

Data/rodzaj diety	24.12. 2025	25.12.2025	26.12.2025	27.12.2025	28.12.2025	29.12.2025	30.12.2025	31.12.2025
Dieta podstawowa	Kaloryczność (kcal):2700 Białko (g):132 Węglowodany(g):391 Tłuszcze(g):72 Błonnik (g):38 Cukry(g):132	Kcal: 2293 B: 103 g W: 319 g T: 72 g Bł: 38 g Cukry:99	Kcal: 2382 B: 117 g W: 334 g T: 66 g Bł: 32 g Cukry:91	Kcal: 2506 B: 112 g W: 311 g T: 95 g Bł: 26 g Cukry: 100	Kcal: 2312 B: 96 g W: 328 g T: 74 g Bł: 37 g Cukry:92	Kcal: 2500 B: 117 g W: 302 g T: 95 g Bł: 31 g Cukry: 98	Kcal: 2638 B: 124 g W: 337 g T: 92 g Bł: 25 g Cukry:124	Kcal: 2299 B: 103 W: 311 T: 75 Bł: 31 Cukry:105
Dieta cukrzycowa	Kaloryczność (kcal):289 Białko (g):159 Węglowodany(g):375 Tłuszcze(g):90 Błonnik (g):50 Cukry(g):111	Kcal: 2546 B: 121 g W: 328 g T: 89 g Bł: 43 g Cukry: 106	Kcal: 2531 B: 129 g W: 341 g T: 78 g Bł: 44 g Cukry: 88	Kcal: 2666 B: 128 g W: 306 g T: 109 g Bł: 38 g Cukry:74	Kcal: 2566 B: 122 g W: 325 g T: 93 g Bł: 43 g Cukry: 88	Kcal: 2725 B: 144 g W: 306 g T: 107 g Bł: 39 g Cukry: 81	Kcal: 2484 B: 127 g W: 328 g T: 78 g Bł: 35 g Cukry: 94	Kcal: 2585 B: 114 W: 336 T: 92 Bł: 35 Cukry: 94
Dieta lekkostrawna/ wątrobowa	Kaloryczność (kcal):2714 Białko (g):128 Węglowodany(g):397 Tłuszcze(g):72 Błonnik (g):35 Cukry(g):134	Kcal: 2307 B: 100 g W: 325 g T: 72 g Bł: 35 g Cukry: 100	Kcal: 2310 B: 108 g W: 334 g T: 62 g Bł: 27 g Cukry: 90	Kcal: 2520 B: 109 g W: 318 g T: 94 g Bł: 22 g Cukry: 102	Kcal: 2295 B: 90 g W: 329 g T: 73 g Bł: 33 g Cukry: 92	Kcal: 2380 B: 109 g W: 303 g T: 85 g Bł: 30 g Cukry: 99	Kcal: 2489 B: 112 g W: 363 g T: 69 g Bł: 22 g Cukry:125	Kcal: 2268 B: 100 W: 306 T: 75 Bł: 30 Cukry:82

Opracowała Dietetyk Magdalena Biedrzycka