

Menu 16.03.-29.03.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01), łatwostrawna (D02), łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05), z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03), bogatobiałkowa (D07), bezmleczna (ML)

DIETA	16.03.2026	17.03.2026	18.03.2026	19.03.2026	20.03.2026	21.03.2026	22.03.2026
D01	K: 2013 / B: 116 T: 67 / WP: 225 / F: 35 WW: 23 W: 260 KTN: 23 Na: 2112	K: 2052 / B: 80 T: 79 / WP: 237 / F: 37 WW: 24 W: 274 KTN: 32 Na: 1998	K: 1992 / B: 88 T: 77 / WP: 220 / F: 31 WW: 22 W: 251 KTN: 30 Na: 2086	K: 2075 / B: 97 T: 84 / WP: 222 / F: 35 WW: 22 W: 257 KTN: 25 Na: 1068	K: 2117 / B: 90 T: 90 / WP: 222 / F: 31 WW: 22 W: 253 KTN: 35 Na: 1822	K: 2026 / B: 74 T: 84 / WP: 235 / F: 31 WW: 24 W: 266 KTN: 29 Na: 1625	K: 2100 / B: 101 T: 98 / WP: 190 / F: 32 WW: 19 W: 221 KTN: 29 Na: 2276
D02	K: 1957 / B: 115 T: 61 / WP: 230 / F: 28 WW: 23 W: 258 KTN: 22 Na: 1725	K: 2015 / B: 81 T: 73 / WP: 247 / F: 27 WW: 25 W: 274 KTN: 32 Na: 1580	K: 1895 / B: 90 T: 66 / WP: 221 / F: 28 WW: 22 W: 249 KTN: 29 Na: 1685	K: 1990 / B: 99 T: 72 / WP: 228 / F: 29 WW: 23 W: 257 KTN: 25 Na: 933	K: 2057 / B: 83 T: 83 / WP: 232 / F: 25 WW: 23 W: 257 KTN: 31 Na: 1559	K: 1975 / B: 82 T: 55 / WP: 276 / F: 27 WW: 28 W: 304 KTN: 28 Na: 1348	K: 1998 / B: 99 T: 86 / WP: 196 / F: 25 WW: 20 W: 221 KTN: 27 Na: 1936
D03	K: 2176 / B: 127 T: 69 / WP: 248 / F: 38 WW: 25 W: 287 KTN: 24 Na: 2235	K: 2240 / B: 89 T: 88 / WP: 254 / F: 40 WW: 25 W: 294 KTN: 36 Na: 2135	K: 2226 / B: 96 T: 82 / WP: 260 / F: 35 WW: 26 W: 294 KTN: 32 Na: 2181	K: 2228 / B: 105 T: 87 / WP: 244 / F: 38 WW: 24 W: 282 KTN: 26 Na: 1322	K: 2308 / B: 100 T: 101 / WP: 235 / F: 32 WW: 24 W: 267 KTN: 39 Na: 1918	K: 2248 / B: 91 T: 90 / WP: 258 / F: 34 WW: 26 W: 293 KTN: 29 Na: 1929	K: 2334 / B: 111 T: 106 / WP: 218 / F: 37 WW: 22 W: 255 KTN: 31 Na: 2275
D07	K: 2064 / B: 122 T: 71 / WP: 225 / F: 35 WW: 23 W: 260 KTN: 23 Na: 2112	K: 2161 / B: 89 T: 87 / WP: 237 / F: 37 WW: 24 W: 274 KTN: 34 Na: 2100	K: 2063 / B: 97 T: 81 / WP: 220 / F: 31 WW: 22 W: 251 KTN: 30 Na: 2193	K: 2186 / B: 107 T: 92 / WP: 222 / F: 35 WW: 22 W: 257 KTN: 26 Na: 1076	K: 2208 / B: 103 T: 94 / WP: 222 / F: 31 WW: 22 W: 253 KTN: 35 Na: 1858	K: 2109 / B: 84 T: 89 / WP: 236 / F: 31 WW: 24 W: 267 KTN: 29 Na: 1759	K: 2216 / B: 110 T: 107 / WP: 190 / F: 32 WW: 19 W: 221 KTN: 29 Na: 2294
ML	K: 2097 / B: 105 T: 68 / WP: 248 / F: 36 WW: 25 W: 285 KTN: 21 Na: 1987	K: 2050 / B: 73 T: 80 / WP: 241 / F: 38 WW: 24 W: 279 KTN: 29 Na: 1896	K: 1997 / B: 87 T: 77 / WP: 222 / F: 31 WW: 22 W: 253 KTN: 29 Na: 2078	K: 2152 / B: 83 T: 86 / WP: 243 / F: 37 WW: 24 W: 280 KTN: 18 Na: 988	K: 2000 / B: 69 T: 77 / WP: 241 / F: 32 WW: 24 W: 273 KTN: 31 Na: 1585	K: 1973 / B: 72 T: 76 / WP: 242 / F: 32 WW: 24 W: 273 KTN: 27 Na: 1562	K: 2053 / B: 89 T: 94 / WP: 201 / F: 32 WW: 20 W: 233 KTN: 29 Na: 2295

K – zawartość kaloryczna (kcal), B – białko (g), T – tłuszcz (g), WP – węglowodany przyswajalne, F – błonnik (g), WW – wymienniki węglowodanowe, W – węglowodany ogółem, KTN – kwasy tłuszczowe nasycone, Na – Sód (mg)

Menu 16.03.-29.03.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (D01), łatwostrawna (D02), łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (D05), z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03), bogatobiałkowa (D07), bezmleczna (ML)

DIETA	23.03.2026	24.03.2026	25.03.2026	26.03.2026	27.03.2026	28.03.2026	29.03.2026
D01	K: 2176 / B: 101 T: 79 / WP: 248 / F: 36 WW: 25 W: 284 KTN: 23 Na: 1888	K: 1955 / B: 89 T: 85 / WP: 193 / F: 30 WW: 19 W: 223 KTN: 29 Na: 2140	K: 2273 / B: 105 T: 86 / WP: 255 / F: 27 WW: 26 W: 283 KTN: 38 Na: 1796	K: 2160 / B: 93 T: 100 / WP: 209 / F: 28 WW: 21 W: 236 KTN: 37 Na: 1922	K: 2053 / B: 96 T: 79 / WP: 225 / F: 46 WW: 23 W: 270 KTN: 38 Na: 2063	K: 2154 / B: 100 T: 92 / WP: 215 / F: 35 WW: 22 W: 250 KTN: 27 Na: 1431	K: 2132 / B: 96 T: 95 / WP: 208 / F: 32 WW: 21 W: 240 KTN: 37 Na: 1784
D02	K: 2130 / B: 102 T: 72 / WP: 254 / F: 30 WW: 25 W: 284 KTN: 23 Na: 1470	K: 1858 / B: 80 T: 77 / WP: 199 / F: 27 WW: 20 W: 225 KTN: 27 Na: 1918	K: 2152 / B: 100 T: 74 / WP: 260 / F: 24 WW: 26 W: 284 KTN: 34 Na: 1893	K: 2165 / B: 94 T: 98 / WP: 215 / F: 21 WW: 22 W: 236 KTN: 37 Na: 2021	K: 2022 / B: 89 T: 76 / WP: 235 / F: 39 WW: 24 W: 274 KTN: 29 Na: 1739	K: 1987 / B: 97 T: 78 / WP: 213 / F: 28 WW: 21 W: 241 KTN: 26 Na: 1614	K: 1940 / B: 98 T: 72 / WP: 213 / F: 26 WW: 21 W: 239 KTN: 31 Na: 1650
D03	K: 2321 / B: 111 T: 80 / WP: 270 / F: 40 WW: 27 W: 310 KTN: 24 Na: 2092	K: 2043 / B: 91 T: 86 / WP: 208 / F: 34 WW: 21 W: 243 KTN: 30 Na: 2176	K: 2423 / B: 116 T: 87 / WP: 278 / F: 31 WW: 28 W: 309 KTN: 38 Na: 2029	K: 2381 / B: 103 T: 111 / WP: 226 / F: 31 WW: 23 W: 257 KTN: 40 Na: 2247	K: 2143 / B: 101 T: 81 / WP: 237 / F: 47 WW: 24 W: 284 KTN: 39 Na: 2127	K: 2300 / B: 110 T: 94 / WP: 237 / F: 39 WW: 24 W: 276 KTN: 27 Na: 1835	K: 2365 / B: 106 T: 103 / WP: 236 / F: 38 WW: 24 W: 274 KTN: 39 Na: 1883
D07	K: 2233 / B: 107 T: 83 / WP: 248 / F: 36 WW: 25 W: 285 KTN: 24 Na: 1980	K: 2079 / B: 99 T: 94 / WP: 194 / F: 30 WW: 19 W: 224 KTN: 30 Na: 2152	K: 2349 / B: 110 T: 93 / WP: 256 / F: 27 WW: 26 W: 283 KTN: 38 Na: 1796	K: 2198 / B: 101 T: 100 / WP: 209 / F: 28 WW: 21 W: 236 KTN: 37 Na: 2225	K: 2126 / B: 115 T: 78 / WP: 227 / F: 46 WW: 23 W: 272 KTN: 37 Na: 2172	K: 2246 / B: 108 T: 99 / WP: 216 / F: 35 WW: 22 W: 251 KTN: 27 Na: 1442	K: 2161 / B: 109 T: 93 / WP: 207 / F: 32 WW: 21 W: 240 KTN: 35 Na: 1893
ML	K: 2115 / B: 84 T: 73 / WP: 265 / F: 37 WW: 27 W: 302 KTN: 22 Na: 1840	K: 1922 / B: 77 T: 81 / WP: 206 / F: 30 WW: 21 W: 236 KTN: 29 Na: 2031	K: 2248 / B: 87 T: 86 / WP: 269 / F: 28 WW: 27 W: 297 KTN: 29 Na: 1379	K: 2104 / B: 83 T: 91 / WP: 223 / F: 29 WW: 22 W: 251 KTN: 36 Na: 2192	K: 2122 / B: 74 T: 80 / WP: 252 / F: 47 WW: 25 W: 299 KTN: 25 Na: 1726	K: 1965 / B: 76 T: 75 / WP: 226 / F: 37 WW: 23 W: 262 KTN: 25 Na: 1467	K: 2132 / B: 96 T: 95 / WP: 208 / F: 32 WW: 21 W: 240 KTN: 37 Na: 1784

K – zawartość kaloryczna (kcal), B – białko (g), T – tłuszcz (g), WP – węglowodany przyswajalne, F – błonnik (g), WW – wymienniki węglowodanowe, W – węglowodany ogółem, KTN – kwasy tłuszczowe nasycone, Na – Sód (mg)