

Rodzaj diety / Data	10.08.2026	11.08.2026	12.08.2026	13.08.2026	14.08.2026	15.08.2026	16.08.2026	17.08.2026	18.08.2026	19.08.2026
Dieta Podstawowa Kod: D01	Kcal: 2394 B: 115 W: 319 W tym cukry: 108 T: 78 NKT: 36 Bł: 29 Sód: 5504	Kcal: 2496 B: 114 W: 327 W tym cukry: 113 T: 89 NKT: 40 Bł: 34 Sód: 4638	Kcal: 2400 B: 107 W: 283 W tym cukry: 106 T: 98 NKT: 38 Bł: 29 Sód: 3412	Kcal: 2319 B: 113 W: 324 W tym cukry: 97 T: 67 NKT: 30 Bł: 30 Sód: 4129	Kcal: 2443 B: 125 W: 311 W tym cukry: 123 T: 82 NKT: 39 Bł: 32 Sód: 3103	Kcal: 2283 B: 113 W: 310 W tym cukry: 100 T: 69 NKT: 32 Bł: 34 Sód: 3038	Kcal: 2269 B: 108 W: 275 W tym cukry: 91 T: 85 NKT: 40 Bł: 28 Sód: 4000	Kcal: 2366 B: 102 W: 304 W tym cukry: 107 T: 86 NKT: 39 Bł: 31 Sód: 5621	Kcal: 2290 B: 101 W: 321 W tym cukry: 113 T: 73 NKT: 33 Bł: 37 Sód: 4764	Kcal: 2403 B: 115 W: 308 W tym cukry: 108 T: 84 NKT: 39 Bł: 31 Sód: 3276
Dieta lekkostrawna Kod: D02	Kcal: 2367 B: 109 W: 320 W tym cukry: 106 T: 76 NKT: 37 Bł: 27 Sód: 4404	Kcal: 2438 B: 107 W: 327 W tym cukry: 106 T: 84 NKT: 38 Bł: 27 Sód: 4357	Kcal: 2405 B: 109 W: 321 W tym cukry: 126 T: 81 NKT: 39 Bł: 29 Sód: 3856	Kcal: 2313 B: 108 W: 326 W tym cukry: 96 T: 66 NKT: 30 Bł: 27 Sód: 4009	Kcal: 2366 B: 133 W: 313 W tym cukry: 123 T: 68 NKT: 36 Bł: 28 Sód: 2832	Kcal: 2297 B: 110 W: 317 W tym cukry: 102 T: 69 NKT: 32 Bł: 31 Sód: 3073	Kcal: 2320 B: 101 W: 283 W tym cukry: 95 T: 89 NKT: 42 Bł: 25 Sód: 4256	Kcal: 2364 B: 103 W: 318 W tym cukry: 111 T: 78 NKT: 34 Bł: 25 Sód: 5764	Kcal: 2250 B: 99 W: 321 W tym cukry: 109 T: 69 NKT: 32 Bł: 31 Sód: 4762	Kcal: 2382 B: 112 W: 305 W tym cukry: 102 T: 84 NKT: 38 Bł: 26 Sód: 3425
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Kod: D03	Kcal: 2541 B: 139 W: 299 W tym cukry: 84 T: 92 NKT: 42 Bł: 39 Sód: 5658	Kcal: 2618 B: 120 W: 314 W tym cukry: 91 T: 104 NKT: 48 Bł: 38 Sód: 4970	Kcal: 2523 B: 129 W: 309 W tym cukry: 95 T: 91 NKT: 44 Bł: 41 Sód: 4739	Kcal: 2617 B: 140 W: 334 W tym cukry: 86 T: 86 NKT: 41 Bł: 41 Sód: 4599	Kcal: 2422 B: 150 W: 290 W tym cukry: 90 T: 79 NKT: 40 Bł: 41 Sód: 3185	Kcal: 2514 B: 129 W: 314 W tym cukry: 86 T: 88 NKT: 41 Bł: 40 Sód: 3921	Kcal: 2643 B: 129 W: 312 W tym cukry: 80 T: 102 NKT: 47 Bł: 42 Sód: 4379	Kcal: 2454 B: 121 W: 302 W tym cukry: 84 T: 89 NKT: 38 Bł: 36 Sód: 6049	Kcal: 2490 B: 124 W: 312 W tym cukry: 95 T: 90 NKT: 42 Bł: 45 Sód: 5180	Kcal: 2574 B: 130 W: 318 W tym cukry: 96 T: 93 NKT: 43 Bł: 41 Sód: 3785

Kcal-kalorie, W-Węglowodany(g), w tym cukry(g), T-Tłuszcze(g), NKT- Nasycone Kwasy Tłuszczowe(g), Bł-Błonnik(g), Sód(mg)

Opracowała: Dietetyk Magdalena Biedrzycka