

Data/rodzaj diety	01.01.2026	02.01.2026	03.01.2026	04.01.2026	05.01.2026	06.01.2026	07.01.2026
Dieta podstawowa	Kaloryczność (kcal):2327 Białko (g):112 Węglowodany(g):333 Tłuszcze(g):66 Błonnik (g):34 Cukry(g):114	Kcal: 2437 B: 115 g W: 319 g T: 80 g Bł: 27 g Cukry:114	Kcal: 2243 B: 107 g W: 306 g T: 71 g Bł: 34 g Cukry:96	Kcal: 2196 B: 104 g W: 289 g T: 73 g Bł: 29 g Cukry:90	Kcal: 2521 B: 130 g W: 345 g T: 70 g Bł: 22 g Cukry:97	Kcal: 2497 B: 104 g W: 361 g T: 76 g Bł: 38 g Cukry:125	Kcal: 2393 B: 114 g W: 324 g T: 78 g Bł: 38 g Cukry:110
Dieta lekkostrawna/wątrobową	Kaloryczność (kcal):2361 Białko (g):109 Węglowodany(g):344 Tłuszcze(g):65 Błonnik (g):32 Cukry(g):120	Kcal: 2393 B: 113 g W: 316 g T: 77 g Bł: 20 g Cukry:105	Kcal: 2263 B: 100 g W: 310 g T: 74 g Bł: 32 g Cukry:109	Kcal: 2184 B: 99 g W: 293 g T: 72 g Bł: 26 g Cukry:92	Kcal: 2331 B: 115 g W: 327 g T: 64 g Bł: 19 g Cukry:80	Kcal: 2480 B: 98 g W: 362 g T: 76 g Bł: 34 g Cukry:125	Kcal: 2407 B: 111 g W: 331 g T: 77 g Bł: 35 g Cukry:111
Dieta cukrzycowa	Kaloryczność (kcal):2631 Białko (g):133 Węglowodany(g):348 Tłuszcze(g):85 Błonnik (g):48 Cukry(g):105	Kcal: 2589 B: 135 g W: 309 g T: 93 g Bł: 37 g Cukry:72	Kcal: 2553 B: 128 g W: 315 g T: 94 g Bł: 45 g Cukry:93	Kcal: 2343 B: 115 g W: 297 g T: 82 g Bł: 37 g Cukry:79	Kcal: 2491 B: 137 g W: 320 g T: 78 g Bł: 36 g Cukry: 83	Kcal: 2715 B: 132 g W: 347 g T: 95 g Bł: 48 g Cukry:104	Kcal: 2516 B: 130 g W: 326 g T: 84 g Bł: 42 g Cukry:78

Opracowała Dietetyk Magdalena Biedrzycka