

Data/rodzaj diety	03.03.2026	04.03.2026	05.03.2026	06.03.2026	07.03.2026	08.03.2026	09.03.2026	10.03.2026	11.03.2026	12.03.2026
Dieta podstawowa	Kaloryczność (kcal):2323 Białko(g):105 Węglowodany(g):321 Tłuszcze(g):75 Błonnik (g):33 Cukry(g):109	Kcal: 2368 B: 111 W: 306 T: 83 Bł: 34 Cukry:96	Kcal: 2474 B: 116 W: 352 T: 72 Bł: 34 Cukry:124	Kcal: 2673 B: 120 W: 347 T: 95 Bł: 33 Cukry:109	Kcal: 2168 B: 103 W: 267 T: 80 Bł: 28 Cukry:91	Kcal: 2505 B: 123 W: 359 T: 71 Bł: 40 Cukry:126	Kcal: 2500 B: 118 W: 317 T: 88 Bł: 27 Cukry:88	Kcal: 2492 B: 118 W: 354 T: 74 Bł: 38 Cukry:120	Kcal: 2289 B: 103 W: 317 T: 73 Bł: 36 Cukry:119	Kcal: 2286 B: 107 W: 292 T: 81 Bł: 31 Cukry:105
Dieta cukrzycowa	Kaloryczność (kcal):2536 Białko(g):130 Węglowodany(g):298 Tłuszcze(g):96 Błonnik (g):37 Cukry(g):92	Kcal: 2527 B: 136 W: 286 T: 98 Bł: 39 Cukry:83	Kcal: 2630 B: 130 W: 346 T: 87 Bł: 44 Cukry:109	Kcal: 2542 B: 140 W: 328 T: 79 Bł: 40 Cukry:94	Kcal: 2307 B: 115 W: 265 T: 92 Bł: 37 Cukry:68	Kcal: 2699 B: 148 W: 340 T: 89 Bł: 43 Cukry:96	Kcal: 2567 B: 129 W: 324 T: 90 Bł: 40 Cukry:90	Kcal: 2381 B: 113 W: 307 T: 82 Bł: 37 Cukry:81	Kcal: 2457 B: 115 W: 325 T: 83 Bł: 45 Cukry:108	Kcal: 2403 B: 113 W: 284 T: 95 Bł: 36 Cukry:71
Dieta lekkostrawna/wątrobowa	Kaloryczność (kcal):2376 Białko(g):101 Węglowodany(g):325 Tłuszcze(g):80 Błonnik (g):28 Cukry(g):109	Kcal: 2375 B: 104 W: 305 T: 86 Bł: 30 Cukry:93	Kcal: 2488 B: 113 W: 358 T: 72 Bł: 31 Cukry:125	Kcal: 2363 B: 12 W: 335 T: 63 Bł: 27 Cukry:103	Kcal: 2182 B: 100 W: 273 T: 80 Bł: 25 Cukry:93	Kcal: 2519 B: 120 W: 365 T: 71 Bł: 37 Cukry:127	Kcal: 2434 B: 113 W: 314 T: 84 Bł: 22 Cukry:86	Kcal: 2394 B: 103 W: 338 T: 75 Bł: 27 Cukry:114	Kcal: 2291 B: 100 W: 321 T: 73 Bł: 33 Cukry:120	Kcal: 2382 B: 105 W: 301 T: 87 Bł: 24 Cukry:103

Opracowała Dietetyk Magdalena Biedrzycka