

Poniedziałek
22 Grudnia 2025 r.
Ustrzyki

Dieta Podstawowa (1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko), paszтет 70g (seler,soja,gorczyca,mleko) pomidor 50g rukola 10g, masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten,gorczyca, soja, seler, lubin, jaja, mleko, orzechy) gulasz wieprzowy gotowany 150g (zboża zawierające gluten),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten),surówka z czerwonej kapusty 120g, roszponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Szynka wędzarsza z kija 50g, papryka czerwona 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml, jogurt owocowy 100g (mleko)

Dieta Łatwo strawną(2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko), paszтет 70g (seler,soja,gorczyca,mleko) pomidor 50g rukola 10g, masło 10g (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten,gorczyca, soja, seler, lubin, jaja, mleko, orzechy), gulasz wieprzowy gotowany 150g (zboża zawierające gluten),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten) surówka z buraka jabłka 120g roszponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Szynka wędzarsza z kija 50g, pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml, jogurt owocowy 100g (mleko)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Piers z indyka 80g (mleko,soja) pomidor 50g , rukola 10g, masło 10g (mleko) chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten,gorczyca, soja, seler, lubin, jaja, mleko , orzechy), gulasz wieprzowy gotowany 150g (zboża zawierające gluten),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten),surówka z czerwonej kapusty 120g, roszponka 10g, herbata 250ml	Szynka wędzarsza z kija 80g, papryka czerwona 50g, masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml, jogurt naturalny 100g (mleko)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych 5 posiłkowa węglowodanów (6)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Piers z indyka 80g (mleko,soja),pomidor 50g rukola 10g, masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana 350ml(zboża zawierające gluten,gorczyca, soja, seler, lubin, jaja, mleko, orzechy), gulasz wieprzowy gotowany 150g (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), surówka z czerwonej kapusty 120g, roszponka 10g, herbata 250ml kanapka z jajkiem sałatą zieloną pomidorem margaryną (zboża zawierające gluten, jaja)	Szynka wędzarsza z kija 90g, papryka czerwona 50g, masło 10g, (mleko) chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml jogurt naturalny 100g (mleko)

Dieta ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6 posiłkowa

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Piers z indyka 80g (mleko,soja), pomidor 50g rukola 10g, masło 10g , chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten,gorczyca, soja, seler, lubin, jaja, mleko, orzechy), gulasz wieprzowy gotowany 150g (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), surówka z czerwonej kapusty 120g, roszponka 10g, herbata 250ml kanapka z jajkiem sałatą zieloną pomidorem margaryną (zboża zawierające gluten, jaja),	Szynka wędzarsza z kija 90g, papryka czerwona 50g masło 10g (mleko) chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml, jogurt naturalny 100g (mleko) kanapka z poledwicą, pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten)

Dieta bogatobiałkowa(9)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kasza manną 350ml(zboża zawierająca gluten, mleko), paszтет 70g (seler,soja,gorczyca,mleko) pomidor 50g rukola 10g, masło 10g (mleko), bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml jogurt naturalny 100g (mleko)	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten,gorczyca, soja, seler, lubin, jaja, mleko, orzechy), gulasz wieprzowy gotowany 150g (zboża zawierające gluten),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), surówka z buraka jabłka 120g,roszponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy) Kanapka z jajkiem sałatą zieloną pomidorem i margaryną (zboża zawierające gluten, jaja),	Szynka wędzarsza z kija 80g, pomidor 50g, masło 10g (mleko), bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml, jogurt owocowy 100g (mleko)

Dieta łatwo strawną z ograniczeniem tłuszczu(3)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko), piers z indyka 80g (mleko,soja), margaryna mis kromeczki 15g, pomidor 50g,rukola 10g, chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250 ml	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten,gorczyca, soja, seler, lubin, jaja, mleko, orzechy), gulasz wieprzowy gotowany 150g (zboża zawierające gluten),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), surówka z buraka jabłka120g,roszponka10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Szynka wędzarka z kija 80g, pomidor 50g, margaryna mis kromeczki 15g, chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierającegluten) herbata 250ml, jogurt owocowy100g (mleko)

