

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

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

Wartość energetyczna: 751,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,77 , Cukry: 3,53 , Tłuszcz ogółem: 22,06 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,44 , Białko: 38,34 , Błonnik: 4,62 , Sól: 6,18

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 krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Naleśniki z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 737,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 132,3 , Cukry: 16,55 , Tłuszcz ogółem: 7,55 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,52 , Białko: 27,62 , Błonnik: 8,88 , Sól: ,55

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+pasta z twar. i konc.pom. +pomidor+rukola

Wartość energetyczna: 513,96 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71,32 , Cukry: 6,08 , Tłuszcz ogółem: 8,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,61 , Białko: 35,71 , Błonnik: 3,49 , Sól: 1,34

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 173,54	kcal
Węglowodny przyswajalne	330,34	g
Cukry (glukoza)	10,87	g
Cukry (fruktoza)	24,26	g
Cukry (sacharoza)	25,17	g
Tłuszcze (nasycone)	15,69	g
Tłuszcze (jednonasycone)	15,74	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,03	g
Białko	103,27	g
Błonnik	24,39	g
Sól	8,23	g

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: 638,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 81,65 , Cukry: 2,99 , Tłuszcz ogółem: 20,69 w tym nasycone kwasy

tłuszczowe 9,98 , Białko: 23,47 , Błonnik: 9,67 , Sól: 2,3

DRUGIE ŚNIADANIE

Gruszka

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Naleśniki z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 827,26 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 132,3 , Cukry: 16,55 , Tłuszcz ogółem: 17,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,19 , Białko: 27,62 , Błonnik: 8,88 , Sól: ,55

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 mie+pastą z twar. i konc.pom.+pomidor+rukola

Wartość energetyczna: 698,48 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,9 , Cukry: 5,62 , Tłuszcz ogółem: 18,11 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,15 , Białko: 38,29 , Błonnik: 9,31 , Sól: 1,87

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 347,65	kcal
Węglowodny przyswajalne	341,11	g
Cukry (glukoza)	11,03	g
Cukry (fruktoza)	25,75	g
Cukry (sacharoza)	22,83	g
Tłuszcze (nasycone)	25,45	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,28	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,63	g
Białko	91,27	g
Błonnik	35,41	g
Sól	4,88	g

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb bezglutenowy+ pasta z jaj i ryby+rukola - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Ryba, Białko sojowe, Białko mleka krowiego), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 595,29 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 37,08 , Cukry: 1,63 , Tłuszcz ogółem: 32,83 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,58 , Białko: 29,42 , Błonnik: 2,82 , Sól: 1,16

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko+ rodzynki

Wartość energetyczna: 243,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,55 , Cukry: 19,95 , Tłuszcz ogółem: ,44 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,16 , Białko: 1,95 , Błonnik: 7,25 , Sól: ,04

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z białych warz z kaszą kukur.(bezgluten) - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 620,76 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 122,78 , Cukry: 31,75 , Tłuszcz ogółem: 5,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,09 , Białko: 12,84 , Błonnik: 9,05 , Sól: ,33

PODWIECZOREK

Sok owocowy, Banan

Wartość energetyczna: 290,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 63,4 , Cukry: 58 , Tłuszcz ogółem: ,66 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,3 , Białko: 3 , Błonnik: 7,8 , Sól: ,16

Kolacja

Herbata bez cukru, chleb bezglut+ser twar. z konc pomid.+rukola+pomid - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 277,92 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 8,5 , Cukry: 0 , Tłuszcz ogółem: 16,57 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,08 , Białko: 21,03 , Błonnik: 0 , Sól: ,21

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 026,97	kcal
Węglowodny przyswajalne	284,31	g
Cukry (glukoza)	20,30	g
Cukry (fruktoza)	35,34	g
Cukry (sacharoza)	55,68	g
Tłuszcze (nasycone)	28,21	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,78	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,13	g
Białko	68,24	g
Błonnik	26,92	g
Sól	1,89	g

Dieta: 11/NP Niskopurynowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), graham + miód +pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 830,27 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 129,78 , Cukry: 5,62 , Tłuszcz ogółem: 20,36 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,35 , Białko: 23,85 , Błonnik: 11,45 , Sól: 1,75

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 krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Naleśniki z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 722,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 132,3 , Cukry: 16,55 , Tłuszcz ogółem: 7,55 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,52 , Białko: 24,02 , Błonnik: 8,88 , Sól: ,34

