

Data/rodzaj diety	26.11.2025	27.11.2025	28.11.2025	29.11.2025	30.11.2025	01.12.2025	02.12.2025
Dieta podstawowa	Kaloryczność (kcal):2244 Białko (g):104 Węglowodany(g):296 Tłuszcze(g):78 Błonnik (g):36 Cukry(g):108	Kcal: 2515 B: 120 W: 315 T: 92 Bł: 34 Cukry:101	Kcal: 2657 B: 125 W: 376 T: 78 Bł: 38 Cukry:126	Kcal: 2284 B: 106 W: 290 T: 80 Bł: 25 Cukry:95	Kcal: 2267 B: 108 W: 320 T: 67 Bł: 35 Cukry:104	Kcal: 2628 B: 119 W: 337 T: 93 Bł: 29 Cukry:98	Kcal: 2133 B: 104 W: 286 T: 68 Bł: 31 Cukry:91
Dieta cukrzycowa	Kaloryczność (kcal):2568 Białko (g):131 Węglowodany(g):312 Tłuszcze(g):96 Błonnik (g):46 Cukry(g):101	Kcal: 2521 B: 141 W: 308 T: 85 Bł: 42 Cukry:85	Kcal: 2575 B: 130 W: 335 T: 84 Bł: 41 Cukry:93	Kcal: 2466 B: 120 W: 298 T: 92 Bł: 37 Cukry:80	Kcal: 2619 B: 133 W: 345 T: 86 Bł: 48 Cukry:107	Kcal: 2525 B: 130 W: 312 T: 89 Bł: 42 Cukry:92	Kcal: 2362 B: 133 W: 279 T: 85 Bł: 38 Cukry:80
Dieta lekkostrawna/wątrobowa	Kaloryczność (kcal):2258 Białko (g):100 Węglowodany(g):303 Tłuszcze(g):78 Błonnik (g):32 Cukry(g):110	Kcal: 2410 B: 117 W: 322 T: 77 Bł: 29 Cukry:106	Kcal: 2537 B: 111 W: 360 T: 76 Bł: 25 Cukry:120	Kcal: 2237 B: 99 W: 296 T: 75 Bł: 24 Cukry:94	Kcal: 2326 B: 105 W: 339 T: 66 Bł: 34 Cukry:94	Kcal: 2447 B: 111 W: 322 T: 82 Bł: 24 Cukry:100	Kcal: 2196 B: 99 W: 300 T: 71 Bł: 31 Cukry:97

Opracowała Dietetyk Magdalena Biedrzycka