



Dieta: 03 Z ogr. tłuszczu (wątrobowa)

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ kielbasa szynkowa +pomidor+ rukola	Rukola	40,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko	Jabłko	150,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 7, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Gulasz drobiowy	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
Brokuły w wody	Brokuły	50,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Kapusta pekińska	80,0	g
	Koper ogrodowy	2,0	g
	Ogórek	30,0	g
	Rzodkiewka	40,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt owocowy	Jogurt truskawkowy, 1,5% tł. *(7)	150,0	g



Inne składniki

Posiłkiemiecz-Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ serek homogenizowany +pomidor+ ruk	Serek Homogenizowany Naturalny	150,0	g
	Rukola	40,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: 1 Podstawowa

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+ kiełbasa krakowska +ogórk	Kiełbasa krakowska, sucha *(6)	50,0	g
	Rukola	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
Ogórek	100,0	g	
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko	Jabłko	150,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 7, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujęczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Gulasz drobiowy	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
Brokuły w wody	Brokuły	50,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g



	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Kapusta pekińska	80,0 g
	Koper ogrodowy	2,0 g
	Ogórek	30,0 g
	Rzodkiewka	40,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt owocowy	Jogurt truskawkowy, 1,5% tł. *(7)	150,0	g
Inne składniki			

Posiłkwiecz-Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Chleb mieszany+ serek fromage +pomidor+ r	Rukola	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Serek typu "Fromage", z czosnkiem	80,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/WE Wegetariańska

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ jajko +pomidor+ rukola	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Rukola	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko	Jabłko	150,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 7, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g



	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0 g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Kapusta pekińska	80,0 g
	Koper ogrodowy	2,0 g
	Ogórek	30,0 g
	Rzodkiewka	40,0 g
Brokuły w cieście	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Brokuły	150,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt owocowy	Jogurt truskawkowy, 1,5% tł. *(7)	150,0	g
Inne składniki			

Posiłkwiecz-Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ serek homogenizowany +pomidor+ ruk	Serek Homogenizowany Naturalny	150,0	g
	Rukola	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ kielbasa krakowska +masło	Kielbasa krakowska, sucha *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko- mus	Jabłko	150,0	g



Inne składniki

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 7, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Gulasz drobiowy	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
Brokuły w wody	Brokuły	50,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt owocowy	Jogurt truskawkowy, 1,5% tł. *(7)	150,0	g
Inne składniki			

Posiłkwiecz-Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ serek homogenizowany +masło	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Serek Homogenizowany Naturalny	150,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ kielbasa krakowska +pomidor+ rukola	Kielbasa krakowska, sucha *(6)	50,0	g
	Rukola	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g



	Mąka kukurydziana	30,0 g
Inne składniki		

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko	Jabłko	150,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 7, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Gulasz drobiowy	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
Brokuły w wody	Brokuły	50,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Kapusta pekińska	80,0	g
	Koper ogrodowy	2,0	g
	Ogórek	30,0	g
	Rzodkiewka	40,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt owocowy	Jogurt truskawkowy, 1,5% tł. *(7)	150,0	g
Inne składniki			

Posiłkiewicz-Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ serek homogenizowany +pomidor+ ruk	Serek Homogenizowany Naturalny	150,0	g
	Rukola	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g



Inne składniki

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham+ kiełbasa krakowska +ogórki+ rukol	Kiełbasa krakowska, sucha *(6)	50,0	g
	Rukola	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Ogórek	100,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko	Jabłko	150,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 7, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Gulasz drobiowy	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
Brokuły w wody	Brokuły	50,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Kapusta pekińska	80,0	g
	Koper ogrodowy	2,0	g
	Ogórek	30,0	g
	Rzodkiewka	40,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

**Jadłospis na dzień: 10-03-2024
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt naturalny 150g	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	150,0	g
Inne składniki			

Posiłkiemiecz-Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Graham+ serek fromage +pomidor+ rukola	Rukola	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Serek typu "Fromage", z czosnkiem	80,0	g
Inne składniki			

Dieta: 6/K Z ogr. węglowodanów (test)**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham+ kielbasa krakowska +ogórki+ rukol	Kielbasa krakowska, sucha *(6)	50,0	g
	Rukola	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Ogórek	100,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko	Jabłko	150,0	g
graham 60 g+ masło+ ogórek 50 g	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Ogórek	50,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 7, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Gulasz drobiowy	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g



	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Cebula	10,0 g
Brokuły w wody	Brokuły	50,0 g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0 g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Kapusta pekińska	80,0 g
	Koper ogrodowy	2,0 g
	Ogórek	30,0 g
	Rzodkiewka	40,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt naturalny 150g	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	150,0	g
Inne składniki			

Posiłekwiecz-Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Graham+ serek fromage +pomidor+ rukola	Rukola	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Serek typu "Fromage", z czosnkiem	80,0	g
Inne składniki			

