



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: 2026-08-08 do 2026-08-17

Data: 08-08-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszką manną 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Szyunka Konserwowa Wp-Mielona 50g *(10), Pomidory Koktajlowe 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	8,1640 g
Sód	753,5000 mg

Data: 08-08-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie Podstawowe

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 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	730,8170 kcal
Białko	44,7255 g
Tłuszcz	33,1264 g
Węglowodany	95,9358 g
w tym NKT	9,4365 g
W tym cukry	18,4311 g
Błonnik	13,2427 g
Sód	105,1215 mg

Data: 08-08-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Polędwica Sopocka 50g *(10), Sałata Zielona 25g, Powidła 30g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	588,0000 kcal
Białko	23,5500 g
Tłuszcz	13,4000 g
Węglowodany	88,9250 g
w tym NKT	7,3650 g
W tym cukry	16,1750 g
Błonnik	7,6500 g
Sód	280,9000 mg

Data: 08-08-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie Podstawowe

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:** Żywienie Podstawowe**Posiłek: Śniadanie****Skład:** Zupa mleczna z płatkami kuk. 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(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	787,1500 kcal
Białko	37,3640 g
Tłuszcz	24,3120 g
Węglowodany	102,2790 g
w tym NKT	12,0360 g
W tym cukry	9,0450 g
Błonnik	6,7240 g
Sód	471,4000 mg

Data: 09-08-2026 - Niedziela**Dieta:** Żywienie Podstawowe**Posiłek: Obiad****Skład:** Zupa Solferino 400g *(1, 7, 9, 10), Filet z indyka duszony 90g *(1), Ryż na sypko 160g *(7), Marchew z groszkiem 160g *(1), Kompot truskawkowo-agrestowy 200g**Charakterystyka**

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	774,8700 kcal
Białko	40,1580 g
Tłuszcz	18,6330 g
Węglowodany	105,1510 g
w tym NKT	4,0632 g
W tym cukry	15,0970 g
Błonnik	11,6240 g
Sód	62,5900 mg

Data: 09-08-2026 - Niedziela**Dieta:** Żywienie Podstawowe**Posiłek: Kolacja****Skład:** Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Ser Żółty - Gouda 50g *(7), Filet Z Indyka (Wędlina) 50g, Ogórek Małosolny 150g**Charakterystyka**

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	671,6000 kcal
Białko	36,9000 g
Tłuszcz	23,6000 g
Węglowodany	74,8500 g
w tym NKT	14,6500 g
W tym cukry	3,2500 g
Błonnik	8,0500 g
Sód	1 823,9000 mg

Data: 09-08-2026 - 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: 10-08-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g *(7, P47), Bułka 50g *(1, 3, 7), Chleb Baltonowski 30g *(1, 7), Graham Pszenny 40g *(1, 7), Masło Porcyjne 10 G 10g *(7), Szyńka Delikatesowa Z Kurczaka 50g *(7, 10), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	758,2000 kcal
Białko	32,6740 g
Tłuszcz	19,4970 g
Węglowodany	112,7600 g
w tym NKT	10,2160 g
W tym cukry	8,0450 g
Błonnik	12,5340 g
Sód	614,6500 mg

Data: 10-08-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa pomidorowa z makaronem 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Polędwica duszona w sosie grzybowym 80g *(1, P24, P36), Ziemniaki z wody 200g, Surówka Coleslaw 150g *(3, 7, 10, P24, P50), Kompot ze śliwkowo - porzeczkowy 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	911,9961 kcal
Białko	58,3909 g
Tłuszcz	45,1944 g
Węglowodany	105,0971 g
w tym NKT	8,0924 g
W tym cukry	28,4090 g
Błonnik	7,1412 g
Sód	178,2405 mg

Data: 10-08-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Chleb baltonowski, graham ,masło II *(1, 7), Ser biały z koperkiem 120g *(7, P47), Rukola 20g, Brzoskwinie - Świeże 190g *(P23)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	680,8800 kcal
Białko	33,2870 g
Tłuszcz	16,5780 g
Węglowodany	97,3940 g
w tym NKT	10,3650 g
W tym cukry	17,3320 g
Błonnik	11,2960 g
Sód	55,1400 mg

Data: 10-08-2026 - 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: 11-08-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Śniadanie

Skład: Owsianka na mleku 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Szynka Chlebowa 50g *(1, 7, 8, 9, 10), Papryka 150g, Kakao 250g *(1, 7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	934,8300 kcal
Białko	44,3550 g
Tłuszcz	29,3460 g
Węglowodany	122,9360 g
w tym NKT	15,5640 g
W tym cukry	14,1700 g
Błonnik	12,9870 g
Sód	506,5900 mg

