

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

Herbata bez cukru, Jajo w jogurcie+wek+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 677,59 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,05 , Cukry: 5,44 , Tłuszcz ogółem: 15,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,74 , Białko: 30,23 , Błonnik: 5,79 , Sól: 2

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Banan

Wartość energetyczna: 145,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 32,7 , Cukry: 28,8 , Tłuszcz ogółem: ,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,18 , Białko: 1,5 , Błonnik: 2,55 , Sól: 0

**OBIAD**

Kompot bez cukru, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak duszony z ziemniakami, Buraczki z chrzanem, Kalafior

Wartość energetyczna: 715,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,75 , Cukry: 20,21 , Tłuszcz ogółem: 12,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,31 , Białko: 52,46 , Błonnik: 13,83 , Sól: 1,03

**PODWIECZOREK**

Sernik

Wartość energetyczna: 328,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 37,7 , Cukry: 19,8 , Tłuszcz ogółem: 12,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,35 , Białko: 14 , Błonnik: ,5 , Sól: ,21

**Posiłkiewicz-Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 387,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 55,09 , Cukry: 5,1 , Tłuszcz ogółem: 6,36 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,55 , Białko: 19,9 , Błonnik: 3,64 , Sól: 1,46

**Dieta: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Jajo w sosie tatarskim +chleb miesz+szynka+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 642,69 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 79,93 , Cukry: 3,83 , Tłuszcz ogółem: 20,83 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,31 , Białko: 28,14 , Błonnik: 9,56 , Sól: 3,09

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Banan

Wartość energetyczna: 145,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 32,7 , Cukry: 28,8 , Tłuszcz ogółem: ,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,18 , Białko: 1,5 , Błonnik: 2,55 , Sól: 0

**OBIAD**

Kompot bez cukru, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak opiekany z ziemniakami, Buraczki z chrzanem, Kalafior

Wartość energetyczna: 760,36 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,75 , Cukry: 20,21 , Tłuszcz ogółem: 17,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,64 , Białko: 52,46 , Błonnik: 13,83 , Sól: 1,03

**PODWIECZOREK**

Sernik

Wartość energetyczna: 328,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 37,7 , Cukry: 19,8 , Tłuszcz ogółem: 12,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,35 , Białko: 14 , Błonnik: ,5 , Sól: ,21

## Posiłekwiecz-Kolacja

Chleb mieszany+baleron+sos chrzanowy+ ogórek+rukol - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 580,01 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 72,58 , Cukry: 4,05 , Tłuszcz ogółem: 13,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,87 , Białko: 25,17 , Błonnik: 9,49 , Sól: 1,54

## Dieta: 11/WE Wegetariańska

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Jajo w jogurcie+wek+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 752,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,12 , Cukry: 5,44 , Tłuszcz ogółem: 23,67 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,22 , Białko: 30,3 , Błonnik: 5,79 , Sól: 2,01

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

Wartość energetyczna: 145,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 32,7 , Cukry: 28,8 , Tłuszcz ogółem: ,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,18 , Białko: 1,5 , Błonnik: 2,55 , Sól: 0

### OBIAD

Kompot bez cukru, Buraczki z chrzanem, Kalafior, Zupa jarzynowa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), ziemniaki gotowane, Kotlety sojowe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe)

Wartość energetyczna: 757,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 116,48 , Cukry: 21,55 , Tłuszcz ogółem: 11,52 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,26 , Białko: 35,19 , Błonnik: 18,92 , Sól: ,74

### PODWIECZOREK

Sernik

Wartość energetyczna: 328,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 37,7 , Cukry: 19,8 , Tłuszcz ogółem: 12,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,35 , Białko: 14 , Błonnik: ,5 , Sól: ,21

## Posiłekwiecz-Kolacja

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

Wartość energetyczna: 579,04 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 59,02 , Cukry: 5,6 , Tłuszcz ogółem: 24,43 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,88 , Białko: 14,18 , Błonnik: 6,94 , Sól: ,74

## Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, wek+ jajko+ masło - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 592,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,16 , Cukry: 2,4 , Tłuszcz ogółem: 21,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,62 , Białko: 24,59 , Błonnik: 3,33 , Sól: 1,23