DRUGA KOLACJA

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
graham 60 g+ masło+ pomidor 50 g	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	50,0	g
Inne składniki			

* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

1	Gluten
2	Skorupiaki
3	Jaja (jadalne)
4	Ryba
5	Orzeszki ziemne
6	Białko sojowe
7	Białko mleka krowiego
8	Orzechy i nasiona
9	Seler
10	Musztarda/gorczyca
11	Nasiona sezamu

Jadłospis na dzień: 10-03-2024
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

12	Siarczyn i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu
14	Owoce morza
P15	Albumina
P16	Ananas
P17	Arbuz
P18	Aspartam
P19	Banan
P20	Białko jaja kurzego
P21	Borówka
P22	Bób
P23	Brzoskwinia
P24	Cebula
P25	Cynamon
P26	Cytrynian
P27	Czekolada
P28	Czosnek
P29	Dodatek do żywności
P30	Dorsz
P31	Drób
P32	Figi
P33	Gałka muszkatołowa
P34	Glutaminian
P35	Goździk
P36	Grzyb
P37	Homar
P38	Imbir
P39	Jabłko
P40	Kalmar
P41	Kokos
P42	Koncentrat białek jaja kurzego
P43	Krab
P44	Krewetki
P45	Kukurydza
P46	Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego
P47	Laktoza
P48	Maliny
P49	Małże
P50	Marchew
P51	Mątwą
P52	Melon
P53	Mięso
P54	Mięso czerwone
P55	Migdał
P56	Nabiał
P57	Nasiona

Jadłospis na dzień: 10-03-2024
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

P58	Olej rybi
P59	Olejek migdałowy
P60	Orzech
P61	Orzech laskowy
P62	Orzech nerkowca
P63	Orzech włoski - orzech
P64	Orzeszki piniowe
P65	Ostryga
P66	Ośmiornica
P67	Owies
P68	Owoc
P69	Owoc cytrusowy
P70	Owoc kiwi
P71	Owoc mango
P72	Papryka
P73	Pistacja
P74	Pomarańcza - owoc
P75	Pomidor
P76	Pszenica
P77	Ryż
P78	Ser
P79	Skorupiak morski
P80	Sok jabłkowy
P81	Truskawka
P82	Tuńczyk
P83	Warzywa strączkowe
P84	Wieprzowina
P85	Wiśnia
P86	Zboża
P87	Ziarna soi
P88	Ziemniak
P89	Zioła i przyprawy
P90	Żyto
P91	Żywność na bazie mleka ssaków

.....
sporządził
/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził

**Dieta: 03 Z ogr. tłuszczu (wątrobowa)****ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Wek+ kiełbasa szynkowa +pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 636,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,37 , Cukry: 6,36 , Tłuszcz ogółem: 13,35 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,91 , Białko: 29,15 , Błonnik: 5,89 , Sól: 2,59

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Gulasz drobiowy - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wody, Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 758,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 104,15 , Cukry: 13,61 , Tłuszcz ogółem: 15,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,22 , Białko: 38,36 , Błonnik: 13,2 , Sól: ,66

PODWIECZOREK

Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 91,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11,85 , Cukry: 3,6 , Tłuszcz ogółem: 2,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,32 , Białko: 5,55 , Błonnik: ,45 , Sól: ,18

Posiłkwiecz-Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ serek homogenizowany +pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 551,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 214,4 , Cukry: 5,46 , Tłuszcz ogółem: 7,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,32 , Białko: 31,09 , Błonnik: 3,64 , Sól: 1,3

Dieta: 1 Podstawowa**ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+ kiełbasa krakowska +ogórki+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Ogórek 100g

Wartość energetyczna: 620,1 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 75,56 , Cukry: 3,34 , Tłuszcz ogółem: 19,9 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,74 , Białko: 27,12 , Błonnik: 8,76 , Sól: 2,91

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Gulasz drobiowy - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wody, Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 830,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 104,15 , Cukry: 13,61 , Tłuszcz ogółem: 23,11 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,75 , Białko: 38,36 , Błonnik: 13,2 , Sól: ,66

PODWIECZOREK

Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 91,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11,85 , Cukry: 3,6 , Tłuszcz ogółem: 2,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,32 , Białko: 5,55 , Błonnik: ,45 , Sól: ,18

Posiłkwiecz-Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb mieszany+ serek fromage +pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 859,92 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,98 , Cukry: 5 , Tłuszcz ogółem: 40,38 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 27,14 , Białko: 26,63 , Błonnik: 9,62 , Sól: 2,53

Dieta: 11/WE Wegetariańska

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ jajko +pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 739,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,8 , Cukry: 6,36 , Tłuszcz ogółem: 23,56 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,13 , Białko: 29,72 , Błonnik: 5,89 , Sól: 1,65

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca), Brokuły w cieście - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 701,01 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,45 , Cukry: 15,4 , Tłuszcz ogółem: 15,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,57 , Białko: 22,32 , Błonnik: 15,53 , Sól: ,31

