



Dieta: 03 Z ogr. tłuszczu (wątrobowa)

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek z kielbasą drobiową+ pomidor+ ro	Roszonka	40,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6, 7, 9, 10)	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z tartym ciastem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Risotto z sosem koperkowym	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
	Wieprzowina, łopatka	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	40,0	g
	Ryż biały	40,0	g
	Koper ogrodowy	7,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	g
Fasola szparagowa	Fasola szparagowa	150,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Kakao 16%, proszek	10,0	g
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0	g
Inne składniki			

Posiłkiewicz-Kolacja

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

**Jadłospis na dzień: 03-04-2024
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+ twarózek+ szczypiorek+ roszonek	Szczypiorek	10,0 g
	Roszonek	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 z kiełbasą żywiecką+ rzodki	Kiełbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Roszonek	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
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z tartym ciastem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Risotto z sosem koperkowym	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
	Wieprzowina, łopatka	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	40,0	g
	Ryż biały	40,0	g
	Koper ogrodowy	7,0	g
Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	g	
Sałata z kapusty czerwonej	Olej rzepakowy	5,0	g
	Cebula	10,0	g
	Kapusta czerwona	100,0	g
	Marchew	50,0	g



Inne składniki

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Kakao 16%, proszek	10,0	g
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0	g

Inne składniki

Posiłkwiecz-Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Chleb mieszany+twarożek+szczypiorek+sała	Szczypiorek	10,0	g
	Roszonka	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 półtłusty *(7)	100,0	g	

Inne składniki

Dieta: 11/ML Bezmleczna

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek z kielbasą żywiecką+ pomidor+ ro	Kielbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Roszonka	40,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g

Inne składniki

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Mandarynki	Mandarynki	200,0	g

Inne składniki

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z tartym ciastem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Risotto z sosem koperkowym	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
	Wieprzowina, łopatka	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g



	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	40,0 g
	Ryż biały	40,0 g
	Koper ogrodowy	7,0 g
Fasola szparagowa	Fasola szparagowa	150,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
Jabłko	Jabłko	150,0	g
Inne składniki			

Posiłkwiecz-Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ miód+ pomidor+ roszonek	Szczypiorek	10,0	g
	Roszonek	40,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Miód pszczeni	50,0	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
Wek+ miód+ pomidor+ roszonek	Roszonek	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Miód pszczeni	50,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z tartym ciastem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g



	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Risotto z sosem koperkowym	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	40,0 g
	Ryż biały	40,0 g
	Koper ogrodowy	7,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0 g
Fasola szparagowa	Fasola szparagowa	150,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Kakao 16%, proszek	10,0	g
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0	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+ twarożek+ szczypiorek+ roszonek	Szczypiorek	10,0	g
	Roszonek	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: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek z kielbasą żywiecką+ masło	Kielbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

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



Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g
Zupa kalafiorowa z tartym ciastem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Kości, wywar	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0 g
	Kalafior	40,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Risotto z sosem koperkowym	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0 g
	Wieprzowina, łopatka	100,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	40,0 g
	Ryż biały	40,0 g
	Koper ogrodowy	7,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0 g
Fasola szparagowa	Fasola szparagowa	150,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Kakao 16%, proszek	10,0	g
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0	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+ twarożek+ szczypiorek+ masło	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	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 z kielbasą żywiecką+ pomidor+ ro	Kielbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Roszonka	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g



	Kasza manna *(1)	30,0 g
Inne składniki		

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z tartym ciastem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Risotto z sosem koperkowym	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
	Wieprzowina, łopatka	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	40,0	g
	Ryż biały	40,0	g
	Koper ogrodowy	7,0	g
Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	g	
Fasola szparagowa	Fasola szparagowa	150,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Kakao 16%, proszek	10,0	g
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0	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+ twarożek+ szczypiorek+ roszonek	Szczypiorek	10,0	g
	Roszonek	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 z kiełbasą żywiecką+ rzodkiewka+ r	Kiełbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Roszonka	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Rzodkiewka	50,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z tartym ciastem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Risotto z sosem koperkowym	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
	Wieprzowina, łopatka	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	40,0	g
	Ryż biały	40,0	g
	Koper ogrodowy	7,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	g
Sałata z kapusty czerwonej	Olej rzepakowy	5,0	g
	Cebula	10,0	g
	Kapusta czerwona	100,0	g
	Marchew	50,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Kakao 16%, proszek	10,0	g
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0	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
Graham+twarożek+szczypiorek+roszponka	Szczypiorek	10,0	g
	Roszponka	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 z kielbasą żywiecką+ rzodkiewka+ r	Kielbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Roszponka	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Rzodkiewka	50,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z tartym ciastem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Risotto z sosem koperkowym	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0
Wieprzowina, łopatka		100,0	g
Mieszanka Ziół		2,0	g
Olej rzepakowy		5,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		10,0	g
Kasza jęczmienna, perłowa *(1)		40,0	g
Ryż biały		40,0	g