Data: 11-08-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa z kalarepy 400g *(7, 9, 10, P50), Podudzie z kurczaka pieczone 150g *(1), Sałatka włoska z buraków gotowanych z olejem 150g *(P24), Kasza jęczmienna 100g *(1, 7), Kompot owocowy 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	1 167,4823 kcal
Białko	69,4795 g
Tłuszcz	41,3212 g
Węglowodany	109,9625 g
w tym NKT	12,9952 g
W tym cukry	26,2965 g
Błonnik	13,5033 g
Sód	744,6026 mg

Data: 11-08-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Chleb baltonowski, graham , masło II *(1, 7), Paprykarz Z Łososia 120g *(4), Ser Twarogowy Topiony Deliser 17,5g *(7), Sałata Lodowa 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	710,1500 kcal
Białko	25,3550 g
Tłuszcz	29,4300 g
Węglowodany	83,7450 g
w tym NKT	5,8650 g
W tym cukry	3,2750 g
Błonnik	7,6500 g
Sód	715,2325 mg

Data: 11-08-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

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 Podstawowe

Posiłek: Śniadanie

Skład: Kluski lane na mleku 300g *(1, 3, 7, P47), Chleb baltonowski , graham , masło *(1, 7), Szyunka Gotowana 50g *(10), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	741,4800 kcal
Białko	37,1890 g
Tłuszcz	18,9310 g
Węglowodany	102,1770 g
w tym NKT	10,4835 g
W tym cukry	8,5350 g
Błonnik	8,2890 g
Sód	356,8700 mg

Data: 12-08-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Obiad

Skład: Rosół z makaronem 400g *(1, 3, 9, 10, P50), Kotlet schabowy smażony 100g *(1, 3, 7), Ziemniaki z wody 200g, Surówka z kapusty i zielonego ogórka 150g *(7), Kompot z czerwonej porzeczki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	973,3005 kcal
Białko	47,7991 g
Tłuszcz	51,8834 g
Węglowodany	112,4810 g
w tym NKT	7,4093 g
W tym cukry	17,8341 g
Błonnik	7,9746 g
Sód	165,1815 mg

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

Skład: Herbata, Chleb baltonowski, graham, masło II *(1, 7), Pasta z sera białego i wędlin 120g *(7, 10, P47), Sałata Zielona 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	570,7700 kcal
Białko	29,5230 g
Tłuszcz	15,0730 g
Węglowodany	75,8000 g
w tym NKT	8,0252 g
W tym cukry	4,3670 g
Błonnik	7,7340 g
Sód	908,7400 mg

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

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa krem z papryki 400g *(7, 9, 10, P24, P28, P50), Pierogi z truskawkami 250g *(1, 3, 7), Koktajl owocowy z jogurtem 200g *(7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	1 254,2850 kcal
Białko	32,0850 g
Tłuszcz	40,1640 g
Węglowodany	192,3750 g
w tym NKT	16,8169 g
W tym cukry	53,9550 g
Błonnik	18,6420 g
Sód	244,1850 mg

Data: 13-08-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Chleb baltonowski, graham ,masło II *(1, 7), Polędwica Z Piersi Kurczaka 50g *(6, 9, 10), Sałatka meksykańska 150g *(3, 7, 9, 10), Roszponka 20g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	671,3300 kcal
Białko	27,5460 g
Tłuszcz	20,1970 g
Węglowodany	87,5290 g
w tym NKT	7,1750 g
W tym cukry	7,7160 g
Błonnik	12,9650 g
Sód	421,8000 mg

Data: 13-08-2026 - 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: 14-08-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Śniadanie

Skład: Owsianka na mleku 300g *(1, 7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Jajecznica z zieloną pietruszką 140g *(3, 7), Papryka 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	949,1050 kcal
Białko	43,2610 g
Tłuszcz	40,6840 g
Węglowodany	104,3200 g
w tym NKT	19,6961 g
W tym cukry	8,6355 g
Błonnik	10,6100 g
Sód	217,8100 mg

Data: 14-08-2026 - Piątek**Dieta: Żywnienie Podstawowe****Posiłek: Obiad**

Skład: Krupnik zabieleny 450g *(1, 7, 9, 10, P50), Dorsz z pieca 110g *(1, 3, 4, 7), Ziemniaki z wody 200g, Fasolka szparagowa z tartą bułką 160g *(1, 3, 7), Kompot z czarnej porzeczki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	602,9705 kcal
Białko	38,1097 g
Tłuszcz	30,4173 g
Węglowodany	102,9829 g
w tym NKT	1,2731 g
W tym cukry	14,4101 g
Błonnik	17,5945 g
Sód	195,7521 mg

