

**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 ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 635,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,17 , Cukry: 5,76 , Tłuszcz ogółem: 12,86 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,84 , Białko: 29,39 , Błonnik: 4,36 , 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, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak duszony z ziemniakami, Buraczki duszone - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wody

Wartość energetyczna: 724,84 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,2 , Cukry: 18,3 , Tłuszcz ogółem: 12,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,32 , Białko: 52,19 , Błonnik: 12,37 , Sól: ,98

**PODWIECZOREK**

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

**Posiłkwiecz-Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 661,17 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71 , Cukry: 5,46 , Tłuszcz ogółem: 7,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,32 , Białko: 22,19 , Błonnik: 3,64 , Sól: 1,84

**Dieta: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+ kiełbasa szynkowa+pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 607,21 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 74,76 , Cukry: 4,64 , Tłuszcz ogółem: 16,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,05 , Białko: 27,45 , Błonnik: 9,46 , Sól: 2,66

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Gruszka

Wartość energetyczna: 87,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 18,45 , Cukry: 14,85 , Tłuszcz ogółem: ,23 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,9 , Błonnik: 3,15 , Sól: ,01

**OBIAD**

Kompot bez cukru, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak opiekany z ziemniakami, Buraczki duszone - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wody

Wartość energetyczna: 864,84 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,2 , Cukry: 18,3 , Tłuszcz ogółem: 28,23 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,65 , Białko: 50,19 , Błonnik: 12,37 , Sól: ,95

**PODWIECZOREK**

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

## Posiłekwiecz-Kolacja

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

Wartość energetyczna: 849,92 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,03 , Cukry: 3,1 , Tłuszcz ogółem: 40,26 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 27,11 , Białko: 26,23 , Błonnik: 9,67 , Sól: 2,52

## Dieta: 11/WE Wegetariańska

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ awokado+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 823,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 100,34 , Cukry: 6,26 , Tłuszcz ogółem: 32,81 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,06 , Białko: 24,46 , Błonnik: 7,66 , Sól: 1,47

### 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, Buraczki duszone - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wody, Zupa krem z selera z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Jajko sadzone - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 698,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,5 , Cukry: 19,02 , Tłuszcz ogółem: 16,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,29 , Białko: 23,05 , Błonnik: 15 , Sól: ,76

### PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

## Posiłekwiecz-Kolacja

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

Wartość energetyczna: 652,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,47 , Cukry: 5,46 , Tłuszcz ogółem: 26,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,33 , Białko: 28,86 , Błonnik: 3,64 , Sól: 1,36

## Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ kielbasa szynkowa+ masło - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 563,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,6 , Cukry: 1,8 , Tłuszcz ogółem: 18,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,8 , Białko: 24,33 , Błonnik: 1,8 , Sól: 2,17

### 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, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak duszony z ziemniakami, Buraczki duszone - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wody

Wartość energetyczna: 751,84 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,2 , Cukry: 18,3 , Tłuszcz ogółem: 15,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,52 , Białko: 52,19 , Błonnik: 12,37 , Sól: ,98

### PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

## Posiłekwiecz-Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+serek śmietankowy+ masło - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 761,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 82,48 , Cukry: 2,16 , Tłuszcz ogółem: 29,94 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,43 , Białko: 35,94 , Błonnik: 1,8 , Sól: 1,28

## Dieta: 2 Łatwostrawna

---

### 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 ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 710,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,24 , Cukry: 5,76 , Tłuszcz ogółem: 20,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,31 , Białko: 29,46 , Błonnik: 4,36 , 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, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak duszony z ziemniakami, Buraczki duszone - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wody

Wartość energetyczna: 751,84 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,2 , Cukry: 18,3 , Tłuszcz ogółem: 15,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,52 , Białko: 52,19 , Błonnik: 12,37 , Sól: ,98

### PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

## Posiłekwiecz-Kolacja

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

Wartość energetyczna: 652,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,47 , Cukry: 5,46 , Tłuszcz ogółem: 26,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,33 , Białko: 28,86 , Błonnik: 3,64 , Sól: 1,36

## Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham+ kiełbasa szynkowa+pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 760,67 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,27 , Cukry: 4,22 , Tłuszcz ogółem: 22,61 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,6 , Białko: 38,95 , Błonnik: 10,24 , Sól: 2,78

