

Menu 02.03.-15.03.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (1), łatwostrawna (2), łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3), z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6), bogatobiałkowa (9), bezmleczna (ML)

DIETA	02.03.2026	03.03.2026	04.03.2026	05.03.2026	06.03.2026	07.03.2026	08.03.2026
1	K: 2314 / B: 110 T: 77 / WP: 282 / F: 39 WW: 28 W: 321 KTN: 30 Na: 1760	K: 2233 / B: 120 T: 86 / WP: 233 / F: 25 WW: 23 W: 258 KTN: 25 Na: 2260	K: 2139 / B: 88 T: 92 / WP: 228 / F: 30 WW: 23 W: 257 KTN: 36 Na: 2789	K: 2289 / B: 93 T: 85 / WP: 270 / F: 45 WW: 27 W: 314 KTN: 23 Na: 1457	K: 2073 / B: 86 T: 79 / WP: 237 / F: 34 WW: 24 W: 271 KTN: 35 Na: 1854	K: 1997 / B: 105 T: 72 / WP: 225 / F: 34 WW: 23 W: 259 KTN: 30 Na: 1688	K: 2129 / B: 117 T: 92 / WP: 194 / F: 31 WW: 19 W: 225 KTN: 34 Na: 1793
2	K: 2189 / B: 108 T: 63 / WP: 289 / F: 33 WW: 29 W: 321 KTN: 24 Na: 1632	K: 2211 / B: 115 T: 84 / WP: 242 / F: 19 WW: 24 W: 260 KTN: 20 Na: 1927	K: 2093 / B: 89 T: 86 / WP: 230 / F: 26 WW: 23 W: 256 KTN: 35 Na: 2305	K: 2073 / B: 86 T: 71 / WP: 260 / F: 33 WW: 26 W: 293 KTN: 20 Na: 1795	K: 2023 / B: 79 T: 73 / WP: 247 / F: 28 WW: 25 W: 275 KTN: 26 Na: 1321	K: 1989 / B: 104 T: 70 / WP: 232 / F: 27 WW: 23 W: 259 KTN: 29 Na: 1625	K: 2067 / B: 116 T: 84 / WP: 201 / F: 24 WW: 20 W: 225 KTN: 31 Na: 1666
6	K: 2536 / B: 127 T: 83 / WP: 305 / F: 42 WW: 31 W: 347 KTN: 30 Na: 2164	K: 2454 / B: 130 T: 98 / WP: 251 / F: 29 WW: 25 W: 279 KTN: 28 Na: 2585	K: 2373 / B: 95 T: 96 / WP: 268 / F: 33 WW: 27 W: 301 KTN: 38 Na: 2884	K: 2553 / B: 113 T: 98 / WP: 287 / F: 47 WW: 29 W: 334 KTN: 26 Na: 1610	K: 2233 / B: 96 T: 81 / WP: 260 / F: 38 WW: 26 W: 297 KTN: 36 Na: 2087	K: 2215 / B: 117 T: 80 / WP: 247 / F: 37 WW: 25 W: 284 KTN: 33 Na: 1890	K: 2362 / B: 127 T: 100 / WP: 222 / F: 36 WW: 22 W: 258 KTN: 36 Na: 1892
9	K: 2427 / B: 124 T: 83 / WP: 282 / F: 39 WW: 28 W: 321 KTN: 32 Na: 2023	K: 2253 / B: 131 T: 83 / WP: 234 / F: 25 WW: 23 W: 259 KTN: 22 Na: 2365	K: 2142 / B: 98 T: 88 / WP: 227 / F: 30 WW: 23 W: 257 KTN: 37 Na: 3305	K: 2194 / B: 98 T: 72 / WP: 269 / F: 45 WW: 27 W: 314 KTN: 23 Na: 1733	K: 2159 / B: 99 T: 82 / WP: 237 / F: 34 WW: 24 W: 271 KTN: 37 Na: 2024	K: 2035 / B: 111 T: 73 / WP: 226 / F: 34 WW: 23 W: 260 KTN: 30 Na: 1786	K: 2232 / B: 131 T: 97 / WP: 194 / F: 31 WW: 19 W: 225 KTN: 35 Na: 2038
ML	K: 2283 / B: 97 T: 75 / WP: 287 / F: 40 WW: 29 W: 326 KTN: 26 Na: 1691	K: 2215 / B: 94 T: 85 / WP: 256 / F: 26 WW: 26 W: 281 KTN: 20 Na: 1997	K: 2156 / B: 85 T: 92 / WP: 235 / F: 30 WW: 24 W: 264 KTN: 35 Na: 2785	K: 2277 / B: 88 T: 86 / WP: 273 / F: 45 WW: 27 W: 318 KTN: 20 Na: 1294	K: 1979 / B: 56 T: 69 / WP: 265 / F: 35 WW: 27 W: 300 KTN: 25 Na: 1349	K: 1906 / B: 81 T: 68 / WP: 221 / F: 35 WW: 22 W: 257 KTN: 27 Na: 1685	K: 2088 / B: 97 T: 88 / WP: 210 / F: 31 WW: 21 W: 242 KTN: 34 Na: 1812

