



Data: 08-08-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszką manną 300g *(1, 7, P47), Pieczywo mieszane z masłem 1 *(1, 7), Szynka Konserwowa Wp-Mielona 50g *(10), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	619,6000 kcal
Białko	26,9440 g
Tłuszcz	16,1920 g
Węglowodany	88,6400 g
w tym NKT	9,6470 g
W tym cukry	8,0300 g
Błonnik	7,5040 g
Sód	753,5000 mg

Data: 08-08-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa z brokułów 400g *(1, 3, 7, 9, 10, P47), Gulasz wieprzowy 240g *(1, 9, 10), Ziemniaki z wody 200g, Bukiet warzyw 150g, Kompot z wiśni mrożonych - cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	710,8170 kcal
Białko	44,7255 g
Tłuszcz	33,1264 g
Węglowodany	90,9458 g
w tym NKT	9,4365 g
W tym cukry	13,4311 g
Błonnik	13,2427 g
Sód	105,1215 mg

Data: 08-08-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Polędwica Sopotcka 50g *(10), Dżem Jednorazowy Niskosłodzony 25g, Sałata Zielona 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	519,9500 kcal
Białko	21,7900 g
Tłuszcz	13,2250 g
Węglowodany	74,7250 g
w tym NKT	7,3050 g
W tym cukry	13,8750 g
Błonnik	6,9900 g
Sód	280,9000 mg

Data: 08-08-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Mus Owocowo-Warzywny 120 G 120g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	54,0000 kcal
Białko	0,6000 g
Węglowodany	14,4000 g

Data: 09-08-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z płatkami kuk. 300g *(1, 7, P47), Pieczywo mieszane z masłem 1 *(1, 7), Szynka Tostowa Z Kurczaka *(1, 6, 9, 10), Jajko gotowane 50g *(3), Sałata Lodowa 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	737,7500 kcal
Białko	35,8040 g
Tłuszcz	24,1120 g
Węglowodany	92,2790 g
w tym NKT	11,9760 g
W tym cukry	8,6450 g
Błonnik	6,0640 g
Sód	471,4000 mg

Data: 09-08-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa Solferino 400g *(1, 7, 9, 10), Filet z indyka duszony 90g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Marchew oprószana 160g *(1, P50), Kompot truskawkowo-agrestowy - cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	468,8124 kcal
Białko	35,6535 g
Tłuszcz	14,0214 g
Węglowodany	82,4648 g
w tym NKT	1,1502 g
W tym cukry	7,9611 g
Błonnik	6,3667 g
Sód	212,6205 mg

Data: 09-08-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Filet Z Indyka (Wędlina) 50g, Ogórek Małosolny 150g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	455,2000 kcal
Białko	22,8400 g
Tłuszcz	10,4000 g
Węglowodany	64,8500 g
w tym NKT	6,0900 g
W tym cukry	2,8500 g
Błonnik	7,3900 g
Sód	1 415,4000 mg

Data: 09-08-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

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: 10-08-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g *(7, P47), Pieczywo mieszane z masłem 1 * (1, 7), Szynka Delikatesowa Z Kurczaka 50g *(7, 10), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	685,8000 kcal
Białko	31,4140 g
Tłuszcz	17,5970 g
Węglowodany	99,0600 g
w tym NKT	10,1710 g
W tym cukry	8,0450 g
Błonnik	12,6240 g
Sód	414,6500 mg

Data: 10-08-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa krem z pietruszki 300g *(7, 9, 10, P39, P50), Pulpet z mięsa mieszanego gotowany 90g *(1, 3, 7, P50), Sos pietruszkowy 100g *(1, 7), Ziemniaki z wody 200g, Sałatka z marchwi i selera z olejem 160g *(P50, P69), Kompot ze śliwkowo - porzeczkowy -cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	657,3733 kcal
Białko	37,3772 g
Tłuszcz	31,5531 g
Węglowodany	100,5247 g
w tym NKT	11,4044 g
W tym cukry	21,5226 g
Błonnik	25,4247 g
Sód	481,8435 mg

Data: 10-08-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Ser biały z koperkiem 120g *(7, P47), Rukola 20g, Brzoskwinie - Świeże 190g *(P23)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	631,4800 kcal
Białko	31,7270 g
Tłuszcz	16,3780 g
Węglowodany	87,3940 g
w tym NKT	10,3050 g
W tym cukry	16,9320 g
Błonnik	10,6360 g
Sód	55,1400 mg

Data: 10-08-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

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: 11-08-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Śniadanie

Skład: Owsianka na mleku 300g *(1, 7, P47), Pieczywo mieszane z masłem 1 *(1, 7), Szynka Chlebowa 50g *(1, 7, 8, 9, 10), Pasta z pieczonych warzyw z oliwą z oliwek 120g *(P50), Papryka 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	778,0100 kcal
Białko	33,9230 g
Tłuszcz	27,6860 g
Węglowodany	104,6150 g
w tym NKT	12,5061 g
W tym cukry	12,4860 g
Błonnik	16,6710 g
Sód	613,9200 mg

