

Data/rodzaj diety	01.02.2026	02.02.2026	03.02.2026	04.02.2026	05.02.2026	06.02.2026	07.02.2026	08.02.2026	09.02.2026	10.02.2026
Dieta podstawowa	Kaloryczność (kcal):2295 Białko(g):116 Węglowodany(g):303 Tłuszcze(g):73 Błonnik(g):29 Cukry(g):93	Kcal: 2727 B: 110 g W: 356 g T: 101 g Bł: 39 g Cukry:108	Kcal: 2267 B: 105 g W: 326 g T: 67 g Bł: 37 g Cukry: 120	Kcal: 2232 B: 106 g W: 306 g T: 70 g Bł: 32 g Cukry:78	Kcal: 2636 B: 122 g W: 376 g T: 79 g Bł: 46 g Cukry:117	Kcal: 2455 B: 101 g W: 346 g T: 80 g Bł: 37 g Cukry: 134	Kcal: 2559 B: 105 g W: 357 g T: 84 g Bł: 27 g Cukry: 109	Kcal: 2355 B: 113 g W: 326 g T: 71 g Bł: 37 g Cukry: 93	Kcal: 2492 B: 122 g W: 316 g T: 85 g Bł: 24 g Cukry: 105	Kcal: 2181 B: 95 g W: 305 g T: 70 g Bł: 36 g Cukry: 122
Dieta cukrzycowa	Kaloryczność (kcal):2538 Białko(g):142 Węglowodany(g):303 Tłuszcze(g):89 Błonnik(g):36 Cukry(g):64	Kcal: 2511 B: 127 g W: 304 g T: 92 g Bł: 37 g Cukry: 81	Kcal: 2503 B: 129 g W: 321 g T: 84 g Bł: 47 g Cukry: 108	Kcal: 2478 B: 123 g W: 319 g T: 85 g Bł: 40 g Cukry: 86	Kcal: 2537 B: 117 g W: 328 g T: 91 g Bł: 47 g Cukry: 90	Kcal: 2572 B: 129 g W: 318 g T: 91 g Bł: 37 g Cukry: 82	Kcal: 2681 B: 121 g W: 334 g T: 99 g Bł: 33 g Cukry: 75	Kcal:2643 B: 126 W: 367 T: 81 Bł: 42 Cukry:95	Kcal:2653 B: 139 W: 329 T: 92 Bł: 29 Cukry:71	Kcal:2543 B: 124 W: 310 T: 95 Bł: 41 Cukry:100
Dieta lekkostrawna/wątrobowa	Kaloryczność (kcal):2309 Białko(g):113 Węglowodany(g):310 Tłuszcze(g):72 Błonnik(g):26 Cukry(g):94	Kcal: 2359 B: 106 g W: 314 g T: 79 g Bł: 29 g Cukry: 107	Kcal: 2279 B: 100 g W: 332 g T: 66 g Bł: 32 g Cukry: 120	Kcal: 2235 B: 102 g W: 314 g T: 68 g Bł: 26 g Cukry: 78	Kcal: 2462 B: 101 g W: 356 g T: 76 g Bł: 36 g Cukry:117	Kcal: 2341 B: 108 g W: 336 g T: 67 g Bł: 27 g Cukry: 121	Kcal: 2573 B: 101 g W: 363 g T: 83 g Bł: 24 g Cukry: 110	Kcal:2369 B: 34 W: 322 T: 70 Bł: 34 Cukry:95	Kcal:2545 B: 117 W: 340 T: 83 Bł: 23 Cukry:107	Kcal:2227 B: 94 W: 302 T: 76 Bł: 30 Cukry:115

Opracowała Dietetyk Magdalena Biedrzycka