Simple  
1. Tworzymy bazę danych z tabelą  
create database sklep;

use sklep;

create table owoce (

id int,

nazwa varchar(60)

);  
2. Tworzymy backup bazy  
backup database sklep to disk='sklep.bak' with init;  
3. Symulujemy utratę danych/błąd  
drop table owoce;  
4. Przywracamy bazę danych przy użyciu backup’u  
use master;  
restore database sklep from disk='sklep.bak' with RECOVERY, REPLACE;  
  
Full  
1. Zmieniamy recovery na full  
use sklep;  
alter database sklep set recovery full;  
2. Wykonujemy pełny backup  
backup database sklep to disk='sklep.bak' with init;  
3. Dodajemy nowe dane  
insert into owoce(id, nazwa) VALUES(2, 'truskawka');  
4. Wykonujemy częściowy backup (differential + logi)  
backup database sklep to disk='sklep\_diff.bak' with init, differential;  
backup log sklep to disk='sklep\_log.bak' with init;  
5. Symulujemy kolejne błąd  
use master;  
drop database sklep;  
6. Przywracamy bazę przy użyciu pełnego backup’u, a następnie częściowe  
restore database sklep from disk='sklep.bak' with NORECOVERY, REPLACE;

restore database sklep from disk='sklep\_diff.bak' with NORECOVERY, REPLACE;

restore log sklep from disk='sklep\_log.bak' with RECOVERY, REPLACE;

BONUS:  
Dzięki poniższej kwerendzie możemy sprawdzić listę wykonanych backup’ów z informacją o kiedy, jaki typ backup’ów, rozmiarze i urządzeniu na którym zostało wykonane  
use msdb;

SELECT bs.media\_set\_id, bs.backup\_finish\_date, bs.type,

bs.backup\_size, bs.compressed\_backup\_size,

mf.physical\_device\_name

FROM dbo.backupset AS bs

INNER JOIN dbo.backupmediafamily AS mf

ON bs.media\_set\_id = mf.media\_set\_id

WHERE database\_name = 'Katalog'

ORDER BY backup\_finish\_date DESC;