



Data: 09-07-2026 - 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), Szynka Gotowana 50g *(10), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	770,8000 kcal
Białko	35,0540 g
Tłuszcz	18,8720 g
Węglowodany	115,2000 g
w tym NKT	10,0820 g
W tym cukry	7,7100 g
Błonnik	13,3040 g
Sód	798,1000 mg

Data: 09-07-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	715,6495 kcal
Białko	38,5672 g
Tłuszcz	27,8058 g
Węglowodany	79,5738 g
w tym NKT	9,5693 g
W tym cukry	9,7340 g
Błonnik	11,4710 g
Sód	276,4016 mg

Data: 09-07-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Szynka Biała 50g *(1, 6, 9, 10), Roszponka 20g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	521,5000 kcal
Białko	21,0000 g
Tłuszcz	12,5600 g
Węglowodany	78,3500 g
w tym NKT	6,5040 g
W tym cukry	2,2000 g
Błonnik	6,8500 g
Sód	227,9000 mg

Data: 09-07-2026 - 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: 10-07-2026 - 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), 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: 10-07-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa jarzynowa 400g *(7, 9, 10), Filet z miruny pieczony 120g *(4, 9), Sos koperkowy 100g *(1, 7), Ziemniaki młode 200g, Szpinak duszony 150g *(1, 7), Kompot ze śliwek mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	619,5866 kcal
Białko	38,9258 g
Tłuszcz	25,2230 g
Węglowodany	80,5850 g
w tym NKT	11,4894 g
W tym cukry	10,3241 g
Błonnik	11,9168 g
Sód	265,4509 mg

Data: 10-07-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z sera białego z suszonymi pomidorami 120g *(7, P47), Sałata Zielona 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	646,4200 kcal
Białko	30,3860 g
Tłuszcz	19,7780 g
Węglowodany	84,1710 g
w tym NKT	8,2400 g
W tym cukry	6,9790 g
Błonnik	8,2540 g
Sód	285,4400 mg

Data: 10-07-2026 - 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: 11-07-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszką manną 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7),
Filet Parzony Z Indyka 50g *(7), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	704,8000 kcal
Białko	30,5640 g
Tłuszcz	17,5820 g
Węglowodany	103,3400 g
w tym NKT	9,8050 g
W tym cukry	7,7300 g
Błonnik	11,4240 g
Sód	720,5000 mg

Data: 11-07-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Rosolnik z ryżem 400g *(9, 10), Mięso wieprzowe duszone 80g *(1), Ziemniaki
młode 200g, Bukiet warzyw 150g, Kompot z wiśni mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	709,2308 kcal
Białko	42,3169 g
Tłuszcz	27,9952 g
Węglowodany	80,2579 g
w tym NKT	9,9399 g
W tym cukry	13,3040 g
Błonnik	7,5310 g
Sód	74,6300 mg

Data: 11-07-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Szyunka Konserwowa Wp-Mielona 50g *(10), Sałata Lodowa 25g, Miód 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	584,7500 kcal
Białko	19,4775 g
Tłuszcz	11,4700 g
Węglowodany	97,9750 g
w tym NKT	6,1640 g
W tym cukry	20,2250 g
Błonnik	6,8800 g
Sód	967,9000 mg

Data: 11-07-2026 - 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: 12-07-2026 - 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 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: 12-07-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Filet z kurczaka gotowany 80g *(9), Sos potrawkowy 100g *(1, 3, 7), Ryż na sypko 160g *(7), Marchew oprószana 160g *(1, P50), Kompot z truskawek mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	847,9910 kcal
Białko	43,9895 g
Tłuszcz	24,9533 g
Węglowodany	119,6184 g
w tym NKT	10,2115 g
W tym cukry	13,7570 g
Błonnik	5,5110 g
Sód	255,5990 mg

Data: 12-07-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Kiełbasa Szynkowa 50g *(10), Ser Twarogowy - Plastry D 21,43g *(7), Papryka 150g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	593,0030 kcal
Białko	23,7016 g
Tłuszcz	15,8202 g
Węglowodany	88,0287 g
w tym NKT	8,5041 g
W tym cukry	4,2787 g
Błonnik	9,5300 g
Sód	852,4000 mg

Data: 12-07-2026 - 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: 13-07-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g *(7, P47), Bułka 50g *(1, 3, 7), Chleb Bałtonowski 50g *(1, 7), Graham Pszenny 20g *(1, 7), Masło Porcyjne 10 G 10g *(7), Polędwica Sopocka 50g *(10), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	785,5000 kcal
Białko	34,1340 g
Tłuszcz	21,6870 g
Węglowodany	112,8600 g
w tym NKT	11,1140 g
W tym cukry	7,9450 g
Błonnik	11,5940 g
Sód	494,6500 mg

Data: 13-07-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa pomidorowa z lanym ciastem 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Rolada drobiowa z brokułami pieczona 100g *(1, 3, 7), Sos koperkowy 100g *(1, 7), Ziemniaki młode 200g, Kalarepa z marchwią z wody 150g *(7), Kompot z czarnej porzeczki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	843,1771 kcal
Białko	41,5038 g
Tłuszcz	29,4384 g
Węglowodany	109,5774 g
w tym NKT	12,6549 g
W tym cukry	21,1560 g
Błonnik	12,6820 g
Sód	311,8260 mg

Data: 13-07-2026 - 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), Roszponka 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: 13-07-2026 - 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: 14-07-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Owsianka na mleku 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Szynka Tostowa Z Kurczaka 50g *(1, 6, 9, 10), Sałata Zielona 25g, Kakao 250g *(1, 7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	908,6800 kcal
Białko	42,8650 g
Tłuszcz	27,6860 g
Węglowodany	120,6110 g
w tym NKT	14,3220 g
W tym cukry	12,9450 g
Błonnik	9,0970 g
Sód	629,0900 mg

Data: 14-07-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa ziemniaczana 400g *(7, 9, 10), Ragout z drobiu 170g *(1, 9), Ryż na sypko 160g *(7), Jabłko pieczone 150g *(P39), Kompot z rabarbaru 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	787,3800 kcal
Białko	38,2410 g
Tłuszcz	18,6810 g
Węglowodany	137,5070 g
w tym NKT	4,0402 g
W tym cukry	18,8820 g
Błonnik	11,0340 g
Sód	174,7900 mg

Data: 14-07-2026 - 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), Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G 30g *(7, P47), Papryka 150g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	775,8100 kcal
Białko	38,4940 g
Tłuszcz	28,9340 g
Węglowodany	87,0800 g
w tym NKT	13,1641 g
W tym cukry	4,2710 g
Błonnik	10,2320 g
Sód	611,9200 mg

Data: 14-07-2026 - 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: 15-07-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	682,5000 kcal
Białko	28,8690 g
Tłuszcz	17,3370 g
Węglowodany	100,5100 g
w tym NKT	9,7690 g
W tym cukry	8,5350 g
Błonnik	11,0740 g
Sód	719,9000 mg

Data: 15-07-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa krem z białych warzyw 300g *(7, 9, 10), Roladka ze schabu duszona z marchewką 100g *(1, P50), 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	672,1783 kcal
Białko	41,0878 g
Tłuszcz	39,3832 g
Węglowodany	102,2268 g
w tym NKT	6,6335 g
W tym cukry	21,7485 g
Błonnik	21,0640 g
Sód	439,1700 mg

Data: 15-07-2026 - 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: 15-07-2026 - 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: 16-07-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Kluski lane na mleku 300g *(1, 3, 7, P47), Bułka Grahamka 50g *(1, 3, 7), Chleb Bałtonowski 20g *(1, 7), Kawiorek 50g *(1, 3, 7), Masło Porcyjne 10 G 10g *(7), Szynka Konserwowa Wp-Mielona 50g *(10), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	743,0800 kcal
Białko	31,4090 g
Tłuszcz	19,3110 g
Węglowodany	111,4770 g
w tym NKT	10,3045 g
W tym cukry	7,6850 g
Błonnik	7,8090 g
Sód	1 240,8700 mg