### 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, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak opiekany z ziemniakami, Buraczki duszone - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wody

Wartość energetyczna: 742,87 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,2 , Cukry: 18,3 , Tłuszcz ogółem: 14,78 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,45 , Białko: 52,19 , Błonnik: 12,37 , Sól: ,98

### PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

## Posiłekwiecz-Kolacja

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

Wartość energetyczna: 760,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 64,52 , Cukry: 2,02 , Tłuszcz ogółem: 40,11 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 27,06 , Białko: 25,72 , Błonnik: 9,73 , Sól: 2,29

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

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham+ kiełbasa szynkowa+pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 451,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 45,3 , Cukry: 3,5 , Tłuszcz ogółem: 16,35 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,9 , Białko: 24,42 , Błonnik: 8,24 , Sól: 2,23

### 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, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak opiekany z ziemniakami, Buraczki duszone - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wody

Wartość energetyczna: 742,87 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,2 , Cukry: 18,3 , Tłuszcz ogółem: 14,78 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,45 , Białko: 52,19 , Błonnik: 12,37 , Sól: ,98

### PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

## Posiłekwiecz-Kolacja

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

Wartość energetyczna: 714,61 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,06 , Cukry: 1,96 , Tłuszcz ogółem: 39,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 26,99 , Białko: 24,06 , Błonnik: 8,45 , Sól: 2,07

### 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

## Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham+ kiełbasa szynkowa+pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 461,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 53,59 , Cukry: 3,56 , Tłuszcz ogółem: 11,53 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,46 , Białko: 26,69 , Błonnik: 9,52 , Sól: 2,44

### 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, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak opiekany z ziemniakami, Buraczki duszone - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wody

Wartość energetyczna: 729,15 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,33 , Cukry: 18,29 , Tłuszcz ogółem: 14,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,44 , Białko: 51,78 , Błonnik: 12,28 , Sól: ,98

## **PODWIECZOREK**

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

## **Posiłkwiecz-Kolacja**

Graham+ serek śmietankowy +rzodkiewka+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 431,62 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,07 , Cukry: 1,66 , Tłuszcz ogółem: 6,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,45 , Białko: 31,58 , Błonnik: 9,57 , Sól: 1,49

## **Dieta: 9 Bogatobiałkowa**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Wek+ kielbasa szynkowa+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 710,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,24 , Cukry: 5,76 , Tłuszcz ogółem: 20,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,31 , Białko: 29,46 , Błonnik: 4,36 , Sól: 2,59

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Jabłko, Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 166,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 27 , Cukry: 18,15 , Tłuszcz ogółem: 2,37 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,38 , Białko: 6,15 , Błonnik: 3,45 , Sól: ,18

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak duszony z ziemniakami, Buraczki duszone - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wody

Wartość energetyczna: 751,84 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,2 , Cukry: 18,3 , Tłuszcz ogółem: 15,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,52 , Białko: 52,19 , Błonnik: 12,37 , Sól: ,98

## **PODWIECZOREK**

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

## **Posiłkwiecz-Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 652,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,47 , Cukry: 5,46 , Tłuszcz ogółem: 26,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,33 , Białko: 28,86 , Błonnik: 3,64 , Sól: 1,36

.....  
sporządził  
/Morkisz Magdalena/

.....  
zatwierdził



**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 ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	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
Rosół drobiowy z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	40,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny, gotowany	30,0	g
	Pietruszka, liście	10,0	g
Kurczak duszony z ziemniakami	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	200,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Buraczki duszone	Olej rzepakowy	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Burak	140,0	g
Brokuły w wody	Brokuły	50,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	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 śmietankowy+pomidor+rukola	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	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+ kielbasa szynkowa+pomid	Rukola	40,0	g
	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	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
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Rosół drobiowy z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	40,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny, gotowany	30,0	g
	Pietruszka, liście	10,0	g
Kurczak opiekany z ziemniakami	Mięso z ud kurczaka, ze skórą	200,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
Buraczki duszone	Burak	140,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
Brokuły w wody	Brokuły	50,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	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
Chleb mieszany+ serek fromage +rzodkiewk	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



