

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

Herbata bez cukru, Wek z kielbasą drobiowa i pomidorem+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 631,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,51 , Cukry: 5,77 , Tłuszcz ogółem: 12,57 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,52 , Białko: 25,35 , Błonnik: 5,39 , Sól: 1,31

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca), Potrawka wieprzowa - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 749,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,58 , Cukry: 15,17 , Tłuszcz ogółem: 13,9 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,82 , Białko: 41,7 , Błonnik: 16,91 , Sól: ,73

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 656,27 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,59 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 7,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,31 , Białko: 21,67 , Błonnik: 3,32 , Sól: 1,84

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 278,78	kcal
Węglowodny przyswajalne	315,17	g
Cukry (glukoza)	15,93	g
Cukry (fruktoza)	19,80	g
Cukry (sacharoza)	38,87	g
Tłuszcze (nasycone)	13,89	g
Tłuszcze (jednonasycone)	13,80	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,20	g
Białko	91,23	g
Błonnik	32,57	g
Sól	4,04	g

Dieta: 1 Podstawowa**ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb mieszany z kielbasą żywiecką i pomidorem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 660,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 75,68 , Cukry: 4,44 , Tłuszcz ogółem: 26,02 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,93 , Białko: 23,1 , Błonnik: 9,14 , Sól: 2,65

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Gulasz wieprzowy - w tym alergeny (Gluten), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 750,47 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,75 , Cukry: 10,69 , Tłuszcz ogółem: 16,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,99 , Białko: 39,95 , Błonnik: 12,57 , Sól: ,58

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb mieszany+serek śmietankowy+papryka+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 837,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,57 , Cukry: 4,3 , Tłuszcz ogółem: 17,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,86 , Białko: 24 , Błonnik: 8,94 , Sól: 2,35

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 490,61	kcal
Węglowodany przyswajalne	315,50	g
Cukry (glukoza)	14,75	g
Cukry (fruktoza)	18,40	g
Cukry (sacharoza)	34,68	g
Tłuszcze (nasycone)	30,01	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,67	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,09	g
Białko	89,55	g
Błonnik	37,60	g
Sól	5,74	g

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, chleb bezgl.+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 448,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 39,32 , Cukry: 4,26 , Tłuszcz ogółem: 19,64 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,35 , Białko: 23,54 , Błonnik: 3,77 , Sól: 1,41

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą (bezgluten) - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Potrawka wieprzowa (bezglutenowa) - w tym alergeny (Seler), Ryż gotowany, Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 847,57 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 131,72 , Cukry: 14,14 , Tłuszcz ogółem: 15 w tym nasycone kwasy

tluszczowe 4,55 , Bialko: 36,79 , Bionnik: 12,74 , Sol: ,71

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

Herbata z cukrem, Chleb bezglutenowy+ masło+ serek śmietankowy+ pomi - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 432,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,52 , Cukry: 12,5 , Tłuszcz ogółem: 11,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,27 , Białko: 7,87 , Błonnik: 0 , Sól: ,68

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 017,88	kcal
Węglowodny przyswajalne	253,95	g
Cukry (glukoza)	16,46	g
Cukry (fruktoza)	19,74	g
Cukry (sacharoza)	52,70	g
Tłuszcze (nasycone)	25,48	g
Tłuszcze (jednonasycone)	17,18	g
Tłuszcze (wielonasycone)	4,61	g
Białko	71,20	g
Błonnik	24,31	g
Sól	2,95	g

Dieta: 11/ML Bezmleczna

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 448,47 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,41 , Cukry: 4,9 , Tłuszcz ogółem: 13,67 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,74 , Białko: 20 , Błonnik: 3,32 , Sól: 2,19

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Muszarda/gorczyca), Potrawka wieprzowa - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 741,12 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,29 , Cukry: 15,12 , Tłuszcz ogółem: 13,03 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,25 , Białko: 41,02 , Błonnik: 16,98 , Sól: ,7

PODWIECZOREK

Sok owocowy, Orzechy 40 g

Wartość energetyczna: 362,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,4 , Cukry: 20,48 , Tłuszcz ogółem: 23,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,68 , Białko: 7,4 , Błonnik: 7 , Sól: ,15

Kolacja

Wek+dżem+pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 444,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 89,1 , Cukry: 35,9 , Tłuszcz ogółem: 4,57 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,17 , Białko: 9,82 , Błonnik: 3,72 , Sól: 1,1

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 142,02	kcal
Węglowodny przyswajalne	306,90	g
Cukry (glukoza)	21,68	g
Cukry (fruktoza)	25,55	g
Cukry (sacharoza)	57,97	g
Tłuszcze (nasycone)	12,03	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,28	g
Tłuszcze (wielonasycone)	23,37	g
Białko	79,73	g
Błonnik	33,57	g
Sól	4,15	g

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), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 680,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,15 , Cukry: 2,01 , Tłuszcz ogółem: 33,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,09 , Białko: 28,35 , Błonnik: 3,15 , Sól: 2,17

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan- mus

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Potrawka wieprzowa - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 701,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,4 , Cukry: 12,56 , Tłuszcz ogółem: 11,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,61 , Białko: 39,91 , Błonnik: 14,12 , Sól: ,64

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+serek śmietankowy+ masło - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 892,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 78,88 , Cukry: 2,37 , Tłuszcz ogółem: 25,35 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,96 , Białko: 30,93 , Błonnik: 3,15 , Sól: 1,76

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 515,87	kcal
Węglowodny przyswajalne	296,92	g
Cukry (glukoza)	12,16	g
Cukry (fruktoza)	15,67	g
Cukry (sacharoza)	37,52	g
Tłuszcze (nasycone)	37,90	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,08	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,36	g
Białko	101,69	g
Błonnik	27,37	g
Sól	4,72	g

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek z kielbasą żywiecką i pomidorem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 843,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,93 , Cukry: 5,77 , Tłuszcz ogółem: 35,96 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,76 , Białko: 33,9 , Błonnik: 5,39 , Sól: 2,54

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca), Potrawka wieprzowa - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 749,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,58 , Cukry: 15,17 , Tłuszcz ogółem: 13,9 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,82 , Białko: 41,7 , Błonnik: 16,91 , Sól: ,73

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 768,46 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,69 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 19,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,52 , Białko: 21,78 , Błonnik: 3,32 , Sól: 1,84

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 602,50	kcal
Węglowodny przyswajalne	316,71	g
Cukry (glukoza)	15,93	g
Cukry (fruktoza)	19,80	g
Cukry (sacharoza)	38,87	g
Tłuszcze (nasycone)	35,34	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,33	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,35	g
Białko	99,88	g
Błonnik	32,57	g
Sól	5,27	g

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb graham z kielbasą żywiecką i pomidorem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 824,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,97 , Cukry: 4,23 , Tłuszcz ogółem: 33,52 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,8 , Białko: 36,26 , Błonnik: 11,27 , Sól: 2,8

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 jarzynowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Gulasz wieprzowy - w tym alergeny (Gluten), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 750,47 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,75 , Cukry: 10,69 , Tłuszcz ogółem: 16,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,99 , Białko: 39,95 , Błonnik: 12,57 , Sól: ,58

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 graham+serek śmietankowy+papryka+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 748,64 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,05 , Cukry: 3,22 , Tłuszcz ogółem: 17,44 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,8 , Białko: 23,49 , Błonnik: 9 , Sól: 2,12

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 494,25	kcal
Węglowodny przyswajalne	288,72	g
Cukry (glukoza)	11,15	g
Cukry (fruktoza)	20,95	g
Cukry (sacharoza)	20,19	g
Tłuszcze (nasycone)	33,71	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,35	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,96	g
Białko	101,30	g
Błonnik	40,24	g
Sól	5,66	g

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

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb graham z kielbasą żywiecką i pomidorem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 505,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 46,23 , Cukry: 3,3 , Tłuszcz ogółem: 25,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,76 , Białko: 20,49 , Błonnik: 7,92 , Sól: 2,26

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 jarzynowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Gulasz wieprzowy - w tym alergeny (Gluten), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 750,47 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,75 , Cukry: 10,69 , Tłuszcz ogółem: 16,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,99 , Białko: 39,95 , Błonnik: 12,57 , Sól: ,58

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 graham+serek śmietankowy+papryka+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 702,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,59 , Cukry: 3,16 , Tłuszcz ogółem: 17,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,74 , Białko: 21,83 , Błonnik: 7,72 , Sól: 1,9

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	2 497,52	kcal
Węglowodany przyswajalne	292,01	g
Cukry (glukoza)	12,10	g
Cukry (fruktoza)	22,05	g
Cukry (sacharoza)	19,66	g
Tłuszcze (nasycone)	35,52	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,22	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,93	g
Białko	94,70	g
Błonnik	44,14	g
Sól	6,24	g

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham z kielbasą drobiową i pomidorem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 452,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 53,2 , Cukry: 3,36 , Tłuszcz ogółem: 8,83 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,85 , Białko: 25,77 , Błonnik: 9,2 , Sól: 2,08

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 jarzynowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca), Potrawka wieprzowa - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 707,96 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 100,86 , Cukry: 15,14 , Tłuszcz ogółem: 11,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,86 , Białko: 37,09 , Błonnik: 16,91 , Sól: ,69

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+serek śmietankowy+pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 547,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,66 , Cukry: 3,36 , Tłuszcz ogółem: 2,3 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,45 , Białko: 17,72 , Błonnik: 9,2 , Sól: 1,99

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 878,76	kcal
Węglowodny przyswajalne	246,67	g
Cukry (glukoza)	12,33	g
Cukry (fruktoza)	22,35	g
Cukry (sacharoza)	21,33	g
Tłuszcze (nasycone)	9,29	g
Tłuszcze (jednonasycone)	7,80	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,33	g
Białko	82,19	g
Błonnik	42,71	g
Sól	4,92	g

Dieta: 9 Bogatobiałkowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek z kiełbasą żywiecką i pomidorem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 843,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,93 , Cukry: 5,77 , Tłuszcz ogółem: 35,96 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,76 , Białko: 33,9 , Błonnik: 5,39 , Sól: 2,54

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca), Potrawka wieprzowa - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 749,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,58 , Cukry: 15,17 , Tłuszcz ogółem: 13,9 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,82 , Białko: 41,7 , Błonnik: 16,91 , Sól: ,73

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 768,46 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,69 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 19,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,52 , Białko: 21,78 , Błonnik: 3,32 , Sól: 1,84

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 602,50	kcal
Węglowodny przyswajalne	316,71	g
Cukry (glukoza)	15,93	g
Cukry (fruktoza)	19,80	g
Cukry (sacharoza)	38,87	g
Tłuszcze (nasycone)	35,34	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,33	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,35	g
Białko	99,88	g
Błonnik	32,57	g
Sól	5,27	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
Wek z kielbasą drobiowa i pomidorem+ rukol	Rukola	20,0	g
	Kiełbasa Drobiowa Gruba *(1, 6)	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Owsianka	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa 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)	3,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Kapusta pekińska	80,0	g
	Koper ogrodowy	2,0	g
	Ogórek	30,0	g
	Rzodkiewka	40,0	g
Potrawka wieprzowa	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
	Wieprzowina, łopatka	100,0	g
	Fasolka szparagowa, mrożona	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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



Sok owocowy	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0 g
Inne składniki		

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+serek śmietankowy+pomidor+ rukola	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Rukola	20,0	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 z kiełbasą żywiecką i pomid	Kiełbasa żywiecka *(6)	50,0	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
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa 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)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Gulasz wieprzowy	Wieprzowina, łopatka	100,0
Mieszanka Ziół		2,0	g
Olej rzepakowy		3,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		5,0	g
Cebula		10,0	g



Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0 g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	2,0 g
	Kapusta pekińska	80,0 g
	Koper ogrodowy	2,0 g
	Ogórek	30,0 g
	Rzodkiewka	40,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Chleb mieszany+serek śmietankowy+papryk	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	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
	Papryka czerwona	50,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/GL Bezglutenowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
chleb bezgl.+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ r	Rukola	20,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6, 7)	100,0	g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6, 7, 9, 10)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Pomidor	100,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą (bezgl)	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
Potrąwka wieprzowa (bezglutenowa)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0 g
	Skrobia ziemniaczana	30,0 g
	Wieprzowina, łopatka	100,0 g
	Fasolka szparagowa, mrożona	50,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Ryż gotowany	Ryż biały	80,0 g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Kapusta pekińska	50,0 g
	Koper ogrodowy	2,0 g
	Ogórek	20,0 g
	Rzodkiewka	30,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrąwka	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Chleb bezglutenowy+ masło+ serek śmietan	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Rukola	20,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6, 7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/ML Bezmleczna

ŚNIADANIE

Potrąwka	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek z kielbasą żywiecką i pomidorem	Kielbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			



DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa 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)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Kapusta pekińska	80,0	g
	Koper ogrodowy	2,0	g
	Ogórek	30,0	g
	Rzodkiewka	40,0	g
Potrawka wieprzowa	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
	Wieprzowina, łopatka	100,0	g
	Fasolka szparagowa, mrożona	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
Orzechy 40 g	Orzechy włoskie	40,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+dżem+pomidor+ rukola	Rukola	20,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Herbata z cukrem	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Inne składniki			

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek z kielbasą żywiecką+ masło	Kielbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
Owsianka	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa 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)	3,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0
Potrawka wieprzowa	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
	Wieprzowina, łopatka	100,0	g
	Fasolka szparagowa, mrożona	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+serek śmietankowy+masło	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
Owsianka	Płatki owsiane *(1)	30,0	g



	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 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 i pomidorem	Kielbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Owsianka	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa 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)	3,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Kapusta pekińska	80,0	g
	Koper ogrodowy	2,0	g
	Ogórek	30,0	g
	Rzodkiewka	40,0	g
Potrawka wieprzowa	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
	Wieprzowina, łopatka	100,0	g
	Fasolka szparagowa, mrożona	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	2,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+serek śmietankowy+pomidor+ rukola	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
Pomidor	100,0	g	
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham z kiełbasą żywiecką i pomidor	Kiełbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Owsianka	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	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 jarzynowa 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)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Gulasz wieprzowy	Wieprzowina, łopatka	100,0



	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	3,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Cebula	10,0 g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0 g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	2,0 g
	Kapusta pekińska	80,0 g
	Koper ogrodowy	2,0 g
	Ogórek	30,0 g
	Rzodkiewka	40,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Chleb graham+serek śmietankowy+papryka+	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Papryka czerwona	50,0	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 z kielbasą żywiecką i pomidor	Kielbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa 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)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Gulasz wieprzowy	Wieprzowina, łopatka	100,0
Mieszanka Ziół		2,0	g
Olej rzepakowy		3,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		5,0	g
Cebula		10,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Kapusta pekińska	80,0	g
	Koper ogrodowy	2,0	g
	Ogórek	30,0	g
	Rzodkiewka	40,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Chleb graham+serek śmietankowy+papryka+	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Papryka czerwona	50,0	g
Inne składniki			

DRUGA KOLACJA

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
graham 60 g+ masło+ pomidor 50 g	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g



	Pomidor	50,0 g
Inne składniki		

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham z kiełbasą drobiową i pomidorem	Rukola	20,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6, 7, 9, 10)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	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 jarzynowa 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)	3,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	15,0	g
	Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Kapusta pekińska	80,0	g
	Koper ogrodowy	2,0	g
	Ogórek	30,0	g
	Rzodkiewka	40,0	g
Potrawka wieprzowa	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Fasolka szparagowa, mrożona	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK



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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
graham+serek śmietankowy+pomidor+ rukol	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Rukola	20,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

Dieta: 9 Bogatobiałkowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek z kielbasą żywiecką i pomidorem	Kielbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Owsianka	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa 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)	3,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g



	Kapusta pekińska	80,0 g
	Koper ogrodowy	2,0 g
	Ogórek	30,0 g
	Rzodkiewka	40,0 g
Potrąwka wieprzowa	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0 g
	Wieprzowina, łopatka	100,0 g
	Fasolka szparagowa, mrożona	50,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	2,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrąwka	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+serek śmietankowy+pomidor+ rukola	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

* 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

Jadłospis na dzień: 02-06-2024 szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

P20	Białko jaja kurzego
P21	Borówka
P22	Bób
P23	Brzoskwinia
P24	Cebula
P25	Cynamon
P26	Cytrynian
P27	Czekolada
P28	Czosnek
P29	Dodatek do żywności
P30	Dorsz
P31	Drób
P32	Figi
P33	Gałka muszkatołowa
P34	Glutaminian
P35	Goździk
P36	Grzyb
P37	Homar
P38	Imbir
P39	Jabłko
P40	Kalmar
P41	Kokos
P42	Koncentrat białek jaja kurzego
P43	Krab
P44	Krewetki
P45	Kukurydza
P46	Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego
P47	Laktoza
P48	Maliny
P49	Małże
P50	Marchew
P51	Mąтва
P52	Melon
P53	Mięso
P54	Mięso czerwone
P55	Migdał
P56	Nabiał
P57	Nasiona
P58	Olej rybi
P59	Olejek migdałowy
P60	Orzech
P61	Orzech laskowy
P62	Orzech nerkowca
P63	Orzech włoski - orzech
P64	Orzeszki piniowe
P65	Ostryga



P66	Ośmiornica
P67	Owies
P68	Owoc
P69	Owoc cytrusowy
P70	Owoc kiwi
P71	Owoc mango
P72	Papryka
P73	Pistacja
P74	Pomarańcza - owoc
P75	Pomidor
P76	Pszenica
P77	Ryż
P78	Ser
P79	Skorupiak morski
P80	Sok jabłkowy
P81	Truskawka
P82	Tuńczyk
P83	Warzywa strączkowe
P84	Wieprzowina
P85	Wiśnia
P86	Zboża
P87	Ziarna soi
P88	Ziemniak
P89	Zioła i przyprawy
P90	Żyto
P91	Żywność na bazie mleka ssaków

.....
sporządził
/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził