

Menu 20.07.-02.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

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

DIETA	20.07.2026	21.07.2026	22.07.2026	23.07.2026	24.07.2026	25.07.2026	26.07.2026
D01	K: 2064 / B: 92 T: 83 / WP: 218 / F: 42 WW: 22 W: 260 KTN: 28 Na: 2244	K: 2098 / B: 102 T: 75 / WP: 247 / F: 25 WW: 25 W: 272 KTN: 23 Na: 1017	K: 2179 / B: 96 T: 92 / WP: 223 / F: 37 WW: 22 W: 260 KTN: 36 Na: 1924	K: 2015 / B: 96 T: 64 / WP: 244 / F: 38 WW: 24 W: 282 KTN: 23 Na: 1250	K: 2084 / B: 83 T: 85 / WP: 227 / F: 35 WW: 23 W: 263 KTN: 27 Na: 1627	K: 2243 / B: 83 T: 91 / WP: 259 / F: 29 WW: 26 W: 288 KTN: 39 Na: 1408	K: 2116 / B: 105 T: 93 / WP: 203 / F: 28 WW: 20 W: 231 KTN: 25 Na: 1346
D02	K: 1910 / B: 119 T: 57 / WP: 213 / F: 37 WW: 21 W: 250 KTN: 26 Na: 2005	K: 1947 / B: 105 T: 64 / WP: 228 / F: 28 WW: 23 W: 256 KTN: 21 Na: 1000	K: 2029 / B: 113 T: 67 / WP: 225 / F: 35 WW: 23 W: 260 KTN: 30 Na: 1492	K: 1972 / B: 115 T: 52 / WP: 240 / F: 35 WW: 24 W: 275 KTN: 24 Na: 1223	K: 2014 / B: 77 T: 80 / WP: 228 / F: 33 WW: 23 W: 261 KTN: 27 Na: 1606	K: 2080 / B: 92 T: 71 / WP: 255 / F: 25 WW: 26 W: 281 KTN: 34 Na: 1416	K: 2046 / B: 118 T: 76 / WP: 208 / F: 26 WW: 21 W: 234 KTN: 28 Na: 1439
D03	K: 2234 / B: 101 T: 90 / WP: 231 / F: 49 WW: 23 W: 280 KTN: 28 Na: 2446	K: 2271 / B: 111 T: 83 / WP: 259 / F: 31 WW: 26 W: 290 KTN: 27 Na: 1344	K: 2226 / B: 101 T: 94 / WP: 223 / F: 41 WW: 22 W: 264 KTN: 37 Na: 1971	K: 2213 / B: 115 T: 68 / WP: 262 / F: 44 WW: 26 W: 305 KTN: 24 Na: 1461	K: 2304 / B: 90 T: 89 / WP: 263 / F: 41 WW: 26 W: 304 KTN: 29 Na: 1712	K: 2423 / B: 99 T: 93 / WP: 278 / F: 37 WW: 28 W: 315 KTN: 39 Na: 1622	K: 2406 / B: 119 T: 102 / WP: 233 / F: 40 WW: 23 W: 273 KTN: 28 Na: 1425
D07	K: 2140 / B: 97 T: 89 / WP: 218 / F: 42 WW: 22 W: 260 KTN: 28 Na: 2244	K: 2156 / B: 109 T: 78 / WP: 247 / F: 25 WW: 25 W: 273 KTN: 23 Na: 1017	K: 2308 / B: 106 T: 102 / WP: 224 / F: 37 WW: 22 W: 260 KTN: 36 Na: 1924	K: 2091 / B: 102 T: 70 / WP: 244 / F: 38 WW: 24 W: 282 KTN: 23 Na: 1250	K: 2186 / B: 96 T: 90 / WP: 230 / F: 35 WW: 23 W: 265 KTN: 27 Na: 1663	K: 2340 / B: 91 T: 98 / WP: 260 / F: 29 WW: 26 W: 289 KTN: 39 Na: 1415	K: 2247 / B: 118 T: 101 / WP: 204 / F: 28 WW: 20 W: 232 KTN: 26 Na: 1352
ML	K: 2130 / B: 80 T: 91 / WP: 228 / F: 42 WW: 23 W: 270 KTN: 25 Na: 2132	K: 1999 / B: 82 T: 69 / WP: 251 / F: 27 WW: 25 W: 278 KTN: 22 Na: 955	K: 2099 / B: 80 T: 87 / WP: 229 / F: 38 WW: 23 W: 267 KTN: 30 Na: 1796	K: 2061 / B: 89 T: 67 / WP: 253 / F: 39 WW: 25 W: 292 KTN: 22 Na: 1188	K: 1963 / B: 59 T: 75 / WP: 244 / F: 36 WW: 24 W: 280 KTN: 21 Na: 1449	K: 2345 / B: 72 T: 96 / WP: 281 / F: 31 WW: 28 W: 311 KTN: 31 Na: 1241	K: 2088 / B: 91 T: 90 / WP: 215 / F: 29 WW: 22 W: 244 KTN: 25 Na: 1339