Dieta bezmleczna(11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa z kaszą manną, bez zabielenia 350 ml (zboża zawierające gluten),szynka z pasieki 80g, pomidor 50g,rukola 10g, margaryna mis kromeczki 15g, , chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana bez zabielenia 350ml (seler), gulasz wieprzowy gotowany 150g (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna 200g (zboża zawierające gluten), surówka z buraka jabłka 120g, roszponka 10g, herbata 250ml	Szynka wędzarka z kija 50g, pomidor 50g, margaryna mis kromeczki 15g, , chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml jabłko 100g

Dieta papkowata(12)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa z kaszą 350 ml (zboża zawierające gluten), szynka 40g, masło 10g (mleko), bułka pszenna 80g (zboża zawierające gluten) herbata 250 ml mus owocowy 100g	Zupa ziemniaczana 350ml(zboża zawierające gluten,gorczyca, soja, seler, lubin, jaja, mleko, orzechy), gulasz wieprzowy gotowany150g (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml (zboża zawierającegluten, gorczyca,soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Zupa bez zabielenia 350ml (zboża zawierające gluten), filet z kurczaka gotowany 30g, masło 10g (mleko), bułka pszenna 80g (zboża zawierającegluten) herbata 250ml, jogurt owocowy 100g (mleko)

Dieta o zmienionej konsystencji –płynna wzmocniona (14)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa z kaszą 350 ml (zboża zawierające gluten), szynka 60g, masło 10g (mleko), bułka pszenna 80g (zboża zawierające gluten) herbata 250 ml mus owocowy 100g	Zupa ziemniaczana350ml(zboża zawierające gluten,gorczyca, soja, seler, lubin, jaja, mleko, orzechy) gulasz wieprzowy gotowany150g (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna200g (zboża zawierające gluten), kompot 250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Zupa bez zabielenia 350ml (zboża zawierającegluten), filet z kurczaka gotowany 60g, masło 10g (mleko), bułka pszenna 80g (zboża zawierającegluten) herbata 250ml, jogurt owocowy 100g (mleko)

Dieta bezglutenowa (11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z ryżem 350 ml (mleko), piers z indyka 80g (mleko,soja),pomidor 50g, rukola 10g, masło 10g (mleko), chleb bezglutenowy 100g, herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana 350ml (seler, mleko), gulasz wieprzowy gotowany 150g (jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g , surówka z czerwonej kapusty120g, roszponka 10g, herbata 250m	Szynka wędzarka z kija 50g, pomidor 50g, masło 15g (mleko), chleb bezglutenowy 100g herbata 250ml, jogurt owocowy 100g (mleko)

Dieta Podstawowa dzieci (P1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko), pasztet 70g (seler,soja,gorczyca,mleko) pomidor 50g,rukola 10g, masło 15g (mleko), bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten,gorczyca, soja, seler, lubin, jaja, mleko, orzechy), gulasz wieprzowy gotowany 150g (zboża zawierające gluten),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten),surówka z czerwonej kapusty 120g, roszponka 10g,kompot250ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Szynka wędzarka z kija 50g, papryka czerwona 50g, masło 15g (mleko), bułka pszenna 100g (zboża zawierającegluten) herbata 250ml, jogurt owocowy 100g (mleko)

Dieta Podstawowa dzieci 70% (P1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 245 ml (zboża zawierające gluten, mleko), pasztet 49g (seler,soja,gorczyca,mleko) pomidor 35g,rukola 7g, masło 10,5g (mleko), bułka pszenna 70g (zboża zawierające gluten), herbata 175 ml.	Zupa ziemniaczana 245ml (zboża zawierające gluten,gorczyca, soja, seler, lubin, jaja, mleko, orzechy), gulasz wieprzowy gotowany 105g (zboża zawierające gluten),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 140g (zboża zawierające gluten),surórkaz czerwonej kapusty 84g, roszponka 7g,kompot175ml (zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Szynka wędzarka z kija 35g, papryka czerwona 35g, masło 10,5g (mleko), bułka pszenna 70g (zboża zawierającegluten), herbata 175ml, jogurt owocowy 70g (mleko)

Dieta Podstawowa dzieci 50% (P1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 175 ml (zboża zawierające gluten, mleko), pasztet 35g (seler,soja,gorczyca,mleko) pomidor 25g,rukola 5g, masło 7,5g (mleko), bułka pszenna50g (zboża zawierające gluten) herbata 125 ml.	Zupa ziemniaczana 175ml (zboża zawierające gluten,gorczyca, soja, seler, lubin, jaja, mleko, orzechy), gulasz wieprzowy gotowany 75g(zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 100g (zboża zawierające gluten),surówka z czerwonej kapusty 60g,roszponka 5g, kompot 125ml (zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, seler, jaja, mleko)zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Szynka wędzarka z kija 25g, papryka czerwona 25g, masło 7,5g (mleko), bułka pszenna 50g (zboża zawierającegluten) herbata 125ml, jogurt owocowy 50g (mleko)

Dieta Łatwo strawna dzieci (P2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml (zboża zawierające gluten, mleko), paszтет 70g (seler,soja,gorczyca,mleko) pomidor 50g rukola 10g, masło 10g (mleko), bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana 350ml(zboża zawierające gluten,gorczyca, soja, seler, lubin, jaja, mleko, orzechy), gulasz wieprzowy gotowany 150g (zboża zawierające gluten),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), surówka z buraka jabłka 120g,roszponka 10g, kompot250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Szynka wędzarsza z kija 50g, pomidor 50g, masło 10g (mleko), bułka pszenna 100g (zboża zawierającegluten) herbata 250ml, jogurt owocowy 100g (mleko)

Dieta Łatwo strawna dzieci 70% (P2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 245 ml (zboża zawierające gluten, mleko), paszтет 49g (seler,soja,gorczyca,mleko) pomidor 35g rukola 7g, masło 7g (mleko), bułka pszenna 70g (zboża zawierające gluten) herbata 175 ml	Zupa ziemniaczana 245ml(zboża zawierające gluten,gorczyca, soja, seler, lubin, jaja, mleko, orzechy), gulasz wieprzowy gotowany 105g (zboża zawierające gluten, jaja),kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 140g (zboża zawierające gluten), surówka z buraka jabłka 84g, roszonek 7g, kompot175ml(zboża zawierające gluten, gorczyca,soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Szynka wędzarsza z kija 35g, pomidor 35g, masło 7g (mleko), bułka pszenna 70g (zboża zawierającegluten) herbata 175ml, jogurt owocowy 70g (mleko)

Dieta Łatwo strawna dzieci 50% (P2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą manną 175 ml (zboża zawierające gluten, mleko), paszтет 35g (seler,soja,gorczyca,mleko) pomidor 25g rukola 5g, masło 5g (mleko), bułka pszenna 50g (zboża zawierające gluten) herbata 125 ml	Zupa ziemniaczana 175ml (zboża zawierające gluten,gorczyca, soja, seler, lubin, jaja, mleko, orzechy), gulasz wieprzowy gotowany 75g(zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 100g (zboża zawierające gluten), surówka z buraka jabłka 60g roszonek 5g, kompot125ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Szynka wędzarsza z kija 25g, pomidor 25g, masło 5g (mleko), bułka pszenna 50g (zboża zawierające gluten) herbata 125ml, jogurt owocowy 50g (mleko)

Dieta Bezmleczna Dzieci (P15)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa z kaszą manną, bez zabielenia 350 ml (zboża zawierające gluten), szynka z pasieki 80g, pomidor 50g rukola 10g, margaryna mis kromeczeki 15g, , bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250 ml.	Zupa ziemniaczana bez zabielenia 350ml (zboża zawierające gluten,seler), gulasz wieprzowy gotowany 150g (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna 200g (zboża zawierające gluten), surówka z buraka jabłka 120g, roszonek 10g herbata 250ml	Szynka wędzarsza z kija 50g, pomidor 50g, margaryna mis kromeczeki 15g, bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml, jabłko 100g

Dieta Bezmleczna Dzieci 70%(P15)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa z kaszą manną, bez zabielenia 245 ml (zboża zawierające gluten), szynka z pasieki 56g, pomidor 35g rukola 7g,, margaryna mis kromeczeki 10,5g bułka pszenna 70g (zboża zawierające gluten), herbata 175ml.	Zupa ziemniaczana bez zabielenia 245ml (zboża zawierające gluten, seler), gulasz wieprzowy gotowany 105g (zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna 140g (zboża zawierające gluten), surówka z buraka jabłka 84g, herbata 175ml	Szynka wędzarsza z kija 35g, pomidor 35g, margaryna mis kromeczeki 10,5g, bułka pszenna 70g (zboża zawierające gluten) herbata 175ml, jabłko 70g

Dieta Bezmleczna Dzieci 50%(P15)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa z kaszą manną, bez zabielenia 175 ml (zboża zawierające gluten), szynka z pasieki 40g, pomidor 25g rukola 5g,, margaryna mis kromeczeki 7,5g, , bułka pszenna 50g (zboża zawierające gluten) herbata 125 ml.	Zupa ziemniaczana bez zabielenia 175ml (zboża zawierające gluten, seler),gulasz wieprzowy gotowany 75g (zboża zawierające gluten),kasza jęczmienna 100g (zboża zawierające gluten), surówka z buraka jabłka 60g, roszonek 7g, kompot 125ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Szynka wędzarsza z kija 25g, pomidor 25g, margaryna mis kromeczeki 7,5g, bułka pszenna 50g (zboża zawierające gluten) herbata 125ml, jabłko 50g

Dieta Bezglutenowa Dzieci (P11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z ryżem 350 ml (mleko), piers z indyka 80g (mleko,soja),pomidor 50g, rukola 10g, masło 10g (mleko), chleb bezglutenowy 100g, herbata 250 ml..	Zupa ziemniaczana 350ml(mleko,seler), gulasz wieprzowy gotowany 150g (jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g , surówka z czerwonej kapusty120g, roszonek 10g, herbata 250ml	Szynka wędzarsza z kija 50g, pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb bezglutenowy 100g, herbata 250ml, jogurt owocowy 100g (mleko)

Dieta Bezglutenowa Dzieci 70% (P11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z ryżem 245 ml (mleko), piers z indyka 56g (mleko,soja) pomidor 35g, rukola 7g, masło 7g (mleko), chleb bezglutenowy 70g herbata 175 ml.	Zupa ziemniaczana 245ml(mleko,seler), gulasz wieprzowy gotowany 105g (jaja), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g , surówka z czerwonej kapusty 84g, roszonek7g, Herbata 175ml	Szynka wędzarsza z kija 35g, pomidor 35g, masło 7g (mleko), chleb bezglutenowy 70g herbata 175ml, jogurt owocowy 70g (mleko)

Dieta Bezglutenowa Dzieci 50% (P11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z ryżem 175 ml (mleko), piers z indyka 40g (mleko,soja),pomidor 25g, rukola 5g, masło 5g (mleko), chleb bezglutenowy 50g herbata 125 ml.	Zupa jarzynowa z ziemniakami 175 ml, (mleko, seler), makaron bezglutenowy 100g, łopatką wieprzową mieloną, duszoną, z sosem warzywno - pomidorowym 75g (40g/35g), Sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 50g(mleko), herbata 125 ml	Szynka wędzarsza z kija 25g, pomidor 25g, masło 7,5g (mleko), chleb bezglutenowy 50g herbata 125ml, jogurt owocowy 50g (mleko)

Dieta Łatwostrawna osób starszych

		[g]						nasycone(SFA) [g]		[g]
1851,13	72,47	18,99	1189,11	2,8	53,91	277,54	6,69	18,1	58,5	258,55

Dieta o zmienionej konsystencji – płynna wzmocniona (14)

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
19,24	86,14	18,85	1345,61	3,19	55,99	277,45	6,65	18,87	58,4	258,6

Dieta bezglutenowa (11)

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA)[g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1883,29	66,45	32,55	1215,24	4,42	62,47	239,56	3,45	20,55	45,84	205,66

Dieta Podstawowa dzieci (P1)

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA)[g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
2040,76	90,07	27,95	1317,33	5,6	68,84	265,9	4,98	23,89	34,45	237,76

Dieta Łatwo strawna dzieci (P2)

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
2046,2	82,92	22,11	1537,84	5,99	69,06	274,96	5,29	23,53	47,02	252,5

Dieta Bezmleczna Dzieci (P15)

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1923,43	69,76	18,53	1041,52	4,18	60,2	248,77	5,95	12,18	32,55	228,9

Dieta Bezglutenowa Dzieci (P11)

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA)[g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1883,29	66,45	32,55	1215,24	4,42	62,47	239,56	3,45	20,55	45,84	205,66

Dieta Łatwostrawna osób starszych

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA)[g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
2095,76	82,61	23,13	1529,58	5,92	78,13	268,97	3,32	32,44	42,52	245,17

Dieta Wegetariańska

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA)[g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1969,97	78,07	21,62	3000,35	6,3	63,89	273,35	4,55	37,91	38,96	251,72

DIETETYCZKA
DYPLOMOWANA
Joanna Mrozowicz
Joanna Mrozowicz