PODWIECZOREK

Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 91,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11,85 , Cukry: 3,6 , Tłuszcz ogółem: 2,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,32 , Białko: 5,55 , Błonnik: ,45 , Sól: ,18

Posiłkwiecz-Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ serek homogenizowany +pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 626,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 214,47 , Cukry: 5,46 , Tłuszcz ogółem: 15,74 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,79 , Białko: 31,16 , Błonnik: 3,64 , Sól: 1,3

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ kiełbasa krakowska +masło - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 580,1 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,15 , Cukry: 2,4 , Tłuszcz ogółem: 21,28 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,42 , Białko: 24,09 , Błonnik: 3,33 , Sól: 2,42

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko- mus

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Gulasz drobiowy - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wodzie, Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 755,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 100,97 , Cukry: 11 , Tłuszcz ogółem: 17,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,34 , Białko: 36,57 , Błonnik: 10,42 , Sól: ,57

PODWIECZOREK

Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 91,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11,85 , Cukry: 3,6 , Tłuszcz ogółem: 2,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,32 , Białko: 5,55 , Błonnik: ,45 , Sól: ,18

Posiłkwiecz-Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ serek homogenizowany +masło - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 737,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 224,68 , Cukry: 2,76 , Tłuszcz ogółem: 20,08 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,96 , Białko: 38 , Błonnik: 3,33 , Sól: 1,22

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ kielbasa krakowska +pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 726,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,79 , Cukry: 6,36 , Tłuszcz ogółem: 23,25 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,93 , Białko: 29,22 , Błonnik: 5,89 , Sól: 2,84

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Gulasz drobiowy - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wody, Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 830,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 104,15 , Cukry: 13,61 , Tłuszcz ogółem: 23,11 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,75 , Białko: 38,36 , Błonnik: 13,2 , Sól: ,66

PODWIECZOREK

Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 91,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11,85 , Cukry: 3,6 , Tłuszcz ogółem: 2,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,32 , Białko: 5,55 , Błonnik: ,45 , Sól: ,18

Posiłkwiecz-Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ serek homogenizowany +pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 626,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 214,47 , Cukry: 5,46 , Tłuszcz ogółem: 15,74 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,79 , Białko: 31,16 , Błonnik: 3,64 , Sól: 1,3

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham+ kielbasa krakowska +ogórki+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Ogórek 100g, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 704,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,25 , Cukry: 3,52 , Tłuszcz ogółem: 20,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,2 , Białko: 30,98 , Błonnik: 11,07 , Sól: 3,15

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Gulasz drobiowy - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wodzie, Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 830,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 104,15 , Cukry: 13,61 , Tłuszcz ogółem: 23,11 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,75 , Białko: 38,36 , Błonnik: 13,2 , Sól: ,66

PODWIECZOREK

Jogurt naturalny 150g - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 90,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 9,3 , Cukry: 1,5 , Tłuszcz ogółem: 2,82 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,79 , Białko: 6,45 , Błonnik: 0 , Sól: ,24

Posiłkiewicz-Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ serek fromage + pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 770,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,47 , Cukry: 3,92 , Tłuszcz ogółem: 40,23 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 27,08 , Białko: 26,12 , Błonnik: 9,68 , Sól: 2,3

Dieta: 6/K Z ogr. węglowodanów (test)

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham+ kiełbasa krakowska +ogórki+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Ogórek 100g

Wartość energetyczna: 401,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 46,94 , Cukry: 2,2 , Tłuszcz ogółem: 14,29 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,45 , Białko: 17,35 , Błonnik: 7,54 , Sól: 2,59

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko, graham 60 g+ masło+ ogórek 50 g - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 258,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,77 , Cukry: 15,48 , Tłuszcz ogółem: 5,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,01 , Białko: 5,97 , Błonnik: 7,09 , Sól: ,67

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Gulasz drobiowy - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wodzie, Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 830,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 104,15 , Cukry: 13,61 , Tłuszcz ogółem: 23,11 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,75 , Białko: 38,36 , Błonnik: 13,2 , Sól: ,66

PODWIECZOREK

Jogurt naturalny 150g - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 90,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 9,3 , Cukry: 1,5 , Tłuszcz ogółem: 2,82 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,79 , Białko: 6,45 , Błonnik: 0 , Sól: ,24

Posiłkiewicz-Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ serek fromage + pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 724,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,01 , Cukry: 3,86 , Tłuszcz ogółem: 39,88 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 27,02 , Białko: 24,46 , Błonnik: 8,4 , Sól: 2,08

DRUGA KOLACJA

graham 60 g+ masło+ pomidor 50 g - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 185,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 26,87 , Cukry: 1,58 , Tłuszcz ogółem: 5,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,96 , Białko: 5,47 , Błonnik: 4,44 , Sól: ,66

.....
sporządził

/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził