



Dieta: 03 Z ogr. tłuszczu (wątrobowa)

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
wek+ pasta z jaj i ryby+ rukola	Jaja kurcze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Rukola	20,0	g
	Śledź w oleju *(4)	30,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Marchew z groszkiem	Olej rzepakowy	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Marchew	100,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
Zupa brokułowa z makaronem	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
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
wątróbka drobiowa z ziemniakami	Wątróbka kurczaka	100,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	3,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Budyń w proszku	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	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+ kielbasa zielonogórska+ pomidor+ ruk	Rukola	20,0	g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6, 7, 9, 10)	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: 1 Podstawowa

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+ sałatka z tuńczyka+ rukola	Fasolka flageolet, konserwowa	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Rukola	20,0	g
	Tuńczyk w sosie własnym *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Ryż biały	6,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Cebula	10,0	g
	Ogórek	20,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa pieczarkowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	40,0	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
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Sałata z kapusty czerwonej	Olej rzepakowy	5,0	g
	Cebula	10,0	g



	Kapusta czerwona	130,0 g
	Marchew	70,0 g
wątróbka drobiowa z ziemniakami	Wątróbka kurczaka	100,0 g
	Ziemniaki, późne	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	10,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Cebula	10,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Budyń w proszku	20,0 g	
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0 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 miesz+kiełbasa zielonogorska+pomido	Rukola	20,0 g	
	Kiełbasa Zielonogórska *(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	
	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	
zupa mleczna z kaszą manną	Kasza manna *(1)	30,0 g	
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g	
wek+ masło+jajko	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g	
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0 g	
	Masło ekstra *(7)	10,0 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	
Marchew z groszkiem	Olej rzepakowy	3,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	4,0 g	



	Groszek zielony	10,0 g
	Marchew	100,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0 g
Zupa brokułowa z makaronem	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
	Brokuły	40,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
	wątróbka drobiowa z ziemniakami	Wątróbka kurczaka
Ziemniaki, późne		300,0 g
Mieszanka Ziół		2,0 g
Olej rzepakowy		5,0 g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		10,0 g
Cebula		10,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Budyń w proszku	20,0 g	
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0 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+ kielbasa zielonogórska	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0 g	
	Masło ekstra *(7)	10,0 g	
	Kielbasa Zielonogórska *(1, 6)	50,0 g	
Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g	
	Ryż biały	30,0 g	
Inne składniki			

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g	
zupa mleczna z kaszą manną	Kasza manna *(1)	30,0 g	
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g	
wek+ pasta z jaj i ryby+ rukola	Jaja kurze całe *(3)	90,0 g	
	Szczypiorek	10,0 g	
	Rukola	20,0 g	
	Śledź w oleju *(4)	30,0 g	
	Masło ekstra *(7)	10,0 g	
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g	



Inne składniki

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Marchew z groszkiem	Olej rzepakowy	3,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	4,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Marchew	100,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
Zupa brokułowa z makaronem	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
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
wątróbka drobiowa z ziemniakami	Wątróbka kurczaka	100,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Budyń w proszku	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	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+ kiełbasa zielonogórska+ pomidor+ ruk	Rukola	20,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(1, 6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+ sałatka z tuńczyka+ rukola	Fasolka flageolet, konserwowa	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Rukola	20,0	g
	Tuńczyk w sosie własnym *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Ryż biały	6,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Cebula	10,0	g
Ogórek	20,0	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
Zupa pieczarkowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	40,0	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
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Sałata z kapusty czerwonej	Olej rzepakowy	5,0	g
	Cebula	10,0	g
	Kapusta czerwona	130,0	g
	Marchew	70,0	g
wątróbka drobiowa z ziemniakami	Wątróbka kurczaka	100,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