	Rzodkiewka	50,0 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+ awokado+ pomidor+ rukola	Awokado	100,0	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 ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	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
Buraczki duszone	Burak	140,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
Brokuły w wodzie	Brokuły	50,0	g
Zupa krem z selera z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	40,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Jajko sadzone	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Szcypiorek	5,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
Inne składniki			

**Posiłkiewicz-Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
---------	----------	-------	----



**Jadłospis na dzień: 24-03-2024  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**  
ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów  
338752446  
338752446  
NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0 g
Wek+serek śmietankowy+pomidor+rukola	Rukola	40,0 g
	Masło ekstra *(7)	10,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty *(7)	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 szynkowa+ masło	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g
Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	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
Rosół drobiowy z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	40,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny, gotowany	30,0	g
	Pietruszka, liście	10,0	g
Kurczak duszony z ziemniakami	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	200,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Buraczki duszone	Burak	140,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
Brokuły w wody	Brokuły	50,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
Inne składniki			

**Posiłkwiecz-Kolacja**

**Jadłospis na dzień: 24-03-2024**  
**szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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 śmietankowy+masło	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty *(7)	100,0	g
Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	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 szynkowa+ pomidor+ rukola	Rukola	40,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	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
Rosół drobiowy z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	40,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny, gotowany	30,0	g
	Pietruszka, liście	10,0	g
Kurczak duszony z ziemniakami	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	200,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Buraczki duszone	Burak	140,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
Brokuły w wody	Brokuły	50,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	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 śmietankowy+pomidor+rukola	Rukola	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty *(7)	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 szynkowa+pomidor+ rukol	Rukola	40,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	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
Rosół drobiowy z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	40,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny, gotowany	30,0	g
	Pietruszka, liście	10,0	g
Kurczak opiekany z ziemniakami	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	200,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
Buraczki duszone	Burak	140,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
Brokuły w wody	Brokuły	50,0	g

Inne składniki

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	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 +rzodkiewka+ rukol	Rukola	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Rzodkiewka	50,0	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+ kiełbasa szynkowa+pomidor+ rukol	Rukola	40,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	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
Rosół drobiowy z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	40,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny, gotowany	30,0	g
	Pietruszka, liście	10,0	g
Kurczak opiekany z ziemniakami	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	200,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
Buraczki duszone	Burak	140,0	g



	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0 g
	Olej rzepakowy	2,0 g
Brokuły w wody	Brokuły	50,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	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 +rzodkiewka+ rukol	Rukola	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Rzodkiewka	50,0	g
	Serek typu "Fromage", z czosnkiem	80,0	g
Inne składniki			

#### DRUGA KOLACJA

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

### **Dieta: 8 Ubogoenergetyczna**

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham+ kielbasa szynkowa+pomidor+ rukol	Rukola	40,0	g
	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	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
Rosół drobiowy z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	40,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g



	Makaron czterojajeczny, gotowany	30,0 g
	Pietruszka, liście	10,0 g
Kurczak opiekany z ziemniakami	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	200,0 g
	Ziemniaki, późne	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	2,0 g
Buraczki duszone	Burak	140,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	4,0 g
	Olej rzepakowy	2,0 g
Brokuły w wody	Brokuły	50,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
Inne składniki			

#### Posiłkwiecz-Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Graham+ serek śmietankowy +rzodkiewka+ r	Rukola	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Rzodkiewka	50,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

#### Dieta: 9 Bogatobiałkowa

#### 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
	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g



Rosół drobiowy z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	40,0 g
	Kości, wywar	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Makaron czterojajeczny, gotowany	30,0 g
	Pietruszka, liście	10,0 g
Kurczak duszony z ziemniakami	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	200,0 g
	Ziemniaki, późne	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Buraczki duszone	Burak	140,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
Brokuły w wody	Brokuły	50,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	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 śmietankowy+pomidor+rukola	Rukola	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Serek twarogowy, homogenizowany, pełnotłusty *(7)	100,0	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
12	Siarczyn i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu
14	Owoce morza
P15	Albumina

**Jadłospis na dzień: 24-03-2024**  
**szczegółowy**



**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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
P58	Olej rybi
P59	Olejek migdałowy
P60	Orzech
P61	Orzech laskowy



**Jadłospis na dzień: 24-03-2024**  
**szczegółowy**



**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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