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 02.03.-15.03.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (1), łatwostrawna (2), łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3), z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6), bogatobiałkowa (9), bezmleczna (ML)

DIETA	09.03.2026	10.03.2026	11.03.2026	12.03.2026	13.03.2026	14.03.2026	15.03.2026
1	K: 2130 / B: 109 T: 85 / WP: 221 / F: 32 WW: 22 W: 253 KTN: 33 Na: 2471	K: 2045 / B: 78 T: 86 / WP: 226 / F: 32 WW: 23 W: 257 KTN: 37 Na: 1847	K: 1993 / B: 79 T: 70 / WP: 246 / F: 33 WW: 25 W: 279 KTN: 34 Na: 2444	K: 2074 / B: 116 T: 77 / WP: 221 / F: 35 WW: 22 W: 256 KTN: 27 Na: 2328	K: 2053 / B: 83 T: 87 / WP: 221 / F: 32 WW: 22 W: 252 KTN: 36 Na: 1967	K: 2003 / B: 87 T: 84 / WP: 210 / F: 29 WW: 21 W: 238 KTN: 31 Na: 2060	K: 2099 / B: 95 T: 95 / WP: 200 / F: 36 WW: 20 W: 236 KTN: 36 Na: 2251
2	K: 2466 / B: 129 T: 72 / WP: 289 / F: 58 WW: 29 W: 347 KTN: 27 Na: 2634	K: 2063 / B: 74 T: 83 / WP: 239 / F: 28 WW: 24 W: 268 KTN: 37 Na: 1847	K: 1874 / B: 78 T: 56 / WP: 249 / F: 30 WW: 25 W: 279 KTN: 30 Na: 2164	K: 1963 / B: 112 T: 64 / WP: 229 / F: 28 WW: 23 W: 258 KTN: 21 Na: 2198	K: 1829 / B: 83 T: 66 / WP: 214 / F: 25 WW: 21 W: 239 KTN: 26 Na: 1472	K: 1824 / B: 92 T: 66 / WP: 203 / F: 23 WW: 20 W: 227 KTN: 29 Na: 2353	K: 1851 / B: 96 T: 65 / WP: 207 / F: 29 WW: 21 W: 236 KTN: 25 Na: 2088
6	K: 2290 / B: 119 T: 88 / WP: 244 / F: 36 WW: 24 W: 279 KTN: 34 Na: 2705	K: 2193 / B: 82 T: 92 / WP: 243 / F: 36 WW: 24 W: 279 KTN: 40 Na: 2197	K: 2191 / B: 87 T: 78 / WP: 269 / F: 36 WW: 27 W: 305 KTN: 38 Na: 2708	K: 2283 / B: 123 T: 86 / WP: 244 / F: 39 WW: 24 W: 283 KTN: 32 Na: 2515	K: 2143 / B: 87 T: 89 / WP: 233 / F: 33 WW: 23 W: 266 KTN: 37 Na: 2031	K: 2163 / B: 97 T: 87 / WP: 233 / F: 32 WW: 23 W: 265 KTN: 32 Na: 2294	K: 2290 / B: 103 T: 98 / WP: 227 / F: 44 WW: 23 W: 271 KTN: 37 Na: 2348
9	K: 2223 / B: 121 T: 91 / WP: 221 / F: 32 WW: 22 W: 253 KTN: 35 Na: 2611	K: 2075 / B: 83 T: 86 / WP: 226 / F: 32 WW: 23 W: 257 KTN: 37 Na: 2086	K: 2025 / B: 85 T: 71 / WP: 246 / F: 33 WW: 25 W: 279 KTN: 35 Na: 2567	K: 2155 / B: 122 T: 83 / WP: 222 / F: 35 WW: 22 W: 256 KTN: 29 Na: 2486	K: 2163 / B: 97 T: 88 / WP: 231 / F: 32 WW: 23 W: 262 KTN: 34 Na: 1869	K: 2118 / B: 101 T: 91 / WP: 210 / F: 29 WW: 21 W: 239 KTN: 33 Na: 2205	K: 2164 / B: 102 T: 99 / WP: 200 / F: 36 WW: 20 W: 236 KTN: 36 Na: 2342
ML	K: 2049 / B: 102 T: 78 / WP: 222 / F: 33 WW: 22 W: 255 KTN: 32 Na: 2428	K: 2011 / B: 67 T: 86 / WP: 227 / F: 32 WW: 23 W: 259 KTN: 31 Na: 1711	K: 2001 / B: 79 T: 71 / WP: 247 / F: 33 WW: 25 W: 279 KTN: 32 Na: 2432	K: 2051 / B: 97 T: 76 / WP: 231 / F: 36 WW: 23 W: 266 KTN: 18 Na: 2073	K: 1916 / B: 58 T: 73 / WP: 241 / F: 32 WW: 24 W: 274 KTN: 25 Na: 1406	K: 2003 / B: 85 T: 86 / WP: 207 / F: 29 WW: 21 W: 236 KTN: 29 Na: 1966	K: 2075 / B: 86 T: 93 / WP: 206 / F: 36 WW: 21 W: 242 KTN: 36 Na: 2251

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)