**Jadłospis na dzień: 30-04-2024
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**
ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów
338752446
338752446
NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Budyń w proszku	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	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 graha+kiełbasa zielonogorska+pomido	Rukola	20,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(1, 6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+ sałatka z tuńczyka+ rukola	Fasolka flageolet, konserwowa	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Rukola	20,0	g
	Tuńczyk w sosie własnym *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Ryż biały	6,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Cebula	10,0	g
	Ogórek	20,0	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
	Ogórek	50,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa pieczarkowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	40,0	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
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Salata z kapusty czerwonej	Olej rzepakowy	5,0 g
	Cebula	10,0 g
	Kapusta czerwona	130,0 g
	Marchew	70,0 g
wątróbka drobiowa z ziemniakami	Wątróbka kurczaka	100,0 g
	Ziemniaki, późne	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	10,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Cebula	10,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Budyń w proszku	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	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 graham+kielbasa zielonogorska+pomido	Rukola	20,0	g
	Kielbasa Zielonogórska *(1, 6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	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
wek+ pasta z jaj i ryby+ rukola	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Rukola	20,0	g



	Śledź, świeży *(4)	30,0 g
	Masło ekstra *(7)	5,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
Inne składniki		

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Marchew z groszkiem	Marchew	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
Zupa brokułowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	3,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	g
wątróbka drobiowa z ziemniakami	Wątróbka kurczaka	100,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	2,0	g
	Cebula	10,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ kielbasa drobiow+ pomidor+ rukola	Rukola	20,0	g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6, 7, 9, 10)	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
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 muskatołowa
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

Jadłospis na dzień: 30-04-2024
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

P49	Małże
P50	Marchew
P51	Mątwą
P52	Melón
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 (wątrobowa)****ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), wek+ pasta z jaj i ryby+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 777,18 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 92,88 , Cukry: 2,9 , Tłuszcz ogółem: 24,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,42 , Białko: 38,16 , Błonnik: 3,12 , Sól: 2,16

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, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), wątróbka drobiowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 775,67 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 113,55 , Cukry: 13,87 , Tłuszcz ogółem: 12,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,67 , Białko: 39,95 , Błonnik: 13,76 , Sól: ,81

PODWIECZOREK

Budyń bez cukru - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 531,55 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,72 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 10,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,13 , Białko: 34,21 , Błonnik: 3,32 , Sól: 2,1

Dieta: 1 Podstawowa**ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 637,71 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 81,74 , Cukry: 3,09 , Tłuszcz ogółem: 20,53 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,52 , Białko: 23,5 , Błonnik: 9,67 , Sól: 2,35

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa pieczarkowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Sałata z kapusty czerwonej, wątróbka drobiowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 853,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 109,84 , Cukry: 16,81 , Tłuszcz ogółem: 21,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,17 , Białko: 40,34 , Błonnik: 15,12 , Sól: ,77

PODWIECZOREK

Budyń bez cukru - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy

tluszczowe 2,98 , Bialko: 8,56 , Bionnik: ,04 , Sol: ,28

Kolacja

Kawa zbozowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Bialko mleka krowiego), Chleb miesz+kielbasa zielonogorska+pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Bialko sojowe, Bialko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartosc energetyczna: 691,44 kcal. , Weglowodany przyswajalne: 83,7 , Cukry: 4,8 , Tluszcz ogolem: 24,16 w tym nasycone kwasy tluszczowe 17,28 , Bialko: 32,37 , Bionnik: 9,14 , Sol: 2,58

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kasza manna - w tym alergeny (Gluten, Bialko mleka krowiego), wek+ maslo+jajko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Bialko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartosc energetyczna: 592,62 kcal. , Weglowodany przyswajalne: 70,27 , Cukry: 1,77 , Tluszcz ogolem: 21,18 w tym nasycone kwasy tluszczowe 11,56 , Bialko: 25,43 , Bionnik: 1,83 , Sol: 1,23

DRUGIE ŚNIADANIE

Jablko -mus

Wartosc energetyczna: 75,0 kcal. , Weglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tluszcz ogolem: ,21 w tym nasycone kwasy tluszczowe ,06 , Bialko: ,6 , Bionnik: 3 , Sol: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Bialko mleka krowiego), Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Bialko mleka krowiego, Seler), watrobka drobiowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten)

Wartosc energetyczna: 788,94 kcal. , Weglowodany przyswajalne: 110,68 , Cukry: 13,86 , Tluszcz ogolem: 15,23 w tym nasycone kwasy tluszczowe 3,86 , Bialko: 39,55 , Bionnik: 13,67 , Sol: ,81

PODWIECZOREK

Budyń bez cukru - w tym alergeny (Bialko mleka krowiego)