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan- mus

Wartość energetyczna: 145,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 32,7 , Cukry: 28,8 , Tłuszcz ogółem: ,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,18 , Białko: 1,5 , Błonnik: 2,55 , Sól: 0

### OBIAD

Kompot bez cukru, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak duszony z ziemniakami, Buraczki z chrzanem, Kalafior

Wartość energetyczna: 715,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,75 , Cukry: 20,21 , Tłuszcz ogółem: 12,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,31 , Białko: 52,46 , Błonnik: 13,83 , Sól: 1,03

### PODWIECZOREK

Sernik

Wartość energetyczna: 328,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 37,7 , Cukry: 19,8 , Tłuszcz ogółem: 12,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,35 , Białko: 14 , Błonnik: ,5 , Sól: ,21

## Posiłekwiecz-Kolacja

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

Wartość energetyczna: 571,75 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,87 , Cukry: 2,4 , Tłuszcz ogółem: 17,03 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,69 , Białko: 26 , Błonnik: 3,33 , Sól: 1,53

## Dieta: 2 Łatwostrawna

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Jajo w jogurcie+wek+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 752,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,12 , Cukry: 5,44 , Tłuszcz ogółem: 23,67 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,22 , Białko: 30,3 , Błonnik: 5,79 , Sól: 2,01

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

Wartość energetyczna: 145,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 32,7 , Cukry: 28,8 , Tłuszcz ogółem: ,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,18 , Białko: 1,5 , Błonnik: 2,55 , Sól: 0

### OBIAD

Kompot bez cukru, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak duszony z ziemniakami, Buraczki z chrzanem, Kalafior

Wartość energetyczna: 715,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,75 , Cukry: 20,21 , Tłuszcz ogółem: 12,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,31 , Białko: 52,46 , Błonnik: 13,83 , Sól: 1,03

### PODWIECZOREK

Sernik

Wartość energetyczna: 328,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 37,7 , Cukry: 19,8 , Tłuszcz ogółem: 12,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,35 , Białko: 14 , Błonnik: ,5 , Sól: ,21

## Posiłekwiecz-Kolacja

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

Wartość energetyczna: 464,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 55,16 , Cukry: 5,1 , Tłuszcz ogółem: 12,53 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,36 , Białko: 19,98 , Błonnik: 3,64 , Sól: 1,46

## Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Jajo w sosie tatarskim +graham+szynka+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 811,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,27 , Cukry: 4,01 , Tłuszcz ogółem: 26,99 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,94 , Białko: 39,6 , Błonnik: 11,88 , Sól: 3,2

### 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 z chrzanem, Kalafior

Wartość energetyczna: 760,36 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,75 , Cukry: 20,21 , Tłuszcz ogółem: 17,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,64 , Białko: 52,46 , Błonnik: 13,83 , Sól: 1,03

### PODWIECZOREK

Sernik

Wartość energetyczna: 328,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 37,7 , Cukry: 19,8 , Tłuszcz ogółem: 12,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,35 , Białko: 14 , Błonnik: ,5 , Sól: ,21

## Posiłekwiecz-Kolacja

Graham+baleron+sos chrzanowy+ ogórek+rukol - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 489,01 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,33 , Cukry: 2,97 , Tłuszcz ogółem: 13,08 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,84 , Białko: 24,57 , Błonnik: 9,55 , Sól: 1,39

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

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Jajo w sosie tatarskim +graham+szynka+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 507,39 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 49,96 , Cukry: 2,69 , Tłuszcz ogółem: 20,33 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,19 , Białko: 25,97 , Błonnik: 8,34 , Sól: 2,65

### 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 z chrzanem, Kalafior

Wartość energetyczna: 760,36 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,75 , Cukry: 20,21 , Tłuszcz ogółem: 17,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,64 , Białko: 52,46 , Błonnik: 13,83 , Sól: 1,03

### PODWIECZOREK

Sernik

Wartość energetyczna: 328,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 37,7 , Cukry: 19,8 , Tłuszcz ogółem: 12,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,35 , Białko: 14 , Błonnik: ,5 , Sól: ,21