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+pasta z twar. i konc.pom.+pomidor+rukola

Wartość energetyczna: 609,32 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,38 , Cukry: 4,54 , Tłuszcz ogółem: 17,96 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,1 , Białko: 37,78 , Błonnik: 9,37 , Sól: 1,65

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 332,88	kcal
Węglowodny przyswajalne	364,41	g

Cukry (glukoza)	12,00 g
Cukry (fruktoza)	25,68 g
Cukry (sacharoza)	23,17 g
Tłuszcze (nasycone)	27,09 g
Tłuszcze (jednonasycone)	13,44 g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,79 g
Białko	87,25 g
Błonnik	37,10 g
Sól	3,89 g

Dieta: 11/WE Wegetariańska

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Wek+ ogórek kons+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 699,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,77 , Cukry: 8,36 , Tłuszcz ogółem: 22,56 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,06 , Białko: 21,89 , Błonnik: 5,67 , Sól: 1,93

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 krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Naleśniki z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 722,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 132,3 , Cukry: 16,55 , Tłuszcz ogółem: 7,55 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,52 , Białko: 24,02 , Błonnik: 8,88 , Sól: ,34

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+pasta z twar. i konc.pom. +pomidor+rukola

Wartość energetyczna: 626,14 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71,42 , Cukry: 6,08 , Tłuszcz ogółem: 20,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,81 , Białko: 35,82 , Błonnik: 3,49 , Sól: 1,35

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 219,02	kcal
Węglowodny przyswajalne	335,44	g
Cukry (glukoza)	12,00	g
Cukry (fruktoza)	25,68	g
Cukry (sacharoza)	27,45	g
Tłuszcze (nasycone)	28,52	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,25	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,93	g
Białko	83,33	g
Błonnik	25,44	g
Sól	3,77	g

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 630,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,2 , Cukry: 2,4 , Tłuszcz ogółem: 25,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,36 , Białko: 24,62 , Błonnik: 3,33 , Sól: 1,23

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 krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Naleśniki z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 737,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 132,3 , Cukry: 16,55 , Tłuszcz ogółem: 7,55 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,52 , Białko: 27,62 , Błonnik: 8,88 , Sól: ,55

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+pasta z twar. i konc.pom. +masło

Wartość energetyczna: 736,12 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 81,21 , Cukry: 2,76 , Tłuszcz ogółem: 24,46 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,98 , Białko: 42,83 , Błonnik: 3,33 , Sól: 1,26

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 274,42	kcal
Węglowodny przyswajalne	317,66	g
Cukry (glukoza)	9,09	g
Cukry (fruktoza)	22,05	g
Cukry (sacharoza)	24,71	g
Tłuszcze (nasycone)	32,98	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,43	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,55	g
Białko	96,68	g
Błonnik	22,94	g
Sól	3,19	g

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 863,49 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,88 , Cukry: 3,53 , Tłuszcz ogółem: 33,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,65 , Białko: 38,44 , Błonnik: 4,62 , Sól: 6,19

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 krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Naleśniki z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 737,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 132,3 , Cukry: 16,55 , Tłuszcz ogółem: 7,55 w tym nasycone kwasy

tluszczowe 3,52 , Bialko: 27,62 , Bionnik: 8,88 , Sol: ,55

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+pasta z twar. i konc.pom. +pomidor+rukola

Wartość energetyczna: 626,14 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71,42 , Cukry: 6,08 , Tłuszcz ogółem: 20,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,81 , Białko: 35,82 , Błonnik: 3,49 , Sól: 1,35

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 397,90	kcal
Węglowodny przyswajalne	330,55	g
Cukry (glukoza)	10,87	g
Cukry (fruktoza)	24,26	g
Cukry (sacharoza)	25,17	g
Tłuszcze (nasycone)	32,10	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,46	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,38	g
Białko	103,48	g
Błonnik	24,39	g
Sól	8,24	g

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 kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 807,18 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,99 , Cukry: 3,17 , Tłuszcz ogółem: 26,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,61 , Białko: 34,93 , Błonnik: 11,98 , Sól: 2,41

DRUGIE ŚNIADANIE

Gruszka

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Naleśniki z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 827,26 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 132,3 , Cukry: 16,55 , Tłuszcz ogółem: 17,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,19 , Białko: 27,62 , Błonnik: 8,88 , Sól: ,55