	Koper ogrodowy	7,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0 g
Sałata z kapusty czerwonej	Olej rzepakowy	5,0 g
	Cebula	10,0 g
	Kapusta czerwona	100,0 g
	Marchew	50,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Kakao 16%, proszek	10,0	g
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0	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
Graham+twarożek+szczypiorek+roszponka	Szczypiorek	10,0	g
	Roszponka	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: 9 Bogatobiałkowa

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek z kielbasą żywiecką+ pomidor+ ro	Kielbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Roszponka	40,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Mandarynki	Mandarynki	150,0	g



Inne składniki

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z tartym ciastem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Risotto z sosem koperkowym	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
	Wieprzowina, łopatka	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	40,0	g
	Ryż biały	40,0	g
	Koper ogrodowy	7,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	g
Fasola szparagowa	Fasola szparagowa	150,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Kakao 16%, proszek	10,0	g
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0	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+ twarózek+ szczypiorek+ roszonek	Szczypiorek	10,0	g
	Roszonek	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

Jadłospis na dzień: 03-04-2024 szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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	Mątwą

Jadłospis na dzień: 03-04-2024
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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

.....
sporządził

/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził

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

Herbata bez cukru, Wek z kiełbasą drobiową+ pomidor+ ro - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 690,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,1 , Cukry: 5,73 , Tłuszcz ogółem: 12,34 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,76 , Białko: 36,53 , Błonnik: 4,31 , Sól: 2,16

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Risotto z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Fasola szparagowa

Wartość energetyczna: 785,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 110,15 , Cukry: 14,85 , Tłuszcz ogółem: 13,92 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,09 , Białko: 43,26 , Błonnik: 15,3 , Sól: ,7

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Posiłkwiecz-Kolacja

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

Wartość energetyczna: 496,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,78 , Cukry: 2,83 , Tłuszcz ogółem: 8,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,56 , Białko: 35,17 , Błonnik: 2,61 , Sól: 1,32

Dieta: 1 Podstawowa**ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb mieszany z kiełbasą żywiecką+ rzodkiewka+ ro - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 610,26 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 74,74 , Cukry: 2,74 , Tłuszcz ogółem: 21,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,21 , Białko: 22,92 , Błonnik: 9,43 , Sól: 2,65

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Risotto z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Sałata z kapusty czerwonej

Wartość energetyczna: 852,96 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 109,92 , Cukry: 18,46 , Tłuszcz ogółem: 21,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,62 , Białko: 42,2 , Błonnik: 15,87 , Sól: ,8

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy

tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Posiłkwiecz-Kolacja

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

Wartość energetyczna: 677,18 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,53 , Cukry: 2,37 , Tłuszcz ogółem: 18,06 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,88 , Białko: 36,61 , Błonnik: 8,43 , Sól: 1,86

Dieta: 11/ML Bezmleczna

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek z kielbasą żywiecką+ pomidor+ ro - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 452,44 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 59,42 , Cukry: 5,1 , Tłuszcz ogółem: 13,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,75 , Białko: 20,35 , Błonnik: 3,56 , Sól: 2,19

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

Wartość energetyczna: 90,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 18,6 , Cukry: 18,4 , Tłuszcz ogółem: ,18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,04 , Białko: 1,2 , Błonnik: 3,8 , Sól: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Risotto z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Fasola szparagowa

Wartość energetyczna: 816,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,91 , Cukry: 14,77 , Tłuszcz ogółem: 15,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,36 , Białko: 42,62 , Błonnik: 15,53 , Sól: ,64

PODWIECZOREK

Sok owocowy, Jabłko

Wartość energetyczna: 171,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 34,95 , Cukry: 34,15 , Tłuszcz ogółem: ,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,12 , Białko: 1,6 , Błonnik: 7,4 , Sól: ,16

Posiłkwiecz-Kolacja

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

Wartość energetyczna: 484,39 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,05 , Cukry: 6,27 , Tłuszcz ogółem: 4,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,19 , Białko: 10,51 , Błonnik: 3,81 , Sól: 1,11

Dieta: 11/WE Wegetariańska

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 897,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 134,17 , Cukry: 6,73 , Tłuszcz ogółem: 20,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,6 , Białko: 25 , Błonnik: 4,31 , Sól: 1,32