## Posiłekwiecz-Kolacja

Graham+baleron+sos chrzanowy+ ogórek+rukol - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 441,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 44,36 , Cukry: 2,91 , Tłuszcz ogółem: 12,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,79 , Białko: 22,65 , Błonnik: 8,27 , Sól: 1,26

### 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, Jajo w jogurcie +graham+szynka+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 450,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 53,48 , Cukry: ,84 , Tłuszcz ogółem: 12,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,19 , Białko: 26,12 , Błonnik: 8,32 , Sól: 2,45

### 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, Kalafior, Buraczki z jabłkiem

Wartość energetyczna: 679,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 81,8 , Cukry: 17,64 , Tłuszcz ogółem: 10,88 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,16 , Białko: 51,6 , Błonnik: 12,66 , Sól: ,99

## **PODWIECZOREK**

Sernik

Wartość energetyczna: 328,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 37,7 , Cukry: 19,8 , Tłuszcz ogółem: 12,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,35 , Białko: 14 , Błonnik: ,5 , Sól: ,21

## **Posiłekwiecz-Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 407,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 51,32 , Cukry: 3,56 , Tłuszcz ogółem: 7,18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,65 , Białko: 23,49 , Błonnik: 9,52 , Sól: 1,49

## **Dieta: 9 Bogatobiałkowa**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Jajo w jogurcie+wek+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 752,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,12 , Cukry: 5,44 , Tłuszcz ogółem: 23,67 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,22 , Białko: 30,3 , Błonnik: 5,79 , Sól: 2,01

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Banan

Wartość energetyczna: 145,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 32,7 , Cukry: 28,8 , Tłuszcz ogółem: ,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,18 , Białko: 1,5 , Błonnik: 2,55 , Sól: 0

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak duszony z ziemniakami, Buraczki z chrzanem, Kalafior

Wartość energetyczna: 715,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,75 , Cukry: 20,21 , Tłuszcz ogółem: 12,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,31 , Białko: 52,46 , Błonnik: 13,83 , Sól: 1,03

## **PODWIECZOREK**

Sernik

Wartość energetyczna: 328,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 37,7 , Cukry: 19,8 , Tłuszcz ogółem: 12,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,35 , Białko: 14 , Błonnik: ,5 , Sól: ,21

## **Posiłekwiecz-Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 464,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 55,16 , Cukry: 5,1 , Tłuszcz ogółem: 12,53 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,36 , Białko: 19,98 , Błonnik: 3,64 , Sól: 1,46

.....  
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
Jajo w jogurcie+wek+rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Rukola	40,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	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
Banan	Banan	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 z chrzanem	Jabłko	10,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Burak	130,0	g
	Chrzan	7,0	g
Kalafior	Kalafior	100,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sernik	Sernik krakowski	100,0	g
Inne składniki			

**Posiłekwiecz-Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ kielbasa szynkowa+ pomidor+ rukola	Rukola	40,0	g
	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g



	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g
Inne składniki		

**Dieta: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Jajo w sosie tatarskim +chleb miesz+szynka	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	10,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	5,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Rukola	40,0	g
	Szynka delikatesowa z kurczaka *(1, 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
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan	Banan	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	5,0	g
Buraczki z chrzanem	Jabłko	10,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Burak	130,0	g
	Chrzan	7,0	g
Kalafior	Kalafior	100,0	g
Inne składniki			



**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sernik	Sernik krakowski	100,0	g
Inne składniki			

**Posiłkwiecz-Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb mieszany+baleron+sos chrzanowy+ o	Baleron gotowany	50,0	g
	Rukola	40,0	g
	Krem Chrzanowy *(6, 7, 9, 10)	5,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Chrzan	10,0	g
	Ogórek	100,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

**Dieta: 11/WE Wegetariańska**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Jajo w jogurcie+wek+rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Rukola	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	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
Banan	Banan	150,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Buraczki z chrzanem	Jabłko	10,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Burak	130,0	g
	Chrzan	7,0	g
Kalafior	Kalafior	100,0	g





Zupa jarzynowa	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Kości, wywar	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0 g
	Fasola szparagowa	20,0 g
	Groszek zielony	10,0 g
	Kalafior	10,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0 g
Kotlety sojowe	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g
	Kotlety Sojowe *(6)	100,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sernik	Sernik krakowski	100,0	g
Inne składniki			

#### Posiłkwiecz-Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
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
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

#### Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+ jajko+ masło	Jaja kurze całe *(3)	60,0	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
Banan- mus	Banan	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 z chrzanem	Jabłko	10,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Burak	130,0	g
	Chrzan	7,0	g
Kalafior	Kalafior	100,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sernik	Sernik krakowski	100,0	g
Inne składniki			

**Posiłkwiecz-Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ kielbasa szynkowa+ masło	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	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
Jajo w jogurcie+wek+rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Rukola	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	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
Banan	Banan	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 z chrzanem	Jabłko	10,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Burak	130,0	g
	Chrzan	7,0	g
Kalafior	Kalafior	100,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sernik	Sernik krakowski	100,0	g
Inne składniki			

**Posiłkiewiecz-Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
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
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

**Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Jajo w sosie tatarskim +graham+szynka+ ruk	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	10,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	5,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g



	Rukola	40,0 g
	Szynka delikatesowa z kurczaka *(1, 6)	50,0 g
	Masło ekstra *(7)	10,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g
	Groszek zielony	10,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0 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
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	5,0	g
Buraczki z chrzanem	Jabłko	10,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Burak	130,0	g
	Chrzan	7,0	g
Kalafior	Kalafior	100,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sernik	Sernik krakowski	100,0	g
Inne składniki			

**Posiłkwiecz-Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Graham+baleron+sos chrzanowy+ ogórek+r	Baleron gotowany	50,0	g
	Rukola	40,0	g
	Krem Chrzanowy *(6, 7, 9, 10)	5,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Chrzan	10,0	g
	Ogórek	100,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	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
Jajo w sosie tatarskim +graham+szynka+ ruk	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	10,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	5,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szcypiorek	2,0	g
	Rukola	40,0	g
	Szynka delikatesowa z kurczaka *(1, 6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	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	5,0	g
Buraczki z chrzanem	Jabłko	10,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Burak	130,0	g
	Chrzan	7,0	g
Kalafior	Kalafior	100,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**



Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sernik	Sernik krakowski	100,0	g
Inne składniki			

**Posiłkiewicz-Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Graham+baleron+sos chrzanowy+ ogórek+r	Baleron gotowany	50,0	g
	Rukola	40,0	g
	Krem Chrzanowy *(6, 7, 9, 10)	5,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Chrzan	10,0	g
	Ogórek	100,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	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			

**Dieta: 8 Ubogoenergetyczna****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Jajo w jogurcie +graham+szyunka+ rukola	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Rukola	40,0	g
	Szynka delikatesowa z kurczaka *(1, 6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	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
Kalafior	Kalafior	100,0 g
Buraczki z jabłkiem	Burak	100,0 g
	Jabłko	10,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sernik	Sernik krakowski	100,0	g
Inne składniki			

#### Posiłkwiecz-Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Graham+kielbasa szynkowa + pomidor+rukol	Rukola	40,0	g
	Kiełbasa szynkowa z kurczaka	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	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
Jajo w jogurcie+wek+rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Rukola	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	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
Banan	Banan	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

**Jadłospis na dzień: 31-03-2024  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**  
ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów  
338752446  
338752446  
NIP: 5512123091 REGON: 000805666

	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 z chrzanem	Jabłko	10,0 g
	Olej rzepakowy	2,0 g
	Burak	130,0 g
	Chrzan	7,0 g
Kalafior	Kalafior	100,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sernik	Sernik krakowski	100,0	g
Inne składniki			

**Posiłkwiecz-Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
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
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	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
P16	Ananas
P17	Arbuz
P18	Aspartam



**Jadłospis na dzień: 31-03-2024**  
**szczegółowy**



**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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
P62	Orzech nerkowca
P63	Orzech włoski - orzech
P64	Orzeszki piniowe

**Jadłospis na dzień: 31-03-2024**  
**szczegółowy**



**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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