

Niedziela
22 Luty 2026 r.
Lesko

DIETETYCZKA
DYPLOMOWANA
Mroczkiewicz
Joanna Mroczkiewicz

Dieta Podstawowa (1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (mleko), galaretką drobiową 150g , cytryna 10g, sałata masłowa 10g, ogórek konserwowy (gorczyca) 50g, masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml	Zupa makaronowa 350 (zboża zawierające gluten , gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, roszponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Polędwica z pasieki 50g, pomidor 50g, masło 10g (mleko) , chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), kakao 250ml (mleko), Mandarynka 80g

Dieta Łatwo strawna(2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (mleko), galaretką drobiową 150g , cytryna 10g, sałata masłowa 10g, masło 10g (mleko), chleb pszenno- żytni 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml	Zupa makaronowa 350 (zboża zawierające gluten , gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka 120g (mleko, seler) , roszonek 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Polędwica z pasieki 50g, pomidor 50g, masło 10g (mleko) chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), kakao 250ml (mleko), Mandarynka 80g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Galaretką drobiową 150g , cytryna 10g, sałata masłowa 10g, ogórek konserwowy (gorczyca) 50g, masło 10g (mleko) chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml	Zupa makaronowa 350 (zboża zawierające gluten , gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, roszonek 10g, herbata 250ml	Polędwica z pasieki 80g, pomidor 50g, chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) masło 10g (mleko) herbata 250ml Mandarynka 80g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 4 posiłkowa węglowodanów (6)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Galaretką drobiową 150g , cytryna 10g, sałata masłowa 10g, ogórek konserwowy (gorczyca) 50g, masło 10g (mleko) chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml	Zupa makaronowa 350 (zboża zawierające gluten , gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, roszonek 10g, herbata 250ml kanapka z wędliną , jajkiem, koperkiem i margaryną 120 g (zboża zawierające gluten, mleko, jaja)	Polędwica z pasieki 80g, pomidor 50g, masło 10g (mleko) , chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , herbata 250ml Mandarynka 80g

Dieta ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów oraz nasyconych kwasów tłuszczowych(7)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Galaretką drobiową 150g , cytryna 10g, sałata masłowa 10g, ogórek konserwowy (gorczyca) 50g, margaryna mis kromeczki 15g chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten) , herbata 250ml	Zupa makaronowa 350 (zboża zawierające gluten , gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, roszonek 10g, herbata 250ml kanapka z wędliną , jajkiem, koperkiem i margaryną (zboża zawierające gluten, mleko, jaja)	Polędwica z pasieki 80g, pomidor 50g, chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), margaryna mis kromeczki 15g, herbata 250ml Mandarynka 80g

Dieta bogatobiałkowa(9)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (mleko) galaretką drobiową 150g , cytryna 10g, sałata masłowa 10g, masło 10g (mleko), bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml jogurt owocowy 100 g (mleko)	Zupa makaronowa 350 (zboża zawierające gluten , gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka 120g (mleko, seler) , roszonek 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy) kanapka z wędliną jajkiem i koperkiem margaryną 120 g (zboża zawierające gluten, mleko, jaja,)	Polędwica z pasieki 80g, pomidor 50g, masło 10g (mleko) , bułka grahamka 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml Mandarynka 80g

Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu(3)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), galaretką drobiową 150g , cytryna 10g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g , margaryna mis kromeczki 10g,	Zupa makaronowa 350 (zboża zawierające gluten , gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka 120g (mleko, seler) , roszonek 10g, kompot 250ml	Polędwica z pasieki 80g, pomidor 50g, margaryna mis kromeczki 10g, chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), kakao 250ml (mleko) ,

herbata 250ml	(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Mandarynka 80g
---------------	--	----------------

Dieta bezmleczna(11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa bez zabielenia z kaszą jaglaną 350ml (zboża zawierające gluten, seler), galaretką drobiową 150g, cytryna 10g, sałata masłowa 10g , margaryna mis kromeczki 15g chleb pszenno- żytni100g (zboża zawierające gluten)	Zupa makaronowa 350 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka120g (seler), roszponka 10g, herbata 250ml	Polędwica z pasieki 60g, pomidor 50g, margaryna mis kromeczki 15g, chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml,
herbata 250ml		Mandarynka 80g

Dieta papkowata(12)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa z ziemniakami 350ml(seler), schab gotowany 50g, masło 10g (mleko),bułka pszenna 80g(zboża zawierającegluten), herbata 250ml,	Zupa makaronowa 350 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), mięso z ud kurczaka 80g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Zupa z ryżem bez zabielenia (seler) 350ml,), filet z kurczaka gotowany 50g,, Masło 10g(mleko) bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten) kakao 250ml, (mleko)
mus owocowy 100g		

Dieta o zmienionej konsystencji –płynna wzmocniona (14)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa z ziemniakami 350ml(seler), schab gotowany 100g, masło 10g(mleko), bułka pszenna 80g(zboża zawierającegluten), herbata 250ml,	Zupa makaronowa 350 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), mięso z ud kurczaka 80g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Zupa z ryżem bez zabielenia (seler) 350ml, filet z kurczaka gotowany 80g, masło 10g (mleko) bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten) kakao 250ml, (mleko),
mus owocowy 100g		

Dieta bezglutenowa (11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (mleko), galaretką drobiową 150g , cytryna 10g, sałata masłowa 10g, ogórek konserwowy (gorczyca) 50g, masło 10g (mleko), chleb bezglutenowy 100g, herbata 250ml	Zupa makaronowa bezglutenowym 350 (seler), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, roszponka 10g, herbata 250ml	Polędwica z pasieki 50g, pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb bezglutenowy 100g kakao 250ml (mleko),
		Mandarynka 80g

Dieta ubogo energetyczna 1200 kcal (12)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Galaretką drobiową 150g , cytryna 10g, sałata masłowa 10g, ogórek konserwowy (gorczyca) 50g , margaryna miss kromeczki 15g, chleb razowy 80g (zboża zawierające gluten)	Zupa makaronowa 350 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, roszponka 10g, herbata 250m	Polędwica z pasieki 50g, pomidor 50g, margaryna mis kromeczki 15g,chleb razowy 80g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml
herbata 250ml		Mandarynka 80g

Dieta Podstawowa dzieci (P1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą jagłana 350ml (mleko), galaretką drobiową 150g , cytryna 10g sałata masłowa 10g, ogórek konserwowy (gorczyca) 50g, masło 10g (mleko),, bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten), , herbata 250ml	Zupa makaronowa 350 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka120g (mleko, seler), roszponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Polędwica z pasieki 50g, pomidor 50g, , masło 10g (mleko), bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten), kakao 250ml (mleko),
		Mandarynka 80g

Dieta Podstawowa dzieci 70% (P1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą jagłana 245ml (mleko), galaretką drobiową 105g , cytryna 7g sałata masłowa 7g, ogórek konserwowy (gorczyca) 35g, bułka pszenna 70g (zboża zawierające gluten), masło 7g (mleko), , herbata 250ml	Zupa makaronowa 245 (zboża zawierające gluten, jaja, seler), mięso drobiowe pieczone 70g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g, surówka z selera i jabłka 84g (mleko, seler), roszponka 7g, kompot 175ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Polędwica z pasieki 35g, masło 7g (mleko), pomidor 35g, bułka pszenna 70g (zboża zawierające gluten), , kakao 175ml (mleko),
		Mandarynka 56g

Dieta Podstawowa dzieci 50% (P1)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą jagłana 350ml (mleko), galaretką drobiową 75g , cytryna 5g sałata masłowa 10g, ogórek konserwowy (gorczyca) 25g, masło 5g (mleko) bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml	Zupa makaronowa 175 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), mięso drobiowe pieczone 50g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, surówka z selera i jabłka60g (mleko, seler), roszponka 5g, kompot 125ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Polędwica z pasieki 25g, pomidor 25g, masło 5g (mleko), bułka pszenna 50g (zboża zawierające gluten), kakao 125ml (mleko),
		Mandarynka 40g

Dieta Łatwo strawna dzieci (P2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
------------------------	--------------------	-----------------------

Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (mleko), galaretką drobiową 150g, cytryna 10g, sałata masłowa 10g, masło 10g (mleko), bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten), , herbata 250ml	Zupa makaronowa 350 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka 120g (mleko, seler), roszponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Polędwica z pasieki 50g, pomidor 50g, masło 10g (mleko), bułka pszenna 100g (zboża zawierające gluten), , kakao 250ml (mleko), Mandarynka 80g

Dieta Łatwo strawna dzieci 70% (P2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 245ml (mleko), galaretką drobiową 105g, cytryna 7g, sałata masłowa 7g, masło 7g (mleko), bułka pszenna 70g (zboża zawierające gluten), herbata 175ml	Zupa makaronowa 245 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), mięso drobiowe pieczone 70g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g, surówka z selera i jabłka 84g (mleko, seler), roszponka 7g, kompot 175ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Polędwica z pasieki 35g, pomidor 35g, masło 7g (mleko), bułka pszenna 70g (zboża zawierające gluten), kakao 175ml (mleko), Mandarynka 56g

Dieta Łatwo strawna dzieci 50% (P2)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 175ml (mleko), galaretką drobiową 75g, cytryna 5g, sałata masłowa 5g, masło 5g (mleko), bułka pszenna 50g (zboża zawierające gluten) herbata 125ml	Zupa makaronowa 175 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), mięso drobiowe pieczone 50g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, surówka z selera i jabłka 60g (mleko, seler), roszponka 5g, kompot 125ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Polędwica z pasieki 25g, pomidor 25g, masło 5g (mleko), bułka pszenna 50g (zboża zawierające gluten), kakao 125ml (mleko), Mandarynka 40g

Dieta Bezmleczna Dzieci (P15)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa bez zabielenia z kaszą jaglaną 350ml (zboża zawierające gluten, seler), galaretką drobiową 150g, cytryna 10g sałata masłowa 10g, margaryna mis kromeczek 15g, chleb pszenno- żytni 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml	Zupa makaronowa 350 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka 120g (seler), roszponka 10g, herbata 250ml	polędwica z pasieki 60g, pomidor 50g, margaryna mis kromeczka 15g, chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten) herbata 250ml, Mandarynka 80g

Dieta Bezmleczna Dzieci 70%(P15)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa bez zabielenia z kaszą jaglaną 245ml (zboża zawierające gluten, seler), galaretką drobiową 105g, cytryna 7g sałata masłowa 7g, margaryna mis kromeczek 10,5g chleb pszenno- żytni 70g (zboża zawierające gluten) herbata 175ml	Zupa makaronowa 245 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), mięso drobiowe pieczone 70g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g, surówka z selera i jabłka 84g (seler), roszponka 7g, herbata 175ml	Polędwica z pasieki 42g, pomidor 35g, margaryna mis kromeczek 10,5g, chleb pszenno - żytni 70g (zboża zawierające gluten), herbata 175ml, Mandarynka 56g

Dieta Bezmleczna Dzieci 50%(P15)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa bez zabielenia z kaszą jaglaną 175ml (zboża zawierające gluten, seler), galaretką drobiową 75g, cytryna 5g sałata masłowa 5g, margaryna mis kromeczek 7,5g chleb pszenno- żytni 50g (zboża zawierające gluten) herbata 125ml	Zupa makaronowa 175 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), mięso drobiowe pieczone 50g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, surówka z selera i jabłka 60g (seler), roszponka 5g, herbata 125ml	Polędwica z pasieki 30g, pomidor 25g, margaryna mis kromeczek 7,5g, chleb pszenno - żytni 50g (zboża zawierające gluten), herbata 125ml, Mandarynka 40g

Dieta Bezglutenowa Dzieci (P11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (mleko) galaretką drobiową 150g, cytryna 10g sałata masłowa 10g, ogórek konserwowy (gorczyca) 50g, masło 10g (mleko) chleb bezglutenowy 100g herbata 250ml	Zupa makaronowa 350 (seler), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, roszponka 10g, herbata 250ml	Polędwica z pasieki 50g, pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb bezglutenowy 100g, kakao 250ml (mleko), Mandarynka 80g

Dieta Bezglutenowa Dzieci 70% (P11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 245ml (mleko), galaretką drobiową 105g sałata masłowa 7g, ogórek konserwowy (gorczyca) 35g, cytryna 7g, masło 7g (mleko), chleb bezglutenowy 70g, herbata 175ml	Zupa makaronowa 245 (seler), mięso drobiowe pieczone 70g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g, surówka z kapusty pekińskiej 84g, roszponka 7g, herbata 175ml	Polędwica z pasieki 35g, pomidor 35g, masło 7g (mleko), chleb bezglutenowy 70g, kakao 175ml (mleko), Mandarynka 56g

Dieta Bezglutenowa Dzieci 50% (P11)

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 175ml (mleko), galaretką drobiową 75g, cytryna 5g, sałata masłowa, 7g, ogórek konserwowy (gorczyca) 25g, masło 5g (mleko), chleb bezglutenowy 50g, herbata 125ml	Zupa makaronowa 175 (seler), mięso drobiowe pieczone 50g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, surówka z kapusty pekińskiej 60g, roszponka 5g, herbata 125ml	Polędwica z pasieki 25g, pomidor 25g, masło 5g (mleko), chleb bezglutenowy 50g, kakao 125ml (mleko), Mandarynka 40g