Wartosc energetyczna: 200,3 kcal. , Weglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tluszcz ogolem: 4,71 w tym nasycone kwasy tluszczowe 2,98 , Bialko: 8,56 , Bionnik: ,04 , Sol: ,28

Kolacja

Kawa zbozowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Bialko mleka krowiego), Wek+ kielbasa zielonogorska - w tym alergeny (Gluten, Bialko sojowe, Bialko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryzem - w tym alergeny (Bialko mleka krowiego)

Wartosc energetyczna: 695,38 kcal. , Weglowodany przyswajalne: 79,62 , Cukry: 2,16 , Tluszcz ogolem: 30,24 w tym nasycone kwasy tluszczowe 21,1 , Bialko: 34,24 , Bionnik: 1,8 , Sol: 2,03

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kasza manna - w tym alergeny (Gluten, Bialko mleka krowiego), wek+ pasta z jaj i ryby+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Bialko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartosc energetyczna: 851,98 kcal. , Weglowodany przyswajalne: 92,95 , Cukry: 2,9 , Tluszcz ogolem: 32,76 w tym nasycone kwasy tluszczowe 13,9 , Bialko: 38,23 , Bionnik: 3,12 , Sol: 2,16

DRUGIE ŚNIADANIE

Jablko

Wartosc energetyczna: 75,0 kcal. , Weglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tluszcz ogolem: ,21 w tym nasycone kwasy tluszczowe ,06 , Bialko: ,6 , Bionnik: 3 , Sol: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Bialko mleka krowiego), Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Bialko mleka krowiego, Seler), watrobka drobiowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten)

Wartosc energetyczna: 788,94 kcal. , Weglowodany przyswajalne: 110,68 , Cukry: 13,86 , Tluszcz ogolem: 15,23 w tym nasycone kwasy tluszczowe 3,86 , Bialko: 39,55 , Bionnik: 13,67 , Sol: ,81

PODWIECZOREK

Budyń bez cukru - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 606,17 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,62 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 26,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,12 , Białko: 28,77 , Błonnik: 3,32 , Sól: 2,08

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb graham+ sałatka z tuńczyka+ 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: 804,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,88 , Cukry: 2,67 , Tłuszcz ogółem: 26,19 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,09 , Białko: 35,2 , Błonnik: 10,45 , Sól: 2,46

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa pieczarkowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Sałata z kapusty czerwonej, wątróbka drobiowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 853,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 109,84 , Cukry: 16,81 , Tłuszcz ogółem: 21,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,17 , Białko: 40,34 , Błonnik: 15,12 , Sól: ,77

PODWIECZOREK

Budyń bez cukru - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graha+kielbasa zielonogórska+pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 586,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 62,68 , Cukry: 3,72 , Tłuszcz ogółem: 23,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,21 , Białko: 31,63 , Błonnik: 9,2 , Sól: 2,36

Dieta: 6/K Z ogr. węglowodanów (+nocny)

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 502,42 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 51,76 , Cukry: 1,95 , Tłuszcz ogółem: 20,03 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,4 , Białko: 21,33 , Błonnik: 8,45 , Sól: 1,9

DRUGIE ŚNIADANIE

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

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa pieczarkowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Sałata z kapusty czerwonej, wątróbka drobiowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 853,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 109,84 , Cukry: 16,81 , Tłuszcz ogółem: 21,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,17 , Białko: 40,34 , Błonnik: 15,12 , Sól: ,77

PODWIECZOREK

Budyń bez cukru - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graha+kiełbasa zielonogorska+pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 531,83 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,41 , Cukry: 3,66 , Tłuszcz ogółem: 23,55 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,13 , Białko: 29,2 , Błonnik: 7,92 , Sól: 2,16

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, wek+ pasta z jaj i ryby+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 514,55 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 55,95 , Cukry: 2,27 , Tłuszcz ogółem: 18,43 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,21 , Białko: 25,35 , Błonnik: 2,37 , Sól: 1,46

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, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), wątróbka drobiowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 671,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,96 , Cukry: 13,79 , Tłuszcz ogółem: 8,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,03 , Białko: 37,37 , Błonnik: 13,33 , Sól: ,79

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 527,54 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,91 , Cukry: 4,9 , Tłuszcz ogółem: 17,68 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,9 , Białko: 28,41 , Błonnik: 3,32 , Sól: 1,97

.....
sporządził
/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził