



Data: 18-08-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Owsianka na mleku 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Kielbasa Szyngowa 50g *(10), Papryka 150g, Kakao 250g *(1, 7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	925,6300 kcal
Białko	42,9150 g
Tłuszcz	26,6860 g
Węglowodany	128,8860 g
w tym NKT	14,1120 g
W tym cukry	13,0700 g
Błonnik	11,7470 g
Sód	853,5900 mg

Data: 18-08-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa jarzynowa 450g *(1, 7, 9, 10, P50), Pulpet gotowany z mięsa mieszanego 90g *(1, 3, 7, P50), Sos koperkowy 100g *(1, 7), Ziemniaki z wody 200g, Buraczki oprószane 160g *(1), Kompot owocowy 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	583,5054 kcal
Białko	40,5982 g
Tłuszcz	28,1662 g
Węglowodany	105,1827 g
w tym NKT	11,7461 g
W tym cukry	30,7771 g
Błonnik	14,2998 g
Sód	409,1662 mg

Data: 18-08-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Sałatka z tuńczyka-d 120g *(3, 4, 9), Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G *(7, P47), Sałata Zielona 25g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	736,4850 kcal
Białko	33,5765 g
Tłuszcz	24,8965 g
Węglowodany	88,7100 g
w tym NKT	11,9591 g
W tym cukry	5,4460 g
Błonnik	8,4620 g
Sód	554,5450 mg

Data: 18-08-2026 - Wtorek

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: 19-08-2026 - Środa**Dieta:** Żywnienie - Dieta Łatwostrawna**Posiłek: Śniadanie****Skład:** Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Szynka Delikatesowa Z Kurczaka *(7, 10), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)**Charakterystyka**

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	748,0000 kcal
Białko	31,3940 g
Tłuszcz	18,3820 g
Węglowodany	111,2000 g
w tym NKT	10,1590 g
W tym cukry	7,4600 g
Błonnik	8,0440 g
Sód	641,1000 mg

Data: 19-08-2026 - Środa**Dieta:** Żywnienie - Dieta Łatwostrawna**Posiłek: Obiad****Skład:** Zupa koperkowa z lanym ciastem 400g *(1, 3, 7, 9, 10, P50), Roladka ze schabu ze szpinakiem duszona 100g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Kalarepa z marchwią z wody 150g *(7, P50), Kompot z wiśni mrożonych -cukrzyca 200g**Charakterystyka**

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	649,1564 kcal
Białko	42,5815 g
Tłuszcz	31,0176 g
Węglowodany	80,8304 g
w tym NKT	8,3890 g
W tym cukry	5,5001 g
Błonnik	11,3957 g
Sód	213,9565 mg

Data: 19-08-2026 - 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	615,0080 kcal
Białko	33,6050 g
Tłuszcz	16,4899 g
Węglowodany	79,9540 g
w tym NKT	8,1112 g
W tym cukry	3,2834 g
Błonnik	6,9640 g
Sód	788,1110 mg

Data: 19-08-2026 - 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: 20-08-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z budyniu 300g *(7, P47), Bułka Grahamka 50g *(1, 3, 7), Chleb Baltonowski 20g *(1, 7), Kawiorek 50g *(1, 3, 7), Masło Porcyjne 10 G 10g *(7), Szyntka Chlebowa 50g *(1, 7, 8, 9, 10), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	728,8000 kcal
Białko	29,0290 g
Tłuszcz	21,7770 g
Węglowodany	105,1100 g
w tym NKT	11,4920 g
W tym cukry	8,3850 g
Błonnik	11,8340 g
Sód	976,9000 mg

Data: 20-08-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa selerowa z ziemniakami 400g *(7, 9, 10, P50), Filet z indyka duszony 90g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Brokuły z wody 150g, Kompot ze śliwek mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	464,9624 kcal
Białko	38,9185 g
Tłuszcz	13,8764 g
Węglowodany	77,3688 g
w tym NKT	1,1702 g
W tym cukry	10,8661 g
Błonnik	14,9667 g
Sód	200,4205 mg

Data: 20-08-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Szynka Tostowa Z Kurczaka 50g *(1, 6, 9, 10), Serek Haga 16,66g *(7), Roszponka 20g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	579,5312 kcal
Białko	22,5828 g
Tłuszcz	18,2416 g
Węglowodany	78,5331 g
w tym NKT	10,7524 g
W tym cukry	2,8497 g
Błonnik	6,8500 g
Sód	629,5660 mg

Data: 20-08-2026 - 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: 21-08-2026 - 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), 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: 21-08-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Barszcz z ziemniakami 400g *(1, 9, 10, P50), Filet rybny pieczony 120g *(4, 9), Sos grecki 100g *(P50), Ziemniaki z wody 200g, Jabłko pieczone 150g *(P39), Kompot z rabarbaru 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	535,5045 kcal
Białko	33,5146 g
Tłuszcz	18,7924 g
Węglowodany	91,7150 g
w tym NKT	0,7558 g
W tym cukry	30,6667 g
Błonnik	15,1936 g
Sód	298,3884 mg

Data: 21-08-2026 - 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 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: 21-08-2026 - 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: 22-08-2026 - 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 Z Indyka Gotowany 50g *(1, 6, 7, 9), Sałata Lodowa 25g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	690,8000 kcal
Białko	32,4140 g
Tłuszcz	17,3320 g
Węglowodany	98,8650 g
w tym NKT	9,6400 g
W tym cukry	7,2050 g
Błonnik	5,4740 g
Sód	708,5000 mg

Data: 22-08-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa Solferino 400g *(1, 7, 9, 10), Gulasz wieprzowy 240g *(1, 9, 10), Ziemniaki z wody 200g, Bukiet warzyw 150g, Kompot z czarnej porzeczki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	641,7424 kcal
Białko	41,0879 g
Tłuszcz	27,5960 g
Węglowodany	81,4137 g
w tym NKT	9,9448 g
W tym cukry	18,6661 g
Błonnik	13,3077 g
Sód	99,4705 mg

Data: 22-08-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

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

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	577,0030 kcal
Białko	23,5516 g
Tłuszcz	15,0202 g
Węglowodany	83,2787 g
w tym NKT	8,4291 g
W tym cukry	4,2787 g
Błonnik	12,8300 g
Sód	719,9000 mg

Data: 22-08-2026 - 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: 23-08-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z płatkami kuk. 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Parówki Drobiowe 120g *(6, 7, 9, 10), Ketchup Porcyjny 15 G, 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: 23-08-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa kalafiorowa 400g *(1, 3, 7, 9, 10), Potrawka z kurczaka gotowana 150g *(1, 3, 9), Ryż na sypko 160g *(7), Marchew oprószana 160g *(1, P50), Kompot truskawkowo-agrestowy 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	767,6770 kcal
Białko	42,9835 g
Tłuszcz	21,0471 g
Węglowodany	115,7698 g
w tym NKT	4,6731 g
W tym cukry	11,4480 g
Błonnik	6,5080 g
Sód	246,1130 mg

Data: 23-08-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Szynka Gotowana 50g *(10), Papryka 150g, Powidła 30g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	634,4000 kcal
Białko	26,9300 g
Tłuszcz	12,8700 g
Węglowodany	101,1500 g
w tym NKT	6,5540 g
W tym cukry	15,2500 g
Błonnik	9,5300 g
Sód	552,4000 mg

Data: 23-08-2026 - 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: 24-08-2026 - 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), Kurczak Gotowany-Wędlina 50g, Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	765,5000 kcal
Białko	34,1340 g
Tłuszcz	19,6370 g
Węglowodany	112,8600 g
w tym NKT	10,2140 g
W tym cukry	7,9450 g
Błonnik	11,5940 g
Sód	474,6500 mg

Data: 24-08-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa pomidorowa z makaronem 400g *(1, 3, 7, 9, 10, P50), Polędwica wieprzowa duszona 80g *(1), Ziemniaki z wody 200g, Cukinia gotowana 150g, Kompot owocowy 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	602,5032 kcal
Białko	47,7232 g
Tłuszcz	24,4145 g
Węglowodany	85,4093 g
w tym NKT	4,5807 g
W tym cukry	20,6863 g
Błonnik	7,4117 g
Sód	227,0682 mg

