



Wielkopolskie Centrum Onkologii
im. Marii Skłodowskiej-Curie
ul. Garbary 15, 61-866 Poznań
tel. (+48-61) 885 05 00 fax 852 19 48
NIP: 778-13-42-057 REGON: 000291204
Nr księgi: 000000016138

Jadłospis za okres: 2026-05-30 do 2026-06-08

Data: 01-06-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g *(7, P47), Bułka 50g *(1, 3, 7), Chleb Bałtonowski 30g *(1, 7), Graham Pszenny 40g *(1, 7), Masło Porcyjne 10 G *(7), Szynka Chlebowa 50g *(1, 7, 8, 9, 10), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	789,2000 kcal
Białko	32,1740 g
Tłuszcz	23,2470 g
Węglowodany	112,0100 g
w tym NKT	11,6160 g
W tym cukry	8,0450 g
Błonnik	8,0340 g
Sód	714,6500 mg

Data: 01-06-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa z kalarepy 400g *(7, 9, 10), Bitki drobiowe duszone 80g *(1, 7), Ziemniaki młode 200g, Sałata zielona ze śmietaną i jogurtem greckim 60g *(7, P47), Kompot owocowy 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	612,7899 kcal
Białko	38,3258 g
Tłuszcz	20,3582 g
Węglowodany	75,1698 g
w tym NKT	5,6143 g
W tym cukry	17,3310 g
Błonnik	4,5530 g
Sód	197,0700 mg

Data: 01-06-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Chleb bałtonowski, graham, masło II *(1, 7), Pasta z sera białego z suszonymi pomidorami 120g *(7, P47), Roszponka 20g, Truskawki Świeże 150g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	694,0200 kcal
Białko	31,5260 g
Tłuszcz	23,1480 g
Węglowodany	90,1460 g
w tym NKT	10,9110 g
W tym cukry	10,6040 g
Błonnik	11,6940 g
Sód	61,4400 mg

Data: 01-06-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

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: 02-06-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Śniadanie

Skład: Owsianka na mleku 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Szynka Biała 50g *(1, 6, 9, 10), Pomidory 150g, Kakao 250g *(1, 7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	925,5300 kcal
Białko	44,5850 g
Tłuszcz	26,7460 g
Węglowodany	124,3160 g
w tym NKT	14,9220 g
W tym cukry	14,3100 g
Błonnik	16,2870 g
Sód	14,0900 mg

Data: 02-06-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Obiad

Skład: Chłodnik litewski 400g *(3, 7, 9, 10, P47), Podudzie z kurczaka pieczone 150g *(1, 6, 9, 10, P28), Ziemniaki młode 200g, Sałatka z sałaty lodowej z pomidorkami z oliwą 90g *(3, 7, 10, P24), Kompot z rabarbaru 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	1 157,4049 kcal
Białko	85,7488 g
Tłuszcz	46,8452 g
Węglowodany	81,4148 g
w tym NKT	16,3577 g
W tym cukry	10,4615 g
Błonnik	11,1010 g
Sód	453,9000 mg

Data: 02-06-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Sałatka z tuńczykiem, żółtym serem i ananasem 120g *(3, 4, 7, 10, P16), Ser Twarogowy Topiony Deliser 17,5g *(7), Sałata Zielona 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	841,6900 kcal
Białko	33,0440 g
Tłuszcz	36,0940 g
Węglowodany	88,8550 g
w tym NKT	10,4186 g
W tym cukry	7,9290 g
Błonnik	8,6170 g
Sód	470,6275 mg

Data: 02-06-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

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: 03-06-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Szynka Delikatesowa Z Kurczaka 50g *(7, 10), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	722,7000 kcal
Białko	31,3340 g
Tłuszcz	17,4420 g
Węglowodany	106,5000 g
w tym NKT	10,1110 g
W tym cukry	8,5600 g
Błonnik	9,2840 g
Sód	414,1000 mg