Data: 11-08-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa z kalarepy 400g *(7, 9, 10, P50), Podudzie z kurczaka pieczone 150g *(1),
Ziemniaki z wody 200g, Buraczki oprószane 160g *(1), Kompot owocowy-
cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	902,4787 kcal
Białko	69,7338 g
Tłuszcz	34,3062 g
Węglowodany	85,6587 g
w tym NKT	10,2663 g
W tym cukry	23,8806 g
Błonnik	11,9210 g
Sód	452,7151 mg

Data: 11-08-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Pasta z tuńczyka i jaj 120g *(3,
4, 9), Ser Twarogowy Topiony Deliser 17,5g *(7), Sałata Lodowa 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	648,1600 kcal
Białko	34,7690 g
Tłuszcz	25,2640 g
Węglowodany	65,0450 g
w tym NKT	7,8151 g
W tym cukry	3,8360 g
Błonnik	7,6920 g
Sód	380,7525 mg

Data: 11-08-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

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: 12-08-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Śniadanie

Skład: Kluski lane na mleku 300g *(1, 3, 7, P47), Pieczywo mieszane z masłem 1 *(1, 7), Szynka Gotowana 50g *(10), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	692,0800 kcal
Białko	35,6290 g
Tłuszcz	18,7310 g
Węglowodany	92,1770 g
w tym NKT	10,4235 g
W tym cukry	8,1350 g
Błonnik	7,6290 g
Sód	356,8700 mg

Data: 12-08-2026 - Środa**Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa****Posiłek: Obiad**

Skład: Rosół z makaronem 400g *(1, 3, 9, 10, P50), Ziemniaki z wody 200g, Filet z kurczaka gotowany 80g *(9), Sos jarzynowy 100g *(1, 7, P47, P50), Bukiet warzyw 150g, Kompot z czerwonej porzeczki - cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	568,3105 kcal
Białko	47,3531 g
Tłuszcz	15,9644 g
Węglowodany	90,3280 g
w tym NKT	4,3818 g
W tym cukry	12,4031 g
Błonnik	13,8016 g
Sód	183,4115 mg

Data: 12-08-2026 - Środa**Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa****Posiłek: Kolacja**

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	521,3700 kcal
Białko	27,9630 g
Tłuszcz	14,8730 g
Węglowodany	65,8000 g
w tym NKT	7,9652 g
W tym cukry	3,9670 g
Błonnik	7,0740 g
Sód	908,7400 mg

Data: 12-08-2026 - Środa**Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa****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: 13-08-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z budyniu 300g *(7, P47), Bułka Grahamka 50g *(1, 3, 7), Chleb Baltonowski 70g *(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	671,8000 kcal
Białko	30,4290 g
Tłuszcz	16,3270 g
Węglowodany	101,7100 g
w tym NKT	9,6420 g
W tym cukry	9,3850 g
Błonnik	12,1340 g
Sód	729,9000 mg

Data: 13-08-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa z cukinii z ziemniakami 400g *(7, 9, 10, P50), Filet z indyka duszony 90g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Sałatka z marchwi i jabłek z olejem 160g *(P39, P50), Kompot z wiśni mrożonych -cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	359,5710 kcal
Białko	34,7417 g
Tłuszcz	18,5755 g
Węglowodany	75,6611 g
w tym NKT	1,2341 g
W tym cukry	12,6023 g
Błonnik	14,6408 g
Sód	262,6879 mg

Data: 13-08-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Polędwica Z Piersi Kurczaka 50g *(6, 9, 10), Roszponka 20g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	442,2000 kcal
Białko	20,3600 g
Tłuszcz	10,9900 g
Węglowodany	62,8000 g
w tym NKT	6,1950 g
W tym cukry	2,8500 g
Błonnik	6,9600 g
Sód	420,9000 mg

Data: 13-08-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

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: 14-08-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Śniadanie

Skład: Owsianka na mleku 300g *(1, 7, P47), Pieczywo mieszane z masłem 1 *(1, 7), Jajecznicza z zieloną pietruszką 140g *(3, 7), Papryka 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	899,7050 kcal
Białko	41,7010 g
Tłuszcz	40,4840 g
Węglowodany	94,3200 g
w tym NKT	19,6361 g
W tym cukry	8,2355 g
Błonnik	9,9500 g
Sód	217,8100 mg

Data: 14-08-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Obiad

Skład: Krupnik zabieleny 450g *(1, 7, 9, 10, P50), Filet rybny pieczony 120g *(4, 9), Sos koperkowy 100g *(1, 7), Ziemniaki z wody 200g, Szpinak duszony 150g *(1, 7), Kompot z czarnej porzeczki -cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	488,7705 kcal
Białko	38,6397 g
Tłuszcz	25,8333 g
Węglowodany	82,2819 g
w tym NKT	11,5483 g
W tym cukry	6,4191 g
Błonnik	15,3095 g
Sód	241,3321 mg