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 20.07.-02.08.2026r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

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

	27.07.2026	28.07.2026	29.07.2026	30.07.2026	31.07.2026	1.08.2026	2.08.2026
D01	K: 1943 / B: 84 T: 76 / WP: 213 / F: 36 WW: 21 W: 249 KTN: 30 Na: 1679	K: 2063 / B: 104 T: 81 / WP: 214 / F: 31 WW: 21 W: 245 KTN: 29 Na: 1019	K: 2022 / B: 85 T: 70 / WP: 250 / F: 26 WW: 25 W: 276 KTN: 44 Na: 1651	K: 2041 / B: 88 T: 80 / WP: 230 / F: 40 WW: 23 W: 270 KTN: 25 Na: 1129	K: 2201 / B: 82 T: 89 / WP: 249 / F: 38 WW: 25 W: 287 KTN: 28 Na: 1179	K: 2120 / B: 104 T: 96 / WP: 195 / F: 32 WW: 20 W: 227 KTN: 29 Na: 1334	K: 2154 / B: 111 T: 98 / WP: 194 / F: 27 WW: 19 W: 221 KTN: 34 Na: 1514
D02	K: 1923 / B: 96 T: 64 / WP: 223 / F: 33 WW: 22 W: 256 KTN: 30 Na: 1642	K: 1982 / B: 113 T: 69 / WP: 211 / F: 28 WW: 21 W: 240 KTN: 29 Na: 998	K: 1945 / B: 94 T: 58 / WP: 250 / F: 25 WW: 25 W: 275 KTN: 42 Na: 1632	K: 1950 / B: 102 T: 62 / WP: 221 / F: 46 WW: 22 W: 267 KTN: 23 Na: 1128	K: 2027 / B: 85 T: 77 / WP: 232 / F: 36 WW: 23 W: 267 KTN: 28 Na: 1249	K: 1981 / B: 107 T: 82 / WP: 188 / F: 30 WW: 19 W: 218 KTN: 29 Na: 1314	K: 2074 / B: 120 T: 86 / WP: 191 / F: 25 WW: 19 W: 216 KTN: 34 Na: 1493
D03	K: 2204 / B: 105 T: 86 / WP: 231 / F: 41 WW: 23 W: 272 KTN: 31 Na: 1821	K: 2237 / B: 112 T: 89 / WP: 227 / F: 36 WW: 23 W: 263 KTN: 32 Na: 1346	K: 2211 / B: 103 T: 75 / WP: 265 / F: 33 WW: 27 W: 298 KTN: 44 Na: 1855	K: 2249 / B: 97 T: 86 / WP: 256 / F: 46 WW: 26 W: 302 KTN: 27 Na: 1123	K: 2257 / B: 86 T: 91 / WP: 252 / F: 41 WW: 25 W: 293 KTN: 29 Na: 1233	K: 2493 / B: 122 T: 103 / WP: 249 / F: 45 WW: 25 W: 294 KTN: 32 Na: 1407	K: 2436 / B: 125 T: 107 / WP: 223 / F: 39 WW: 22 W: 262 KTN: 36 Na: 1593
D07	K: 2020 / B: 89 T: 82 / WP: 214 / F: 36 WW: 21 W: 249 KTN: 30 Na: 1679	K: 2139 / B: 109 T: 87 / WP: 215 / F: 31 WW: 22 W: 246 KTN: 29 Na: 1019	K: 2099 / B: 90 T: 76 / WP: 251 / F: 26 WW: 25 W: 277 KTN: 44 Na: 1651	K: 2117 / B: 93 T: 86 / WP: 231 / F: 40 WW: 23 W: 270 KTN: 25 Na: 1129	K: 2276 / B: 87 T: 94 / WP: 251 / F: 38 WW: 25 W: 290 KTN: 28 Na: 1179	K: 2242 / B: 111 T: 106 / WP: 196 / F: 32 WW: 20 W: 228 KTN: 29 Na: 1334	K: 2301 / B: 122 T: 109 / WP: 195 / F: 27 WW: 20 W: 222 KTN: 35 Na: 1585
ML	K: 2036 / B: 63 T: 88 / WP: 235 / F: 36 WW: 24 W: 271 KTN: 25 Na: 1552	K: 2035 / B: 89 T: 78 / WP: 227 / F: 32 WW: 23 W: 259 KTN: 25 Na: 993	K: 2046 / B: 81 T: 71 / WP: 257 / F: 27 WW: 26 W: 284 KTN: 39 Na: 1553	K: 2039 / B: 81 T: 78 / WP: 239 / F: 40 WW: 24 W: 280 KTN: 23 Na: 1038	K: 2081 / B: 58 T: 79 / WP: 266 / F: 39 WW: 27 W: 305 KTN: 20 Na: 992	K: 2076 / B: 79 T: 90 / WP: 220 / F: 34 WW: 22 W: 253 KTN: 26 Na: 1265	K: 2201 / B: 88 T: 103 / WP: 215 / F: 28 WW: 22 W: 243 KTN: 30 Na: 1479

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)