Data: 16-07-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Rosół z makaronem 400g *(1, 3, 9, 10), Kurczak pieczony 150g *(1), Ziemniaki młode 200g, Cukinia z marchwią z oliwą z oliwek, Kompot z wiśni mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	1 073,4531 kcal
Białko	78,5288 g
Tłuszcz	49,5872 g
Węglowodany	86,3938 g
w tym NKT	10,3077 g
W tym cukry	11,4670 g
Błonnik	9,7320 g
Sód	161,7400 mg

Data: 16-07-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Szynka Delikatesowa Z Kurczaka 50g *(7, 10), Sałatka jarzynowa z olejem 150g *(3, 9), Rukola 20g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	659,7974 kcal
Białko	26,2315 g
Tłuszcz	21,0200 g
Węglowodany	92,8350 g
w tym NKT	7,1069 g
W tym cukry	4,9110 g
Błonnik	11,3870 g
Sód	730,4606 mg

Data: 16-07-2026 - 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: 17-07-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Owsianka na mleku 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Ser biały z zieloną pietruszką 120g *(7, P47), Sałata Zielona 25g, Dżem Jednorazowy Niskosłodzony 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	829,1600 kcal
Białko	42,3980 g
Tłuszcz	20,7010 g
Węglowodany	117,9000 g
w tym NKT	11,2041 g
W tym cukry	22,0610 g
Błonnik	6,7410 g
Sód	273,0200 mg

Data: 17-07-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa selerowa z ziemniakami 400g *(7, 9, 10), Pulpeciki rybne gotowane 100g *(1, 3, 4, 7, 9), Sos cytrynowy 100g *(1, 7, P69), Ziemniaki młode 200g, Sałatka z marchwi i ananasów z olejem 160g *(P16, P39), Kompot ze śliwek mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	738,8401 kcal
Białko	31,4973 g
Tłuszcz	20,7713 g
Węglowodany	129,1326 g
w tym NKT	8,4195 g
W tym cukry	25,6940 g
Błonnik	17,3800 g
Sód	405,8630 mg

Data: 17-07-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z jaj z koperkiem 120g *(3), Ser Twarogowy - Plastry D 21,43g *(7), Papryka 150g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	805,3930 kcal
Białko	31,8526 g
Tłuszcz	36,5492 g
Węglowodany	87,2357 g
w tym NKT	11,8351 g
W tym cukry	4,2797 g
Błonnik	9,5630 g
Sód	408,7200 mg

Data: 17-07-2026 - 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: 18-07-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	704,6500 kcal
Białko	29,3490 g
Tłuszcz	18,0970 g
Węglowodany	104,4000 g
w tym NKT	9,9540 g
W tym cukry	7,2350 g
Błonnik	4,9740 g
Sód	847,9000 mg

Data: 18-07-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa krem z pietruszki 300g *(7, 9, 10, P39), Filet z kurczaka duszony 110g *(1),
Ziemniaki młode 200g, Marchew oprószana 160g *(1, P50), Kompot owocowy
200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	613,5181 kcal
Białko	38,2048 g
Tłuszcz	21,8452 g
Węglowodany	79,0628 g
w tym NKT	2,6315 g
W tym cukry	15,7190 g
Błonnik	8,3750 g
Sód	348,7050 mg

Data: 18-07-2026 - Sobota**Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna****Posiłek: Kolacja**

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Filet Z Indyka (Wędlina) 50g, Serek
Haga 16,66g *(7), Pomidory 150g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	579,9812 kcal
Białko	24,3128 g
Tłuszcz	15,7516 g
Węglowodany	81,9831 g
w tym NKT	10,2274 g
W tym cukry	2,9997 g
Błonnik	12,8300 g
Sód	601,5660 mg

Data: 18-07-2026 - 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

*** 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	