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Risotto z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Fasola szparagowa

Wartość energetyczna: 637,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 110,15 , Cukry: 14,85 , Tłuszcz ogółem: 8,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,95 , Białko: 19,06 , Błonnik: 15,3 , Sól: ,33

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Posiłekwiecz-Kolacja

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

Wartość energetyczna: 570,89 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,85 , Cukry: 2,83 , Tłuszcz ogółem: 16,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,03 , Białko: 35,24 , Błonnik: 2,61 , Sól: 1,33

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 629,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,66 , Cukry: 1,77 , Tłuszcz ogółem: 27,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,07 , Białko: 27,34 , Błonnik: 1,83 , Sól: 2,16

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko- mus

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Risotto z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Fasola szparagowa

Wartość energetyczna: 812,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 110,15 , Cukry: 14,85 , Tłuszcz ogółem: 16,78 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,29 , Białko: 43,26 , Błonnik: 15,3 , Sól: ,7

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Posiłekwiecz-Kolacja

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

Wartość energetyczna: 698,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 82,29 , Cukry: 2,13 , Tłuszcz ogółem: 20,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,18 , Białko: 43,64 , Błonnik: 1,83 , Sól: 1,26

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek z kielbasą żywiecką+ pomidor+ ro - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 795,96 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,45 , Cukry: 5,73 , Tłuszcz ogółem: 29,36 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,76 , Białko: 33,24 , Błonnik: 4,31 , Sól: 2,54

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Risotto z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Fasola szparagowa

Wartość energetyczna: 812,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 110,15 , Cukry: 14,85 , Tłuszcz ogółem: 16,78 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,29 , Białko: 43,26 , Błonnik: 15,3 , Sól: ,7

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Posiłekwiecz-Kolacja

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

Wartość energetyczna: 570,89 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,85 , Cukry: 2,83 , Tłuszcz ogółem: 16,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,03 , Białko: 35,24 , Błonnik: 2,61 , Sól: 1,33

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham z kiełbasą żywiecką+ rzodkiewka+ ro - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 765,08 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,57 , Cukry: 2,29 , Tłuszcz ogółem: 26,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,76 , Białko: 35,12 , Błonnik: 10,24 , Sól: 2,79

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Risotto z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Sałata z kapusty czerwonej

Wartość energetyczna: 852,96 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 109,92 , Cukry: 18,46 , Tłuszcz ogółem: 21,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,62 , Białko: 42,2 , Błonnik: 15,87 , Sól: ,8

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Posiłekwiecz-Kolacja

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

Wartość energetyczna: 554,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 64,82 , Cukry: 1,29 , Tłuszcz ogółem: 13,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,32 , Białko: 37,2 , Błonnik: 8,49 , Sól: 1,62

Dieta: 6/K Z ogr. węglowodanów (test)

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham z kiełbasą żywiecką+ rzodkiewka+ ro - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 454,47 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 45,3 , Cukry: 1,6 , Tłuszcz ogółem: 20,53 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,05 , Białko: 20,31 , Błonnik: 8,21 , Sól: 2,26

DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 250,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 40,57 , Cukry: 14,73 , Tłuszcz ogółem: 5,12 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 6,27 , Błonnik: 6,94 , Sól: ,67

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Risotto z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Sałata z kapusty czerwonej

Wartość energetyczna: 852,96 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 109,92 , Cukry: 18,46 , Tłuszcz ogółem: 21,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,62 , Białko: 42,2 , Błonnik: 15,87 , Sól: ,8

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy

tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Posiłkiewicz-Kolacja

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

Wartość energetyczna: 507,88 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,36 , Cukry: 1,23 , Tłuszcz ogółem: 13,54 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,25 , Białko: 35,54 , Błonnik: 7,21 , 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: 9 Bogatobiałkowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek z kielbasą żywiecką+ pomidor+ ro - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 795,96 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,45 , Cukry: 5,73 , Tłuszcz ogółem: 29,36 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,76 , Białko: 33,24 , Błonnik: 4,31 , Sól: 2,54

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Risotto z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Fasola szparagowa

Wartość energetyczna: 812,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 110,15 , Cukry: 14,85 , Tłuszcz ogółem: 16,78 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,29 , Białko: 43,26 , Błonnik: 15,3 , Sól: ,7

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Posiłkiewicz-Kolacja

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

Wartość energetyczna: 570,89 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,85 , Cukry: 2,83 , Tłuszcz ogółem: 16,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,03 , Białko: 35,24 , Błonnik: 2,61 , Sól: 1,33

.....
sporządził
/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził