



Data: 01-08-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z ryżem 300g *(7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Szyńska Tostowa Z Kurczaka 50g *(1, 6, 9, 10), Sałata Zielona 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	720,2000 kcal
Białko	30,5990 g
Tłuszcz	19,6470 g
Węglowodany	103,8000 g
w tym NKT	10,3040 g
W tym cukry	7,2350 g
Błonnik	4,9740 g
Sód	627,9000 mg

Data: 01-08-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Rosół z makaronem 400g *(1, 3, 9, 10), Filet z kurczaka gotowany 80g *(9), Sos potrawkowy 100g *(1, 3, 7), Ziemniaki z wody 200g, Bukiet warzyw 150g, Kompot z wiśni mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	664,5864 kcal
Białko	48,5585 g
Tłuszcz	21,2046 g
Węglowodany	98,1194 g
w tym NKT	7,3108 g
W tym cukry	19,6881 g
Błonnik	12,9867 g
Sód	184,7665 mg

Data: 01-08-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Polędwica Sopotcka 50g *(10), Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G *(7, P47), Pomidory 150g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	637,8000 kcal
Białko	24,9900 g
Tłuszcz	21,5200 g
Węglowodany	82,3100 g
w tym NKT	12,5790 g
W tym cukry	3,3100 g
Błonnik	12,8300 g
Sód	519,9000 mg

Data: 01-08-2026 - 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: 02-08-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z płatkami kuk. 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Filet Z Indyka (Wędlina) 50g, Jajko gotowane 50g *(3), Sałata Lodowa 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	796,9000 kcal
Białko	39,6740 g
Tłuszcz	22,9020 g
Węglowodany	105,9790 g
w tym NKT	11,4840 g
W tym cukry	7,9450 g
Błonnik	5,4840 g
Sód	658,4000 mg

Data: 02-08-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa selerowa z ziemniakami 400g *(7, 9, 10), Mięso wieprzowe duszone 80g *(1), Kasza jęczmienna 100g *(1, 7), Brokuły z wody 150g, Kompot z truskawek mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	795,6100 kcal
Białko	41,1690 g
Tłuszcz	32,7240 g
Węglowodany	93,6950 g
w tym NKT	12,7631 g
W tym cukry	9,8910 g
Błonnik	15,7120 g
Sód	180,6700 mg

Data: 02-08-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Kiełbasa Szynkowa Drobiowa *(7, 10), Papryka 150g, Miód 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	630,2500 kcal
Białko	22,7775 g
Tłuszcz	12,6200 g
Węglowodany	105,2500 g
w tym NKT	6,5540 g
W tym cukry	20,3500 g
Błonnik	9,5300 g
Sód	712,4000 mg

Data: 02-08-2026 - 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: 03-08-2026 - 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), Szynka Gotowana 50g *(10), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	775,5000 kcal
Białko	36,1340 g
Tłuszcz	19,6370 g
Węglowodany	113,3100 g
w tym NKT	10,1140 g
W tym cukry	7,9450 g
Błonnik	11,5940 g
Sód	534,6500 mg

Data: 03-08-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa neapolitańska 400g *(1, 3, 7, 9, 10, P50), Ragout z drobiu 170g *(1, P50), Ryż na sypko 160g *(7), Jabłko pieczone 150g *(P39), Kompot z czerwonej porzeczki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	810,0900 kcal
Białko	37,5760 g
Tłuszcz	19,3360 g
Węglowodany	129,7670 g
w tym NKT	4,1247 g
W tym cukry	18,0270 g
Błonnik	8,6590 g
Sód	141,5900 mg

Data: 03-08-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Ser biały z zieloną pietruszką 120g *(7, P47), Rukola 20g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	617,3100 kcal
Białko	31,6490 g
Tłuszcz	17,1640 g
Węglowodany	81,5200 g
w tym NKT	10,3741 g
W tym cukry	6,4010 g
Błonnik	6,8920 g
Sód	276,3200 mg

Data: 03-08-2026 - 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: 04-08-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	896,6300 kcal
Białko	43,6150 g
Tłuszcz	25,9860 g
Węglowodany	120,7110 g
w tym NKT	14,0720 g
W tym cukry	12,9450 g
Błonnik	9,0970 g
Sód	629,0900 mg

Data: 04-08-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa krem z kalafiora 300g *(7, 9), Filet z kurczaka duszony z jabłkami 80g *(1, P39), Ziemniaki z wody 200g, Kalarepa z marchwią z wody 150g *(7, P50), Kompot ze śliwek mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	517,0942 kcal
Białko	40,1364 g
Tłuszcz	16,5424 g
Węglowodany	82,8825 g
w tym NKT	7,3805 g
W tym cukry	12,5751 g
Błonnik	12,1307 g
Sód	196,2105 mg

Data: 04-08-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Sałatka z tuńczyka 120g *(3, 4, 9), Ser Twarogowy - Plastry D 21,43g *(7), Papryka 150g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	737,1880 kcal
Białko	35,4381 g
Tłuszcz	21,2467 g
Węglowodany	97,3537 g
w tym NKT	8,9492 g
W tym cukry	6,5397 g
Błonnik	11,1120 g
Sód	559,0450 mg

Data: 04-08-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Serek Wiejski 200g *(7)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	194,0000 kcal
Białko	30,0000 g
Tłuszcz	6,0000 g
Węglowodany	4,6000 g
w tym NKT	4,0000 g
W tym cukry	4,6000 g

Data: 05-08-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Kielbasa Szynkowa 50g *(10), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	744,5000 kcal
Białko	29,3940 g
Tłuszcz	18,5320 g
Węglowodany	111,7000 g
w tym NKT	10,0590 g
W tym cukry	7,4600 g
Błonnik	8,0440 g
Sód	861,1000 mg

Data: 05-08-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa szparagowa z makaronem 400g *(1, 3, 7, 9, 10, P50), Schab nadziewany śliwką suszoną 50g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Sałatka z selera i brzoskwiń z olejem 150g *(P23), Kompot z czarnej porzeczki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	706,5349 kcal
Białko	43,8210 g
Tłuszcz	27,8065 g
Węglowodany	105,4565 g
w tym NKT	5,9111 g
W tym cukry	33,2937 g
Błonnik	16,0989 g
Sód	239,3678 mg

Data: 05-08-2026 - 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: 05-08-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Sok Pomidorowy 200ml 200g

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: 06-08-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z budyniu 300g *(7, P47), Bułka Grahamka 50g *(1, 3, 7), Chleb Bałtonowski 20g *(1, 7), Kawiorek 50g *(1, 3, 7), Masło Porcyjne 10 G 10g *(7), Połędwica Z Piersi Kurczaka 50g *(6, 9, 10), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	692,8000 kcal
Białko	29,5290 g
Tłuszcz	17,9770 g
Węglowodany	104,7600 g
w tym NKT	9,8920 g
W tym cukry	8,3850 g
Błonnik	11,8340 g
Sód	896,9000 mg

Data: 06-08-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa koperkowa z ziemniakami 400g *(7, 9, 10, P50), Rolada drobiowa ze szpinakiem pieczona 100g *(1, 3, 7), Sos pietruszkowy 100g *(1, 7), Ziemniaki z wody 200g, Buraczki oprószone 160g *(1), Kompot owocowy 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	663,6046 kcal
Białko	36,3246 g
Tłuszcz	27,8273 g
Węglowodany	101,1794 g
w tym NKT	9,5691 g
W tym cukry	27,7600 g
Błonnik	12,6397 g
Sód	379,9494 mg

Data: 06-08-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Filet Z Indyka Gotowany 50g *(1, 6, 7, 9), Roszponka 20g, Morele 120g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	730,6000 kcal
Białko	23,9600 g
Tłuszcz	11,7500 g
Węglowodany	90,3100 g
w tym NKT	6,1160 g
W tym cukry	8,3200 g
Błonnik	8,8900 g
Sód	709,1000 mg

Data: 06-08-2026 - 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: 07-08-2026 - 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), Kawa zbożowa 200g *(1), Papryka 150g

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: 07-08-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa owocowa z makaronem 400g *(1, 3), Filet rybny pieczony 120g *(4, 9), Sos grecki 100g *(9), Ziemniaki z wody 200g, Kompot owocowy 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	367,5424 kcal
Białko	36,7655 g
Tłuszcz	20,1284 g
Węglowodany	106,0478 g
w tym NKT	0,4262 g
W tym cukry	35,5011 g
Błonnik	8,1817 g
Sód	332,9205 mg

Data: 07-08-2026 - 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 Lodowa 25g, Morele 120g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	860,0200 kcal
Białko	31,3460 g
Tłuszcz	20,0180 g
Węglowodany	97,1310 g
w tym NKT	8,2520 g
W tym cukry	13,0990 g
Błonnik	10,2940 g
Sód	286,6400 mg

Data: 07-08-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

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: 29-07-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g *(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	753,5000 kcal
Białko	32,5340 g
Tłuszcz	18,3370 g
Węglowodany	113,0600 g
w tym NKT	9,9790 g
W tym cukry	7,7450 g
Błonnik	7,5440 g
Sód	721,6500 mg

Data: 29-07-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa krem z pietruszki 300g *(7, 9, 10, P39), Pulpet z mięsa mieszanego gotowany 90g *(1, 3, 7, P50), Sos koperkowy 100g *(1, 7), Ziemniaki młode 200g, Sałatka z marchwi i ananasów z olejem 160g *(P16, P39), Kompot ze śliwek mrożonych -cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	756,0469 kcal
Białko	36,2468 g
Tłuszcz	30,5746 g
Węglowodany	97,2432 g
w tym NKT	10,8540 g
W tym cukry	21,5420 g
Błonnik	16,9500 g
Sód	348,5710 mg

Data: 29-07-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z sera białego i wędlin 120g *(1, 6, 7, 8, 9, 10, P47), Sałata Zielona 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	622,0536 kcal
Białko	32,4553 g
Tłuszcz	17,6089 g
Węglowodany	80,2889 g
w tym NKT	8,6340 g
W tym cukry	3,3977 g
Błonnik	6,9640 g
Sód	934,7068 mg

Data: 29-07-2026 - 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: 30-07-2026 - 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), Szynka Konserwowa Wp-Mielona 50g *(10), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	702,6000 kcal
Białko	28,7240 g
Tłuszcz	17,6220 g
Węglowodany	107,9900 g
w tym NKT	9,7780 g
W tym cukry	7,5800 g
Błonnik	12,1840 g
Sód	1 217,5000 mg

Data: 30-07-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa z kalarepy 400g *(7, 9, 10), Schab duszony nadziewany morelą suszoną 50g *(1), Ziemniaki młode 200g, Buraczki oprószone 160g *(1), Kompot z czarnej porzeczki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	684,3464 kcal
Białko	40,3597 g
Tłuszcz	25,0084 g
Węglowodany	101,6222 g
w tym NKT	5,0491 g
W tym cukry	39,5050 g
Błonnik	12,6300 g
Sód	214,2000 mg

Data: 30-07-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Kurczak Gotowany-Wędliną 50g, Roszponka 20g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	525,0000 kcal
Białko	23,5000 g
Tłuszcz	12,4100 g
Węglowodany	76,9000 g
w tym NKT	6,5040 g
W tym cukry	2,2000 g
Błonnik	6,8500 g
Sód	487,9000 mg

Data: 30-07-2026 - 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: 31-07-2026 - 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: 31-07-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa ziemniaczana 400g *(7, 9, 10), Pulpeciki rybne 100g *(1, 3, 4, 7, 9), Sos pietruszkowy 100g *(1, 7), Ziemniaki z wody 200g, Cukinia z marchwią z oliwą z oliwek, Kompot owocowy 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	648,9222 kcal
Białko	32,0991 g
Tłuszcz	19,9765 g
Węglowodany	115,6928 g
w tym NKT	8,9824 g
W tym cukry	12,2477 g
Błonnik	9,9423 g
Sód	339,2407 mg

Data: 31-07-2026 - 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: 31-07-2026 - 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

*** 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	