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 gra+pasta z twar. i konc.pom.+pomidor+rukola

Wartość energetyczna: 609,36 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,39 , Cukry: 4,54 , Tłuszcz ogółem: 17,96 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,1 , Białko: 37,77 , Błonnik: 9,37 , Sól: 1,65

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 426,80	kcal
Węglowodny przyswajalne	333,94	g
Cukry (glukoza)	11,03	g
Cukry (fruktoza)	25,75	g
Cukry (sacharoza)	21,93	g
Tłuszcze (nasycone)	29,02	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,41	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,94	g
Białko	102,22	g
Błonnik	37,78	g
Sól	4,76	g

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: 503,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 51,68 , Cukry: 1,85 , Tłuszcz ogółem: 20,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,86 , Białko: 21,3 , Błonnik: 8,45 , Sól: 1,85

DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 270,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 45,07 , Cukry: 15,78 , Tłuszcz ogółem: 5,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,01 , Białko: 6,27 , Błonnik: 7,24 , Sól: ,67

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Naleśniki z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 827,26 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 132,3 , Cukry: 16,55 , Tłuszcz ogółem: 17,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,19 , Białko: 27,62 , Błonnik: 8,88 , Sól: ,55

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 gra+pastą z twar. i konc.pom.+pomidor+rukola

Wartość energetyczna: 563,18 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,93 , Cukry: 4,48 , Tłuszcz ogółem: 17,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,03 , Białko: 36,11 , Błonnik: 8,09 , Sól: 1,43

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

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 445,54	kcal
Węglowodny przyswajalne	334,65	g
Cukry (glukoza)	11,98	g
Cukry (fruktoza)	26,85	g
Cukry (sacharoza)	21,01	g
Tłuszcze (nasycone)	31,11	g

Tłuszcze (jednonasycone)	23,86	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,43	g
Białko	97,76	g
Błonnik	41,50	g
Sól	5,31	g

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 472,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 51,74 , Cukry: ,73 , Tłuszcz ogółem: 15,03 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,88 , Białko: 24,61 , Błonnik: 8,25 , Sól: 6,03

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 krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Naleśniki z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 658,47 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 116,98 , Cukry: 16,47 , Tłuszcz ogółem: 6,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,22 , Białko: 24,92 , Błonnik: 8,42 , Sól: ,52

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+ pasta z twar. i konc.pom.+ pomidor+ rukola

Wartość energetyczna: 442,37 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,43 , Cukry: 4,18 , Tłuszcz ogółem: 6,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,49 , Białko: 31,8 , Błonnik: 9,37 , Sól: 1,5

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 744,37	kcal
Węglowodny przyswajalne	262,10	g
Cukry (glukoza)	10,87	g
Cukry (fruktoza)	24,26	g
Cukry (sacharoza)	20,39	g
Tłuszcze (nasycone)	12,70	g
Tłuszcze (jednonasycone)	10,48	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,97	g
Białko	82,93	g
Błonnik	33,44	g
Sól	8,22	g

Dieta: 9 Bogatobiałkowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 863,49 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,88 , Cukry: 3,53 , Tłuszcz ogółem: 33,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,65 , Białko: 38,44 , Błonnik: 4,62 , Sól: 6,19

DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 165,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,45 , Cukry: 16,05 , Tłuszcz ogółem: 3,03 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,85 , Białko: 7,05 , Błonnik: 3 , Sól: ,24

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Naleśniki z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 737,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 132,3 , Cukry: 16,55 , Tłuszcz ogółem: 7,55 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,52 , Białko: 27,62 , Błonnik: 8,88 , Sól: ,55

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+pasta z twar. i konc.pom. +pomidor+rukola

Wartość energetyczna: 626,14 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71,42 , Cukry: 6,08 , Tłuszcz ogółem: 20,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,81 , Białko: 35,82 , Błonnik: 3,49 , Sól: 1,35

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 487,90	kcal
Węglowodny przyswajalne	339,85	g
Cukry (glukoza)	10,87	g
Cukry (fruktoza)	24,26	g
Cukry (sacharoza)	26,67	g
Tłuszcze (nasycone)	33,89	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,41	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,47	g
Białko	109,93	g
Błonnik	24,39	g
Sól	8,48	g

.....
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
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Wek+ pasta z jaj i ryby+ rukola	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szcypiorek	10,0	g
	Rukola	20,0	g
	Śledź, solony *(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
Zupa krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Naleśniki z jabłkami	Jabłko	100,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	120,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	150,0	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	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Wek+pasta z twar. i konc.pom.+pomidor+ruk	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 7, 9, 10)	6,0	g
	Rukola	20,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	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+ sałatka z tuńczyka+ rukola	Fasolka flageolet, konserwowa	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	5,0	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)	15,0	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
Gruszka	Gruszka	150,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Naleśniki 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
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	150,0	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	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g



	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g
Chleb mie+pastą z twar. i konc.pom.+pomido	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 7, 9, 10)	6,0 g
	Rukola	20,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0 g
Inne składniki		

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb bezglutenowy+ pasta z jaj i ryby+rukol	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szcypiorek	10,0	g
	Rukola	20,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6, 7)	100,0	g
	Śledź w oleju *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko+ rodzynki	Jabłko	200,0	g
	Rodzynki, suszone *(12)	50,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z białych warz z kaszą kukur.(bez	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Skrobia kukurydziana	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Ryż z jabłkami	Jabłko	150,0
Olej rzepakowy		4,0	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
Banan	Banan	200,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
chleb bezglut+ser twar. z konc pomid.+rukola	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 7, 9, 10)	10,0	g
	Rukola	20,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6, 7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ser twarogowy półtłusty *(7)	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/NP Niskopurynowa

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
graham+ miód +pomidor+ rukola	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Miód pszczele	50,0	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 krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Naleśniki z jabłkami	Jabłko	100,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	120,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	150,0	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	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Graham+pastą z twar. i konc.pom.+pomidor+	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 7, 9, 10)	6,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/WE Wegetariańska**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Wek+ ogórek kons+ pomidor+ rukola	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Naleśniki z jabłkami	Jabłko	100,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	120,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	150,0	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	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Wek+pasta z twar. i konc.pom.+pomidor+ruk	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 7, 9, 10)	6,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	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
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Wek+ masło+jajko	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	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 krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Naleśniki z jabłkami	Jabłko	100,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	120,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	150,0	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	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Wek+pasta z twar. i konc.pom.+masło	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

Dieta: 2 Łatwostrawna**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Wek+ pasta z jaj i ryby+ rukola	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Rukola	20,0	g
	Śledź, solony *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	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
Zupa krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Naleśniki z jabłkami	Jabłko	100,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	120,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	150,0	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	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Wek+pasta z twar. i konc.pom.+pomidor+ruk	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 7, 9, 10)	6,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	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
Chleb graham+ sałatka z tuńczyka+ rukola	Fasolka flageolet, konserwowa	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	5,0	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)	15,0	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 kaszą kukurydzianą	Mąka kukurydziana	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g



	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Naleśniki 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
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	150,0 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	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Chleb gra+pastą z twar. i konc.pom.+pomido	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 7, 9, 10)	6,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	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)	5,0	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)	15,0	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
Gruszka	Gruszka	150,0	g

**Jadłospis na dzień: 10-05-2024
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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
Zupa krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Naleśniki 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
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	150,0	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	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Chleb gra+posta z twar. i konc.pom.+pomidor	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 7, 9, 10)	6,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	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

**Jadłospis na dzień: 10-05-2024
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**
ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów
338752446
338752446
NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Graham+ pasta z jaj i ryby+ rukola	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g
	Szczypiorek	10,0 g
	Rukola	20,0 g
	Śledź, solony *(4)	30,0 g
	Masło ekstra *(7)	5,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 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 krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Naleśniki z jabłkami	Jabłko	100,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	100,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	130,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Graham+ pasta z twar. i konc.pom.+ pomidor	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 7, 9, 10)	6,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	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
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g



Wek+ pasta z jaj i ryby+ rukola	Mąka kukurydziana	30,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0 g
	Szczypiorek	10,0 g
	Rukola	20,0 g
	Śledź, solony *(4)	30,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
Inne składniki		

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Naleśniki z jabłkami	Jabłko	100,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	120,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	150,0	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	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Wek+pasta z twar. i konc.pom.+pomidor+ruk	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 7, 9, 10)	6,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
Inne składniki			

* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

1	Gluten
---	--------

Jadłospis na dzień: 10-05-2024
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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

Jadłospis na dzień: 10-05-2024
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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

Jadłospis na dzień: 10-05-2024
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

.....
sporządził
/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził