05-2026 - 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: 28-05-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszką manną 300g *(1, 7, P47), Bułka Z Ziarnami 50g *(1, 3, 7), Chleb Bałtonowski 20g *(1, 7), Kawiorek 50g *(1, 3, 7), Masło Porcyjne 10 G 10g *(7), Filet Z Indyka (Wędlina) 50g, Pomidory 150g, Kakao 250g *(1, 7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	899,8300 kcal
Białko	43,6900 g
Tłuszcz	24,0360 g
Węglowodany	126,8010 g
w tym NKT	13,5460 g
W tym cukry	13,1150 g
Błonnik	14,5820 g
Sód	838,6900 mg

Data: 28-05-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa z brokułów 400g *(1, 3, 7, 9, 10, P47), Roladka ze schabu duszona z marchewką 100g *(1), Ziemniaki młode 200g, Buraczki oprószone 160g *(1), Kompot z truskawek mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	867,4399 kcal
Białko	42,2458 g
Tłuszcz	35,2412 g
Węglowodany	104,1268 g
w tym NKT	5,2929 g
W tym cukry	28,8680 g
Błonnik	14,4580 g
Sód	277,9600 mg

Data: 28-05-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Polędwica Sopotcka 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: 28-05-2026 - 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: 29-05-2026 - 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 zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	974,4050 kcal
Białko	43,3210 g
Tłuszcz	41,6240 g
Węglowodany	109,0200 g
w tym NKT	19,7441 g
W tym cukry	7,5355 g
Błonnik	9,3700 g
Sód	444,8100 mg

Data: 29-05-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Barszcz z botwinką 400g *(1, 9, 10), Filet z miruny pieczony 120g *(4, 9), Sos pomidorowy 100g *(1, 7), Ziemniaki młode 200g, Sałatka z marchwi i selera z olejem 160g *(9, P69), Kompot z czerwonej porzeczki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	704,9349 kcal
Białko	38,1338 g
Tłuszcz	23,0402 g
Węglowodany	104,8338 g
w tym NKT	6,9216 g
W tym cukry	32,7665 g
Błonnik	19,9020 g
Sód	494,8800 mg

Data: 29-05-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Ser biały z koperkiem 120g *(7, P47), Nektarynki 150g, Sałata Lodowa 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	663,0800 kcal
Białko	33,1370 g
Tłuszcz	14,1280 g
Węglowodany	98,0990 g
w tym NKT	7,4160 g
W tym cukry	5,8770 g
Błonnik	6,9460 g
Sód	273,1400 mg

Data: 29-05-2026 - 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

*** 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	