

Data/rodzaj diety	10.12.2025	11.12.2025	12.12.2025	13.12.2025	14.12.2025	15.12.2025	16.12.2025
Dieta podstawowa	Kaloryczność (kcal):2734 Białko (g):117 Węglowodany(g):351 Tłuszcze(g):99 Błonnik (g):31 Cukry(g):95	Kcal: 2339 B: 122 g W: 326 g T: 67 g Bł: 35 g Cukry: 108	Kcal: 2641 B: 105 g W: 392 g T: 76 g Bł: 38 g Cukry: 126	Kcal: 2361 B: 104 g W: 284 g T: 94 g Bł: 33 g Cukry: 95	Kcal: 2337 B: 113 g W: 331 g T: 66 g Bł: 34 g Cukry: 101	Kcal: 2561 B: 124 g W: 356 g T: 76 g Bł: 36 g Cukry: 124	Kcal: 2271 B: 102 g W: 316 g T: 72 g Bł: 34 g Cukry: 113
Dieta cukrzycowa	Kaloryczność (kcal):2620 Białko (g):133 Węglowodany(g):308 Tłuszcze(g):99 Błonnik (g):37 Cukry(g):79	Kcal: 2514 B: 134 g W: 332 g T: 79 g Bł: 41 g Cukry: 93	Kcal: 2696 B: 136 g W: 352 g T: 88 g Bł: 51 g Cukry: 105	Kcal: 2587 B: 117 g W: 297 g T: 109 g Bł: 41 g Cukry: 64	Kcal: 2674 B: 141 g W: 347 g T: 86 g Bł: 44 g Cukry: 106	Kcal: 2549 B: 131 g W: 322 g T: 88 g Bł: 39 g Cukry: 95	Kcal: 2551 B: 129 g W: 311 g T: 92 g Bł: 40 g Cukry: 80
Dieta lekkostrawna/wątrobową	Kaloryczność (kcal):2458 Białko (g):112 Węglowodany(g):320 Tłuszcze(g):84 Błonnik (g):23 Cukry(g):90	Kcal: 2361 B: 116 g W: 324 g T: 71 g Bł: 28 g Cukry: 99	Kcal: 2466 B: 104 g W: 361 g T: 71 g Bł: 32 g Cukry: 129	Kcal: 2375 B: 101 g W: 291 g T: 94 g Bł: 29 g Cukry: 96	Kcal: 2351 B: 110 g W: 338 g T: 66 g Bł: 30 g Cukry: 121	Kcal: 2431 B: 111 g W: 343 g T: 71 g Bł: 26 g Cukry: 114	Kcal: 2340 B: 99 g W: 323 g T: 78 g Bł: 30 g Cukry: 96

Opracowała Dietetyk Magdalena Biedrzycka