Dieta Uboropurynowa

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
------------------------	--------------------	-----------------------

Zupa mleczna z kasza jaglaną 350ml (mleko) galaretką drobiową 150g , cytryna 10g, sałata masłowa 10g, masło 10g (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa makaronowa 350 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka120g (mleko, seler), roszponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Polędwica z pasieki 50g, pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten) kakao 250ml (mleko), mandarynka 80g

Dieta Wegetariańska

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posiłek nocny
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (mleko) dżem 50g (zboża zawierające gluten sezam) masło 10g(mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), jabłko 100g ,herbata 250ml	Zupa makaronowa 350 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), kotleciki z brokuła z jajkiem 100g (zboża zawierające gluten, jaja) , ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z selera i jabłka120g (mleko, seler), roszponka 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Pasta z twarogu 70g (mleko), rukola 10g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), kakao 250ml (mleko), Mandarynka 80g

Dieta Podstawowa (1)

Energia [kcal]	Białka [g]	Blonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1833,16	81,51	23,81	1614,26	5,09	65,13	230,15	5,15	26,18	43,65	206,36

Dieta Łatwo strawna(2)

Energia [kcal]	Białka [g]	Blonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
2058,73	88,41	21,71	1616,43	5,07	69,94	235,15	4,26	32,22	40,11	212,43

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)

Energia [kcal]	Białka [g]	Blonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1542,21	76,47	24,9	1269,35	4,85	52,12	188,84	3,91	17,06	22,71	163,95

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych 4 posiłkowa węglowodanów (6)

Energia [kcal]	Białka [g]	Blonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1862,77	96,43	27,65	1845,09	6,29	69,27	211,8	3,92	30,31	23,94	184,17

Dieta ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów oraz nasyconych kwasów tłuszczowych(7)

Energia [kcal]	Białka [g]	Blonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1851,37	94,94	30,33	2034,39	6,81	59,78	234,02	3,92	13,83	24,9	203,71

Dieta bogatobiałkowa(9)

Energia [kcal]	Białka [g]	Blonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
2080,68	108,46	33,11	1992,28	6,65	63,43	285,65	5,27	23,37	49,26	252,53

Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu(3)

Energia [kcal]	Białka [g]	Blonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1840,52	90,79	26,28	1693,58	5,31	42,23	279,46	5,72	13,41	47,24	253,19

Dieta bezmleczna(11)

Energia [kcal]	Białka [g]	Blonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1886,56	74,26	25,15	1551,95	5,91	67,52	250,08	4,81	11,16	40,29	224,94

Dieta papkowata(12)

Energia [kcal]	Białka [g]	Blonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1947,18	78,43	19,81	1100,33	2,74	64,6	270,65	6,17	19,68	51,81	221,25

Dieta o zmienionej konsystencji –płynna wzmocniona (14)

Energia [kcal]	Białka [g]	Blonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
----------------	------------	-----------------------	----------	---------	--------------	-----------------	-------------	------------------------------------	------------	------------------------------

2005,38	95,71	19,18	1146,33	2,86	66,78	263,25	6,17	20,55	51,79	221,25
---------	-------	-------	---------	------	-------	--------	------	-------	-------	--------

Dieta bezglutenowa (11)

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1845,56	73,21	28,52	1977,56	5,98	78,59	224,67	4,16	32,27	54,79	196,16

Dieta ubogo energetyczna 1200 kcal (12)

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1091,13	50,09	20,07	1072,78	3,75	34,48	143,44	3,67	7,19	19,08	123,38

Dieta Podstawowa dzieci (P1)

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1910,83	84,56	18,18	1176,38	3,98	69,31	246,53	5,27	31,69	44,39	228,35

Dieta Łatwo strawna dzieci (P2)

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1835,73	82,39	17,41	1175,33	3,98	68,67	231	5,16	31,57	43,83	213,58

Dieta Bezmleczna Dzieci (P15)

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1886,56	74,26	25,15	1551,95	5,91	67,52	250,08	4,81	11,16	40,29	224,94

Dieta Bezglutenowa Dzieci (P11)

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1845,56	73,21	28,52	1977,56	5,98	78,59	224,67	4,16	32,27	54,79	196,16

Dieta Ubogopurynowa

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
2058,73	88,41	21,71	1616,43	5,07	69,94	235,15	4,26	32,22	40,11	212,43

Dieta Wegetariańska

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1909,43	62,5	30,9	1771,75	4,44	53,45	297,92	11,64	24,81	67,1	267,02

DIETETYCZKA
DYPLOMOWANA
Mroczkiewicz
Joanna Mroczkiewicz