

Data/rodzaj diety	13.03.2026	14.03.2026	15.03.2026	16.03.2026	17.03.2026	18.03.2026	19.03.2026	20.03.2026	21.03.2026	22.03.2026
Dieta Podstawowa Kod: D01	Kaloryczność (kcal):2522 Białko(g):122 Węglowodany(g):326 W tym cukry (g):119 Tłuszcze(g):86 Nasycone Kwasy tłuszczowe-NKT (g):37 Błonnik (g):33 Sód (mg):3349	Kcal: 2451 B: 107 W: 336 W tym cukry:108 T: 79 NKT:33 Bł: 32 Sód:3879	Kcal: 2451 B: 121 W: 336 W tym cukry:118 T: 74 NKT:37 Bł: 37 Sód:2872	Kcal: 2527 B: 112 W: 305 W tym cukry:109 T: 99 NKT:44 Bł: 27 Sód:4536	Kcal: 2332 B: 99 W: 316 W tym cukry:114 T: 81 NKT:37 Bł: 33 Sód:3240	Kcal: 2333 B: 120 W: 319 W tym cukry:82 T: 67 NKT:33 Bł: 30 Sód:3248	Kcal: 2296 B: 116 W: 293 W tym cukry:94 T: 79 NKT:33 Bł: 32 Sód:3374	Kcal: 2605 B: 122 W: 366 W tym cukry:134 T: 79 NKT:37 Bł: 42 Sód:3353	Kcal: 2512 B: 111 W: 314 W tym cukry:104 T: 79 NKT:41 Bł: 31 Sód:4102	Kcal: 2190 B: 102 W: 296 W tym cukry:96 T: 70 NKT:33 Bł: 29 Sód:3225
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Kod:D03	Kaloryczność (kcal):2520 Białko(g):139 Węglowodany(g):308 W tym cukry (g):89 Tłuszcze(g):85 Nasycone Kwasy tłuszczowe-NKT(g):39 Błonnik (g):35 Sód (mg): 2775	Kcal: 2621 B: 126 W: 332 W tym cukry:99 T: 93 NKT:39 Bł: 44 Sód:4281	Kcal: 2643 B: 137 W: 314 W tym cukry:77 T: 97 NKT:48 Bł: 39 Sód:3756	Kcal: 2547 B: 128 W: 331 W tym cukry:106 T: 85 NKT:39 Bł: 41 Sód:3690	Kcal: 2534 B: 120 W: 305 W tym cukry:102 T: 100 NKT:46 Bł: 43 Sód:4149	Kcal: 2355 B: 135 W: 299 W tym cukry:54 T: 71 NKT:34 Bł: 29 Sód:3797	Kcal: 2526 B: 134 W: 321 W tym cukry:83 T: 85 NKT:37 Bł: 38 Sód:3811	Kcal: 2656 B: 142 W: 334 W tym cukry:106 T: 89 NKT:44 Bł: 44 Sód:3897	Kcal: 2604 B: 120 W: 313 W tym cukry:84 T: 104 NKT:45 Bł: 42 Sód:4343	Kcal: 2401 B: 122 W: 291 W tym cukry:73 T: 87 NKT:40 Bł: 37 Sód:3694
Dieta lekkostrawna Kod: D02	Kaloryczność (kcal):2363 Białko(g):114 Węglowodany(g):332 W tym cukry (g):121 Tłuszcze(g):69 Nasycone Kwasy tłuszczowe-NKT(g):31 Błonnik (g):29 Sód (mg):2938	Kcal: 2465 B: 103 W: 342 W tym cukry:110 T: 79 NKT:33 Bł: 29 Sód:3914	Kcal: 2465 B: 118 W: 342 W tym cukry: 120 T: 74 NKT:37 Bł: 34 Sód:2907	Kcal: 2375 B: 114 W: 319 W tym cukry:104 T: 74 NKT:36 Bł: 23 Sód:3187	Kcal: 2315 B: 93 W: 317 W tym cukry: 114 T: 81 NKT:36 Bł: 29 Sód:3233	Kcal: 2347 B: 115 W: 329 W tym cukry:82 T: 65 NKT:32 Bł: 23 Sód:2920	Kcal: 2418 B: 119 W: 327 W tym cukry:108 T: 76 NKT:33 Bł: 27 Sód:3459	Kcal: 2527 B: 115 W: 351 W tym cukry:129 T: 79 NKT:40 Bł: 32 Sód:2672	Kcal: 2512 B: 111 W: 314 W tym cukry:104 T: 96 NKT:41 Bł: 31 Sód:4102	Kcal: 2194 B: 104 W: 295 W tym cukry:93 T: 70 NKT:33 Bł: 29 Sód:3266

Opracowała Dietetyk Magdalena Biedrzycka