

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

Herbata bez cukru, Wek+ pasta z makreli+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 733,15 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,63 , Cukry: 3,05 , Tłuszcz ogółem: 21,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,63 , Białko: 36,22 , Błonnik: 3,16 , Sól: 3,5

**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, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 633,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,42 , Cukry: 28,29 , Tłuszcz ogółem: 12,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,69 , Białko: 25,5 , Błonnik: 9,26 , Sól: ,6

**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

**Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 497,75 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,17 , Cukry: 2,83 , Tłuszcz ogółem: 8,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,56 , Białko: 35,4 , Błonnik: 2,69 , Sól: 1,32

**Dieta: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+ pasta z makreli+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 660,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 73,65 , Cukry: 2,03 , Tłuszcz ogółem: 24,92 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,1 , Białko: 26,62 , Błonnik: 8,27 , Sól: 3,73

**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, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Racuchy z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 854,14 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 125,77 , Cukry: 28,77 , Tłuszcz ogółem: 20,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,08 , Białko: 32,53 , Błonnik: 7,94 , Sól: ,73

**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

## **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 644,83 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,71 , Cukry: 2,37 , Tłuszcz ogółem: 14,04 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,37 , Białko: 37,94 , Błonnik: 8,51 , Sól: 1,85

## **Dieta: 11/GL Bezglutenowa**

---

### **ŚNIADANIE**

Chleb bezglutenowy+ masło+ rukola - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego), Pasta z makreli i marchewki (bezglutenowa, bezmle) - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Ryba, Musztarda/gorczyca), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 607,12 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,75 , Cukry: 14,8 , Tłuszcz ogółem: 28,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,22 , Białko: 28,44 , Błonnik: 1,81 , Sól: 2,6

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z jajkiem (bezglutenowa) - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 661,57 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,1 , Cukry: 33,37 , Tłuszcz ogółem: 10,23 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,12 , Białko: 19,72 , Błonnik: 8,06 , Sól: ,56

### **PODWIECZOREK**

Sok owocowy, Serek homogenizowany

Wartość energetyczna: 283,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 45,3 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 13,45 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,27

## **Kolacja**

Herbata z cukrem, Chleb bezglutenowy+ masło+ twarożek ze szczyp.+ruk - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 270,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 17,26 , Cukry: 12,5 , Tłuszcz ogółem: 12,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,29 , Białko: 20,46 , Błonnik: 0 , Sól: ,19

## **Dieta: 11/ML Bezmleczna**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Wek+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Nasiona sezamu), Pasta z makreli i marchewki (bezglutenowa, bezmle) - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Ryba, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 664,49 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,15 , Cukry: 16,7 , Tłuszcz ogółem: 28,83 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,96 , Białko: 24,33 , Błonnik: 3,54 , Sól: 3,39

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z jajkiem (bezmleczna) - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 583,46 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,89 , Cukry: 25,76 , Tłuszcz ogółem: 7,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,6 , Białko: 24,31 , Błonnik: 8,57 , Sól: ,54

### **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

## Kolacja

Herbata z cukrem, Wek+kiełbasa zielonogórska+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 416,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71,92 , Cukry: 17,6 , Tłuszcz ogółem: 10,53 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,18 , Białko: 16,18 , Błonnik: 3,64 , Sól: 2,05

## Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ pasta z makreli - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 716,62 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71,09 , Cukry: 1,99 , Tłuszcz ogółem: 30,99 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,92 , Białko: 32,12 , Błonnik: 1,81 , Sól: 3,14

### 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, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 633,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,42 , Cukry: 28,29 , Tłuszcz ogółem: 12,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,69 , Białko: 25,5 , Błonnik: 9,26 , Sól: ,6

### 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

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+twarożek+szczypiorek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 701,12 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 83,15 , Cukry: 2,33 , Tłuszcz ogółem: 20,11 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,19 , Białko: 43,45 , Błonnik: 2,05 , Sól: 1,26

## Dieta: 13 Płynna (kleikowa)

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Kleik, Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 388,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 81,99 , Cukry: ,22 , Tłuszcz ogółem: 1,25 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,26 , Białko: 8,82 , Błonnik: 4,8 , Sól: ,49

### DRUGIE ŚNIADANIE

Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 216,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,74 , Cukry: ,12 , Tłuszcz ogółem: ,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,19 , Białko: 5,22 , Błonnik: 3,6 , Sól: ,41

### OBIAD

Herbata bez cukru, Marchwianka z ryżem

Wartość energetyczna: 341,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71,4 , Cukry: 10,16 , Tłuszcz ogółem: ,79 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,2 , Białko: 7,61 , Błonnik: 9,12 , Sól: ,49

### PODWIECZOREK

Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 216,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,74 , Cukry: ,12 , Tłuszcz ogółem: ,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,19 , Białko: 5,22 , Błonnik: 3,6 , Sól: ,41

## Kolacja

Herbata bez cukru, Kleik, Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 388,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 81,99 , Cukry: ,22 , Tłuszcz ogółem: 1,25 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,26 , Białko: 8,82 , Błonnik: 4,8 , Sól: ,49

## **Dieta: 2 Łatwostrawna**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Wek+ pasta z makreli+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 844,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,83 , Cukry: 3,15 , Tłuszcz ogółem: 32,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,38 , Białko: 36,36 , Błonnik: 3,17 , Sól: 3,55

### **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, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 633,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,42 , Cukry: 28,29 , Tłuszcz ogółem: 12,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,69 , Białko: 25,5 , Błonnik: 9,26 , Sól: ,6

### **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

### **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 572,54 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,24 , Cukry: 2,83 , Tłuszcz ogółem: 16,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,03 , Białko: 35,47 , Błonnik: 2,69 , Sól: 1,33

## **Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Graham+ pasta z makreli+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 827,45 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 89,78 , Cukry: 1,61 , Tłuszcz ogółem: 30,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,66 , Białko: 38,32 , Błonnik: 9,05 , Sól: 3,85

### **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, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 633,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,42 , Cukry: 28,29 , Tłuszcz ogółem: 12,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,69 , Białko: 25,5 , Błonnik: 9,26 , Sól: ,6

### **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

### **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 555,74 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 64,2 , Cukry: 1,29 , Tłuszcz ogółem: 13,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,32 , Białko: 37,43 , Błonnik: 8,57 , Sól: 1,62

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Graham+ pasta z makreli+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 525,04 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,67 , Cukry: ,89 , Tłuszcz ogółem: 24,43 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,98 , Białko: 24,45 , Błonnik: 7,05 , Sól: 3,29

### **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, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 633,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,42 , Cukry: 28,29 , Tłuszcz ogółem: 12,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,69 , Białko: 25,5 , Błonnik: 9,26 , Sól: ,6

### **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

### **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 509,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 55,74 , Cukry: 1,23 , Tłuszcz ogółem: 13,54 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,25 , Białko: 35,77 , Błonnik: 7,29 , Sól: 1,41

### **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+ pasta z makreli+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 533,84 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,1 , Cukry: ,95 , Tłuszcz ogółem: 20,86 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,31 , Białko: 26,07 , Błonnik: 8,33 , Sól: 3,5

### **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, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 633,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,42 , Cukry: 28,29 , Tłuszcz ogółem: 12,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,69 , Białko: 25,5 , Błonnik: 9,26 , Sól: ,6

### **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

## **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 426,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 55,29 , Cukry: ,93 , Tłuszcz ogółem: 6,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,44 , Białko: 31,49 , Błonnik: 8,57 , Sól: 1,48

## **Dieta: 9 Bogatobiałkowa**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Wek+ pasta z makreli+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 844,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,83 , Cukry: 3,15 , Tłuszcz ogółem: 32,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,38 , Białko: 36,36 , Błonnik: 3,17 , Sól: 3,55

### **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, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 633,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,42 , Cukry: 28,29 , Tłuszcz ogółem: 12,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,69 , Białko: 25,5 , Błonnik: 9,26 , Sól: ,6

### **PODWIECZOREK**

Sok owocowy, Serek homogenizowany

Wartość energetyczna: 232,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 166,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 16 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,21

## **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 572,54 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,24 , Cukry: 2,83 , Tłuszcz ogółem: 16,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,03 , Białko: 35,47 , Błonnik: 2,69 , Sól: 1,33

.....  
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+ pasta z makreli+rukola	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	2,0	g
	Rukola	40,0	g
	Makrela, wędzona *(4)	70,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0	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
Banan	Banan	150,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Makaron z jabłkami	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
	Jabłko	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

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

**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+twarożek+szczypiorek+rukola	Szczypiorek	10,0	g
	Rukola	40,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	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+ pasta z makreli+rukola	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	7,0	g
	Rukola	40,0	g
	Makrela, wędzona *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0	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
Barszcz czerwony z jajkiem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Racuchy z jabłkami	Jabłko	100,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	120,0	g
	Cukier	10,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	100,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

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

**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+twarożek+szczypiorek+ruko	Szczypiorek	10,0	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
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0 g
Inne składniki		

**Dieta: 11/GL Bezglutenowa**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb bezglutenowy+ masło+ rukola	Chleb Bezglutenowy *(3, 6, 7)	100,0 g	
	Masło ekstra *(7)	10,0 g	
	Rukola	40,0 g	
Pasta z makreli i marchewki (bezglutenowa,	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	7,0 g	
	Makrela, wędzona *(4)	70,0 g	
	Marchew	30,0 g	
Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g	
	Ryż biały	30,0 g	
Herbata z cukrem	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0 g	
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan	Banan	200,0 g	
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g	
Barszcz czerwony z jajkiem (bezglutenowa)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Skrobia ziemniaczana	20,0 g	
	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g	
	Kości, wywar	300,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Buraki, got. w wodzie	40,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0 g	
Ryż z jabłkami	Jabłko	150,0 g	
	Masło ekstra *(7)	5,0 g	
	Ryż biały	80,0 g	
	Cukier	10,0 g	
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0 g	
Serek homogenizowany	Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy *(7)	150,0 g	
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Chleb bezglutenowy+ masło+ twarożek ze sz	Szcypiorek	10,0	g
	Rukola	40,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6, 7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Ser twarogowy półtłusty *(7)	100,0	g
Inne składniki			

**Dieta: 11/ML Bezmleczna****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Wek+ rukola	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Rukola	40,0	g
Pasta z makreli i marchewki (bezglutenowa,	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	20,0	g
	Makrela, wędzona *(4)	70,0	g
	Marchew	30,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan	Banan	200,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem (bezmleczna)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Makaron z jabłkami	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
	Jabłko	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Wek+kielbasa zielonogórska+ pomidor+ ruk	Rukola	40,0	g
	Kielbasa Zielonogórska *(1, 6)	50,0	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+ pasta z makreli	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	7,0	g
	Makrela, wędzona *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0	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
Banan- mus	Banan	150,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Makaron z jabłkami	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
	Jabłko	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

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

**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+twarożek+szczypiorek	Szczypiorek	10,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g



	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0 g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0 g
Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g
	Ryż biały	30,0 g
Inne składniki		

**Dieta: 13 Płynna (kleikowa)**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Kleik	Ryż biały	50,0	g
Sucharki	Chleb chrupki *(1)	60,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sucharki	Chleb chrupki *(1)	60,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Marchwianka z ryżem	Marchew	200,0	g
	Ryż biały	80,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sucharki	Chleb chrupki *(1)	60,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Kleik	Ryż biały	50,0	g
Sucharki	Chleb chrupki *(1)	60,0	g
Inne składniki			

**Dieta: 2 Łatwostrawna**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ pasta z makreli+rukola	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	7,0	g
	Rukola	40,0	g
	Makrela, wędzona *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0	g
Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g

**Jadłospis na dzień: 12-04-2024**  
**szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**  
ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów  
338752446  
338752446  
NIP: 5512123091 REGON: 000805666

	Ryż biały	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
Barszcz czerwony z jajkiem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Makaron z jabłkami	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
	Jabłko	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

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

**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+twarożek+szczypiorek+rukola	Szczypiorek	10,0	g
	Rukola	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Ser twarogowy chudy *(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+ pasta z makreli+ rukola	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	7,0	g
	Rukola	40,0	g
	Makreła, wędzona *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g

**Jadłospis na dzień: 12-04-2024  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0 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
Barszcz czerwony z jajkiem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Makaron z jabłkami	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
	Jabłko	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

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

**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+twarożek+szczypiorek+rukola	Szczypiorek	10,0	g
	Rukola	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	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+ pasta z makreli+ rukola	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	7,0	g
	Rukola	40,0	g
	Makreła, wędzona *(4)	70,0	g



	Masło ekstra *(7)	10,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0 g
Inne składniki		

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Makaron z jabłkami	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
	Jabłko	200,0	g
Inne składniki			

#### PODWIECZOREK

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

#### 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+twarożek+szczypiorek+rukola	Szczypiorek	10,0	g
	Rukola	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	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+ pasta z makreli+ rukola	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	7,0	g
	Rukola	40,0	g
	Makrela, wędzona *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0	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
Barszcz czerwony z jajkiem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Makaron z jabłkami	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
	Jabłko	200,0	g

Inne składniki

**PODWIECZOREK**

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

Inne składniki

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Graham+twarożek+szczypiorek+rukola	Szczypiorek	10,0	g
	Rukola	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	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+ pasta z makreli+rukola	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	7,0	g
	Rukola	40,0	g
	Makrela, wędzona *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0	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
Banan	Banan	150,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Makaron z jabłkami	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
	Jabłko	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
Serek homogenizowany	Serek Homogenizowany Naturalny	150,0	g
Inne składniki			

**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+twarożek+szczypiorek+rukola	Szczypiorek	10,0	g
	Rukola	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g



Ser twarogowy chudy \*(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
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	Mąтва
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
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

**Jadłospis na dzień: 12-04-2024**  
**szczegółowy**



**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

P89	Zioła i przyprawy
P90	Żyto
P91	Żywność na bazie mleka ssaków

.....  
sporządził  
/Morkisz Magdalena/

.....  
zatwierdził