Data: 14-08-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Ser biały z zieloną pietruszką 120g *(7, P47), Sałata Zielona 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	511,7100 kcal
Białko	29,8390 g
Tłuszcz	12,0540 g
Węglowodany	68,2250 g
w tym NKT	7,3051 g
W tym cukry	6,5260 g
Błonnik	7,0320 g
Sód	46,0200 mg

Data: 14-08-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

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: 15-08-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z ryżem 300g *(7, P47), Pieczywo mieszane z masłem 1 *(1, 7), Szynka Biała *(1, 6, 9, 10), Pomidory Koktajlowe, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	651,9500 kcal
Białko	28,3790 g
Tłuszcz	17,1070 g
Węglowodany	94,0750 g
w tym NKT	10,0110 g
W tym cukry	8,0600 g
Błonnik	7,0040 g
Sód	12,9000 mg

Data: 15-08-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa krem z białych warzyw 300g *(7, 9, 10, P39), Schab duszony 70g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Brokuły z wody 150g, Kompot z truskawek mrożonych - cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	449,8408 kcal
Białko	43,9183 g
Tłuszcz	34,8461 g
Węglowodany	87,4820 g
w tym NKT	6,6443 g
W tym cukry	13,1085 g
Błonnik	22,4940 g
Sód	262,0569 mg

Data: 15-08-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Kurczak Gotowany-Wędlina 50g, Sałata Lodowa 25g, Dżem Jednorazowy Niskosłodzony 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	499,9500 kcal
Białko	21,7900 g
Tłuszcz	11,1750 g
Węglowodany	74,7250 g
w tym NKT	6,4050 g
W tym cukry	13,8750 g
Błonnik	6,9900 g
Sód	260,9000 mg

Data: 15-08-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

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: 16-08-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z płatkami kuk. 300g *(1, 7, P47), Pieczywo mieszane z masłem 1 *(1, 7), Szynka Konserwowa Wp-Mielona 50g *(10), Jajko gotowane 50g *(3), Sałata Zielona 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	708,2000 kcal
Białko	34,0540 g
Tłuszcz	21,7620 g
Węglowodany	91,6790 g
w tym NKT	11,3760 g
W tym cukry	8,6450 g
Błonnik	6,0640 g
Sód	811,4000 mg

Data: 16-08-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa szpinakowa 400g *(1, 7, 9, P47, P50), Filet z kurczaka duszony 110g *(1), Kasza jęczmienna 100g *(1, 7), Marchew oprószana 160g *(1, P50), Kompot ze

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	662,4608 kcal
Białko	41,5943 g
Tłuszcz	23,5895 g
Węglowodany	109,9155 g
w tym NKT	6,2800 g
W tym cukry	3,8160 g
Błonnik	7,0921 g
Sód	247,6906 mg

Data: 16-08-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Polędwica Sopotcka 50g *(10), Serek Haga 16,66g *(7), Papryka 150g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	549,6812 kcal
Białko	24,3228 g
Tłuszcz	18,0816 g
Węglowodany	71,0331 g
w tym NKT	11,4434 g
W tym cukry	3,6497 g
Błonnik	9,6400 g
Sód	287,0660 mg

Data: 16-08-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

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: 17-08-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g *(7, P47), Pieczywo mieszane z masłem 1 *(1, 7), Filet Z Indyka (Wędlina) 50g, Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	682,3000 kcal
Białko	32,9140 g
Tłuszcz	16,9470 g
Węglowodany	97,9600 g
w tym NKT	9,8210 g
W tym cukry	8,0450 g
Błonnik	12,6240 g
Sód	374,6500 mg

Data: 17-08-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa neapolitańska 400g *(1, 3, 7, 9, 10, P50), Polędwica wieprzowa duszona z pomidorami 80g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Cukinia z marchwią z oliwą z oliwek *(P50), Kompot z czerwonej porzeczki - cukrzyca 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	590,5324 kcal
Białko	48,2245 g
Tłuszcz	26,9654 g
Węglowodany	82,5208 g
w tym NKT	5,5112 g
W tym cukry	11,6521 g
Błonnik	10,1497 g
Sód	205,8405 mg

Data: 17-08-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo mieszane z masłem 2 *(1, 7), Pasta z sera białego i jaj 120g *(3, 7, P47), Roszponka 20g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	548,3700 kcal
Białko	28,6630 g
Tłuszcz	17,2530 g
Węglowodany	67,0700 g
w tym NKT	10,5052 g
W tym cukry	6,5820 g
Błonnik	7,0440 g
Sód	61,6900 mg

Data: 17-08-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Cukrzycowa

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

*** 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 – Arbuż	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	