Data: 03-06-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Obiad

Skład: Żurek litewski 400g *(1, 7, 9, 10, P24, P28), Schab duszony z pieczarkami 100g *(1, 7, P24), Kasza gryczana na sypko 100g *(1, 7), Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi z olejem 120g *(P39), Kompot z wiśni mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	1 184,0200 kcal
Białko	55,5230 g
Tłuszcz	60,8360 g
Węglowodany	114,7145 g
w tym NKT	15,0257 g
W tym cukry	17,7940 g
Błonnik	15,4420 g
Sód	532,2300 mg

Data: 03-06-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Chleb baltonowski, graham , masło II *(1, 7), Pasta z sera białego i wędlin 120g *(1, 6, 7, 8, 9, 10, P47), Rzodkiewka 60g, Sałata Lodowa 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	621,7190 kcal
Białko	33,4762 g
Tłuszcz	17,8447 g
Węglowodany	79,8757 g
w tym NKT	9,3615 g
W tym cukry	5,4475 g
Błonnik	9,3540 g
Sód	209,2310 mg

Data: 03-06-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Sok Pomidorowy 200ml

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	32,0000 kcal
Białko	1,6000 g
Tłuszcz	0,4000 g
Węglowodany	4,4000 g
w tym NKT	0,1000 g
W tym cukry	4,2000 g
Błonnik	2,2000 g
Sód	252,0000 mg

Data: 04-06-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z ryżem 300g *(7, P47), Chleb baltonowski , graham , masło *(1, 7), Kielbasa Biała Parzona 120g, Musztarda Porcyjna 15g *(1, 7, 10), Jajko gotowane 50g *(3), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	953,8000 kcal
Białko	47,0390 g
Tłuszcz	36,3820 g
Węglowodany	106,2850 g
w tym NKT	16,9710 g
W tym cukry	9,4950 g
Błonnik	12,1640 g
Sód	755,4000 mg

Data: 04-06-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Filet z indyka duszony ze śliwkami 80g *(1), ziemniaki młode 200g, Bukiet warzyw 150g, Kompot truskawkowo-agrestowy 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	611,9569 kcal
Białko	41,1623 g
Tłuszcz	15,5693 g
Węglowodany	79,8296 g
w tym NKT	1,5942 g
W tym cukry	19,7860 g
Błonnik	10,7520 g
Sód	91,6730 mg

Data: 04-06-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Chleb baltonowski, graham , masło II *(1, 7), Szynka Gotowana 50g *(10), Serek Haga 16,66g *(7), Rukola 20g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	558,0812 kcal
Białko	26,7528 g
Tłuszcz	15,7716 g
Węglowodany	73,8831 g
w tym NKT	10,3534 g
W tym cukry	3,8997 g
Błonnik	7,6200 g
Sód	322,5660 mg

Data: 04-06-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

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: 05-06-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Śniadanie

Skład: Owsianka na mleku 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski , graham , masło *(1, 7), Ser biały z zieloną pietruszką 120g *(7, P47), Powidła 30g, Papryka 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	855,0100 kcal
Białko	43,8380 g
Tłuszcz	20,2860 g
Węglowodany	125,0750 g
w tym NKT	11,2961 g
W tym cukry	25,1860 g
Błonnik	10,6310 g
Sód	50,5200 mg

Data: 05-06-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Obiad

Skład: Krupnik zabieleny 450g *(1, 7, 9, 10), Ryba po grecku 200g *(1, 4, 9, P24),
Ziemniaki młode 200g, Kompot z czerwonej porzeczki 200g, Jabłka Deserowe
200g *(P39)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	681,1899 kcal
Białko	34,0108 g
Tłuszcz	19,6512 g
Węglowodany	99,0828 g
w tym NKT	1,1829 g
W tym cukry	16,5680 g
Błonnik	7,8680 g
Sód	195,2100 mg

Data: 05-06-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Chleb baltonowski, graham ,masło II *(1, 7), Sałatka jajeczna 150g *(3, 7,
10, P24, P39), Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G *(7, P47), Sałata Zielona 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	773,1200 kcal
Białko	25,5080 g
Tłuszcz	34,8000 g
Węglowodany	85,0500 g
w tym NKT	14,0347 g
W tym cukry	5,4500 g
Błonnik	8,9580 g
Sód	336,0200 mg

Data: 05-06-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

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: 06-06-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszką manną 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham ,
masło *(1, 7), Szynka Konserwowa Wp-Mielona 50g *(10), Pomidory 150g, Kawa
zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	669,0000 kcal
Białko	28,5040 g
Tłuszcz	16,3920 g
Węglowodany	98,6400 g
w tym NKT	9,7070 g
W tym cukry	8,4300 g
Błonnik	12,6640 g
Sód	753,5000 mg

Data: 06-06-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa szparagowa z makaronem 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Polędwica wieprzowa duszona 80g *(1), Ziemniaki młode 200g, Fasolka szparagowa z tartą bułką 160g *(1, 3, 7), Kompot z truskawek mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	695,6999 kcal
Białko	48,1298 g
Tłuszcz	25,1252 g
Węglowodany	88,5018 g
w tym NKT	4,6750 g
W tym cukry	16,4040 g
Błonnik	11,3400 g
Sód	86,7800 mg

Data: 06-06-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Chleb baltonowski, graham ,masło II *(1, 7), Kielbasa Szynekowa Drobiowa 50g *(7, 10), Sałata Lodowa 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	490,6000 kcal
Białko	21,2500 g
Tłuszcz	11,1000 g
Węglowodany	72,7250 g
w tym NKT	6,3650 g
W tym cukry	3,2750 g
Błonnik	7,6500 g
Sód	480,9000 mg

Data: 06-06-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie Podstawowe

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: 07-06-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z płatkami kuk. 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Szynek Tostowa Z Kurczaka 50g *(1, 6, 9, 10), Jajko gotowane 50g

*(3), Papryka 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	819,6500 kcal
Białko	38,6640 g
Tłuszcz	24,8620 g
Węglowodany	109,9540 g
w tym NKT	12,1760 g
W tym cukry	9,1700 g
Błonnik	9,3740 g
Sód	475,9000 mg

Data: 07-06-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa Solferino 400g *(1, 7, 9, 10), Filet z kurczaka gotowany 80g *(9), Sos potrawkowy 100g *(1, 3, 7), Ryż na sypko 160g *(7), Marchew z groszkiem 160g *(1), Kompot z czarnej porzeczki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	905,6840 kcal
Białko	45,6040 g
Tłuszcz	24,3392 g
Węglowodany	111,4496 g
w tym NKT	10,0166 g
W tym cukry	18,0560 g
Błonnik	12,7970 g
Sód	95,7760 mg

Data: 07-06-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Chleb baltonowski, graham, masło II *(1, 7), Polędwica Sopocka 50g *(10), Ser Twarogowy - Plastry D 21,43g *(7), Ogórki Kwaszone 150g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	577,6030 kcal
Białko	26,9716 g
Tłuszcz	16,5002 g
Węglowodany	76,7787 g
w tym NKT	9,3051 g
W tym cukry	5,1787 g
Błonnik	8,0500 g
Sód	1 335,4000 mg

Data: 07-06-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie Podstawowe

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: 08-06-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z budyniu 300g *(7, P47), Bułka 50g *(1, 3, 7), Chleb Bałtonowski 30g *(1, 7), Graham Pszenny 40g *(1, 7), Masło Porcyjne 10 G *(7), Kurczak Gotowany-Wędlina 50g, Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	691,7000 kcal
Białko	30,5090 g
Tłuszcz	18,6970 g
Węglowodany	99,1100 g
w tym NKT	10,0060 g
W tym cukry	8,8350 g
Błonnik	11,5640 g
Sód	472,9000 mg

Data: 08-06-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa neapolitańska z żółtym serem 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Eskalop ze schabu pieczony 100g *(1, 3), Ziemniaki młode 200g, Kalafior z tartą bułką 160g *(1, 3, 7), Kompot z wiśni mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	994,1899 kcal
Białko	49,8708 g
Tłuszcz	54,0912 g
Węglowodany	84,3818 g
w tym NKT	13,5799 g
W tym cukry	10,1980 g
Błonnik	10,7980 g
Sód	456,7100 mg

Data: 08-06-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Chleb bałtonowski, graham, masło II *(1, 7), Ser Twarogowy Półtłusty 120g *(7, P47), Rukola 20g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	584,7000 kcal
Białko	32,8200 g
Tłuszcz	14,7900 g
Węglowodany	77,1200 g
w tym NKT	9,4550 g
W tym cukry	7,2100 g
Błonnik	7,6200 g
Sód	53,7000 mg

Data: 08-06-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

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: 30-05-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z ryżem 300g *(7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7),
Połędwica Z Piersi Kurczaka 50g *(6, 9, 10), Sałata Zielona 25g, Kawa zbożowa
200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	677,8500 kcal
Białko	31,2890 g
Tłuszcz	16,9570 g
Węglowodany	98,1000 g
w tym NKT	9,8060 g
W tym cukry	8,3350 g
Błonnik	6,2140 g
Sód	420,9000 mg

Data: 30-05-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa wiedeńska 400g *(1, 9, 10), Filet z kurczaka duszony 110g *(1), Ziemniaki
młode 200g, Marchew z groszkiem 160g *(1), Kompot z czarnej porzeczki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	621,8499 kcal
Białko	43,4998 g
Tłuszcz	15,5852 g
Węglowodany	63,8478 g
w tym NKT	1,2915 g
W tym cukry	13,3440 g
Błonnik	12,8100 g
Sód	66,6300 mg

Data: 30-05-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Chleb baltonowski, graham ,masło II *(1, 7), Szynka Konserwowa Wp-Mielona 50g *(10), Pomidory Koktajlowe 150g, Powidła 30g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	563,5000 kcal
Białko	19,2000 g
Tłuszcz	10,4500 g
Węglowodany	93,8500 g
w tym NKT	6,1800 g
W tym cukry	16,3000 g
Błonnik	9,1000 g
Sód	752,9000 mg

Data: 30-05-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie Podstawowe

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: 31-05-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z płatkami kuk. 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Parówki Drobiowe 120g *(6, 7, 9, 10), Musztarda Porcyjna 15g *(1, 7, 10), Jajko gotowane 50g *(3), Sałata Lodowa 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	971,0500 kcal
Białko	46,7640 g
Tłuszcz	39,5870 g
Węglowodany	104,1590 g
w tym NKT	16,5860 g
W tym cukry	10,6800 g
Błonnik	6,7240 g
Sód	1 031,4000 mg

Data: 31-05-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa selerowa z ziemniakami 400g *(7, 9, 10), Gulasz wieprzowy duszony 240g *(1, 9, 10), Kasza jęczmienna 100g *(1, 7), Brukselka z bułką tartą 150g *(1, 3, 7,

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	894,2400 kcal
Białko	46,9190 g
Tłuszcz	35,0540 g
Węglowodany	115,6570 g
w tym NKT	13,4277 g
W tym cukry	13,7000 g
Błonnik	21,1790 g
Sód	184,6400 mg

Data: 31-05-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Chleb baltonowski, graham ,masło II *(1, 7), Szynka Tostowa Z Kurczaka 50g *(1, 6, 9, 10), Ser Żółty - Gouda 50g *(7), Papryka 130g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	701,8500 kcal
Białko	34,5800 g
Tłuszcz	26,3200 g
Węglowodany	80,2800 g
w tym NKT	15,3350 g
W tym cukry	3,3800 g
Błonnik	9,9000 g
Sód	813,3000 mg

Data: 31-05-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie Podstawowe

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	