

Rodzaj diety/Data	20.08.2026	21.08.2026	22.08.2026	23.08.2026	24.08.2026	25.08.2026	26.08.2026	27.08.2026	28.08.2026	29.08.2026
Dieta Podstawowa Kod: D01	Kcal: 2200 B: 97 W: 276 W tym cukry: 96 T: 84 NKT: 35 Bł: 32 Sód: 4902	Kcal: 2213 B: 116 W: 286 W tym cukry: 108 T: 70 NKT: 36 Bł: 22 Sód: 3560	Kcal: 2488 B: 110 W: 311 W tym cukry: 94 T: 94 NKT: 41 Bł: 28 Sód: 4944	Kcal: 2350 B: 117 W: 341 W tym cukry: 104 T: 63 NKT: 30 Bł: 35 Sód: 3975	Kcal: 2662 B: 132 W: 336 W tym cukry: 103 T: 93 NKT: 43 Bł: 35 Sód: 3469	Kcal: 2306 B: 108 W: 313 W tym cukry: 103 T: 74 NKT: 34 Bł: 32 Sód: 4612	Kcal: 2182 B: 113 W: 277 W tym cukry: 100 T: 73 NKT: 36 Bł: 29 Sód: 4175	Kcal: 2246 B: 99 W: 289 W tym cukry: 95 T: 80 NKT: 33 Bł: 29 Sód: 4783	Kcal: 2399 B: 120 W: 317 W tym cukry: 119 T: 78 NKT: 34 Bł: 36 Sód: 6188	Kcal: 2617 B: 117 W: 342 W tym cukry: 115 T: 91 NKT: 42 Bł: 35 Sód: 3480
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Kod: D03	Kcal: 2423 B: 125 W: 283 W tym cukry: 84 T: 95 NKT: 45 Bł: 36 Sód: 5694	Kcal: 2442 B: 134 W: 294 W tym cukry: 97 T: 87 NKT: 45 Bł: 36 Sód: 3987	Kcal: 2563 B: 116 W: 307 W tym cukry: 81 T: 103 NKT: 45 Bł: 40 Sód: 5331	Kcal: 2457 B: 128 W: 329 W tym cukry: 86 T: 76 NKT: 36 Bł: 42 Sód: 4524	Kcal: 2631 B: 134 W: 309 W tym cukry: 84 T: 101 NKT: 47 Bł: 36 Sód: 4066	Kcal: 2409 B: 127 W: 292 W tym cukry: 74 T: 86 NKT: 40 Bł: 36 Sód: 3775	Kcal: 2394 B: 126 W: 296 W tym cukry: 77 T: 83 NKT: 40 Bł: 37 Sód: 4475	Kcal: 2636 B: 127 W: 310 W tym cukry: 99 T: 103 NKT: 44 Bł: 39 Sód: 5066	Kcal: 2593 B: 147 W: 315 W tym cukry: 95 T: 89 NKT: 41 Bł: 45 Sód: 6736	Kcal: 2622 B: 127 W: 312 W tym cukry: 84 T: 100 NKT: 46 Bł: 42 Sód: 3815
Dieta lekkostrawna Kod: D02	Kcal: 2147 B: 98 W: 278 W tym cukry: 98 T: 77 NKT: 35 Bł: 29 Sód: 4776	Kcal: 2227 B: 113 W: 293 W tym cukry: 110 T: 69 NKT: 36 Bł: 18 Sód: 3395	Kcal: 2502 B: 107 W: 318 W tym cukry: 96 T: 93 NKT: 41 Bł: 25 Sód: 4979	Kcal: 2364 B: 113 W: 348 W tym cukry: 106 T: 63 NKT: 30 Bł: 31 Sód: 4010	Kcal: 2503 B: 114 W: 316 W tym cukry: 98 T: 89 NKT: 43 Bł: 23 Sód: 3621	Kcal: 2191 B: 98 W: 296 W tym cukry: 98 T: 72 NKT: 33 Bł: 26 Sód: 3440	Kcal: 2266 B: 110 W: 305 W tym cukry: 102 T: 71 NKT: 35 Bł: 25 Sód: 4184	Kcal: 2399 B: 104 W: 308 W tym cukry: 112 T: 86 NKT: 36 Bł: 25 Sód: 4632	Kcal: 2414 B: 116 W: 321 W tym cukry: 117 T: 79 NKT: 36 Bł: 30 Sód: 5545	Kcal: 2600 B: 111 W: 343 W tym cukry: 49 T: 91 NKT: 41 Bł: 31 Sód: 3413

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