Data: 14-08-2026 - Piątek**Dieta: Żywnienie Podstawowe****Posiłek: Kolacja**

Skład: Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Ser biały z zieloną pietruszką 120g *(7, P47), Sałata Zielona 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	561,1100 kcal
Białko	31,3990 g
Tłuszcz	12,2540 g
Węglowodany	78,2250 g
w tym NKT	7,3651 g
W tym cukry	6,9260 g
Błonnik	7,6920 g
Sód	46,0200 mg

Data: 14-08-2026 - Piątek**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: 15-08-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z ryżem 300g *(7, P47), Chleb baltonowski ,graham , masło *(1, 7), Szynka Biała *(1, 6, 9, 10), Pomidory Koktajlowe, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	701,3500 kcal
Białko	29,9390 g
Tłuszcz	17,3070 g
Węglowodany	104,0750 g
w tym NKT	10,0710 g
W tym cukry	8,4600 g
Błonnik	7,6640 g
Sód	12,9000 mg

Data: 15-08-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie Podstawowe

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 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	469,8408 kcal
Białko	43,9183 g
Tłuszcz	34,8461 g
Węglowodany	92,4720 g
w tym NKT	6,6443 g
W tym cukry	18,1085 g
Błonnik	22,4940 g
Sód	262,0569 mg

Data: 15-08-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Kurczak Gotowany-Wędlina 50g, Sałata Lodowa 25g, Miód 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	582,8500 kcal
Białko	23,3975 g
Tłuszcz	11,3500 g
Węglowodany	93,4750 g
w tym NKT	6,4650 g
W tym cukry	21,2750 g
Błonnik	7,6500 g
Sód	260,9000 mg

Data: 15-08-2026 - 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: 16-08-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Śniadanie

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	761,1000 kcal
Białko	35,9640 g
Tłuszcz	22,0120 g
Węglowodany	102,4040 g
w tym NKT	11,4460 g
W tym cukry	9,0700 g
Błonnik	7,0740 g
Sód	811,4000 mg

Data: 16-08-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa szpinakowa 400g *(1, 7, 9, P47, P50), Filet z kurczaka duszony 110g *(1), Kasza jęczmienna 100g *(1, 7), Marchew z groszkiem 160g *(1), Kompot ze śliwek mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	710,4608 kcal
Białko	44,9943 g
Tłuszcz	23,7895 g
Węglowodany	99,3055 g
w tym NKT	6,3600 g
W tym cukry	12,6160 g
Błonnik	15,0921 g
Sód	115,6906 mg

Data: 16-08-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Chleb baltonowski,graham ,masło II *(1, 7), Polędwica Sopocka 50g *(10), Serek Haga 16,66g *(7), Papryka 150g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	599,0812 kcal
Białko	25,8828 g
Tłuszcz	18,2816 g
Węglowodany	81,0331 g
w tym NKT	11,5034 g
W tym cukry	4,0497 g
Błonnik	10,3000 g
Sód	287,0660 mg

Data: 16-08-2026 - 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: 17-08-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g *(7, P47), Bułka 50g *(1, 3, 7), Chleb Baltonowski 30g *(1, 7), Graham Pszenny 40g *(1, 7), Masło Porcyjne 10 G 10g *(7), Filet Z Indyka (Wędlina) 50g, Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	754,7000 kcal
Białko	34,1740 g
Tłuszcz	18,8470 g
Węglowodany	111,6600 g
w tym NKT	9,8660 g
W tym cukry	8,0450 g
Błonnik	12,5340 g
Sód	574,6500 mg

Data: 17-08-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie Podstawowe

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa neapolitańska z żółtym serem 400g *(1, 3, 7, 9, 10, P50), Kotlet pożarski smażony 100g *(1, 3, 7, P47), Ziemniaki z wody 200g, Sałatka letnia 150g *(3, 7, 10, P69), Kompot z czerwonej porzeczki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	851,0424 kcal
Białko	47,7835 g
Tłuszcz	46,2734 g
Węglowodany	93,7758 g
w tym NKT	10,5873 g
W tym cukry	12,1991 g
Błonnik	7,8877 g
Sód	459,9005 mg

Data: 17-08-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywienie Podstawowe

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Chleb baltonowski, graham ,masło II *(1, 7), Pasta z sera białego i jaj 120g *(3, 7, P47), Roszponka 20g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	597,7700 kcal
Białko	30,2230 g
Tłuszcz	17,4530 g
Węglowodany	77,0700 g
w tym NKT	10,5652 g
W tym cukry	6,9820 g
Błonnik	7,7040 g
Sód	61,6900 mg

Data: 17-08-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywienie 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

*** 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	