Data: 24-08-2026 - 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: 24-08-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Musly Owocowo-Zbożowy *(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: 25-08-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Owsianka na mleku 300g *(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Filet Parzony Z Indyka 50g *(7), Sałata Zielona 25g, Kakao 250g *(1, 7, P47)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	889,6300 kcal
Białko	43,1150 g
Tłuszcz	25,5860 g
Węglowodany	120,0110 g
w tym NKT	13,7720 g
W tym cukry	13,3450 g
Błonnik	9,0970 g
Sód	709,0900 mg

Data: 25-08-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa krem z zielonych warzyw 300g *(7, P50), Rolada drobiowa pieczona 90g *(1, 3, 7), Sos śmietanowy 100g *(1, 7), Ziemniaki z wody 200g, Buraczki oprószane 160g *(1), Kompot z czerwonej porzeczki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	722,8024 kcal
Białko	38,6645 g
Tłuszcz	30,8074 g
Węglowodany	101,5983 g
w tym NKT	10,5235 g
W tym cukry	28,3941 g
Błonnik	14,5697 g
Sód	329,8705 mg

Data: 25-08-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Pasta z tuńczyka i jaj ze szpinakiem 120g *(3, 4), Ser Twarogowy Topiony Deliser 17,5g *(7), Papryka 150g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	774,4550 kcal
Białko	36,3115 g
Tłuszcz	30,8540 g
Węglowodany	86,3400 g
w tym NKT	8,6761 g
W tym cukry	2,3910 g
Błonnik	10,0920 g
Sód	562,5775 mg

Data: 25-08-2026 - Wtorek

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: 26-08-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Kluski lane na mleku 300g *(1, 3, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 *(1, 3, 7), Szyunka Biała 50g *(1, 6, 9, 10), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	753,2800 kcal
Białko	32,7490 g
Tłuszcz	20,0210 g
Węglowodany	107,8770 g
w tym NKT	10,6315 g
W tym cukry	7,4350 g
Błonnik	7,0490 g
Sód	263,8700 mg

Data: 26-08-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa krem z dyni z pomidorami 300g *(3, 7, 9, 10, P50), Risotto z mięsem i jarzynami 250g *(P50), Sos pietruszkowy 100g *(1, 7), Jabłko pieczone 150g *(P39), Kompot z wiśni mrożonych 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	886,5064 kcal
Białko	33,3693 g
Tłuszcz	27,0584 g
Węglowodany	130,3783 g
w tym NKT	11,0667 g
W tym cukry	21,5179 g
Błonnik	13,6562 g
Sód	174,4745 mg

Data: 26-08-2026 - 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: 26-08-2026 - 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: 27-08-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300g *(1, 7, P47), Bułka Grahamka 50g *(1, 3, 7), Chleb Bałtonowski 20g *(1, 7), Kawiorek 50g *(1, 3, 7), Masło Porcyjne 10 G *(7), Szynka Konserwowa Wp-Mielona 50g *(10), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g *(1)

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	738,8000 kcal
Białko	29,0540 g
Tłuszcz	18,0220 g
Węglowodany	115,1500 g
w tym NKT	9,8320 g
W tym cukry	7,7100 g
Błonnik	13,3040 g
Sód	1 218,1000 mg

Data: 27-08-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

Skład: Zupa z kalarepy 400g *(7, 9, 10, P50), Filet z indyka duszony z jabłkami 80g *(1, P39), Ziemniaki z wody 200g, Sałatka z marchwi i ananasów z olejem 160g *(P16, P39, P50), Kompot z czarnej porzeczki 200g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	457,5005 kcal
Białko	34,9515 g
Tłuszcz	11,9375 g
Węglowodany	83,9751 g
w tym NKT	1,1550 g
W tym cukry	19,3901 g
Błonnik	15,4557 g
Sód	242,6505 mg

Data: 27-08-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 *(1, 3, 7), Polędwica Sopotcka 50g *(10), Sałatka z kurczakiem i brokułami z olejem 150g *(3, P50), Roszponka 20g

Charakterystyka

Wartość odżywcza	Ilość Jm
Wartość energetyczna	735,9600 kcal
Białko	40,4290 g
Tłuszcz	22,9540 g
Węglowodany	92,0500 g
w tym NKT	8,4101 g
W tym cukry	4,0360 g
Błonnik	10,9420 g
Sód	619,7200 mg

Data: 27-08-2026 - 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

*** 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	