

**Dieta: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

Chleb mieszany+ salceson+ musztarda+ ogórek+ roszp - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 513,27 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 77,52 , Cukry: 4,19 , Tłuszcz ogółem: 14,65 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,72 , Białko: 12,49 , Błonnik: 8,57 , Sól: 1,82

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kielbasa biała w sosie chrzanowym - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego), ziemniaki gotowane, Sałata z kapusty czerwonej

Wartość energetyczna: 765,61 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 104,25 , Cukry: 14,92 , Tłuszcz ogółem: 10,78 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,25 , Białko: 26,8 , Błonnik: 14,51 , Sól: 2,35

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

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb mieszany+ masło+ roszponka+ jajo+kr.chrz+pomi - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 693,95 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,67 , Cukry: 4,8 , Tłuszcz ogółem: 22,61 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,79 , Białko: 25,56 , Błonnik: 9,1 , Sól: 2,03

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 114,28	kcal
Węglowodny przyswajalne	290,26	g
Cukry (glukoza)	9,10	g
Cukry (fruktoza)	9,63	g
Cukry (sacharoza)	20,48	g
Tłuszcze (nasycone)	32,44	g
Tłuszcze (jednonasycone)	13,32	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,09	g
Białko	72,18	g
Błonnik	35,03	g
Sól	6,39	g

Dieta: 2 Łatwostrawna**ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler,

Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 749,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,99 , Cukry: 5,77 , Tłuszcz ogółem: 25,26 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,73 , Białko: 33,22 , Błonnik: 5,35 , Sól: 2,42

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kiełbasa biała w sosie koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego), ziemniaki gotowane, Buraczki z jabłkiem

Wartość energetyczna: 771,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 104,21 , Cukry: 15,17 , Tłuszcz ogółem: 12,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,33 , Białko: 25,65 , Błonnik: 11,71 , Sól: 2,34

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

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

Wartość energetyczna: 605,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,77 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 24,51 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,32 , Białko: 23,07 , Błonnik: 3,28 , Sól: 1,45

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 284,53	kcal
Węglowodny przyswajalne	287,22	g
Cukry (glukoza)	6,82	g
Cukry (fruktoza)	9,01	g
Cukry (sacharoza)	25,67	g
Tłuszcze (nasycone)	38,19	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,20	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,80	g
Białko	89,29	g
Błonnik	23,19	g
Sól	6,46	g

.....
sporządził

/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził



Dieta: 1 Podstawowa

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb mieszany+ salceson+ musztarda+ ogórek	Musztarda *(10)	10,0	g
	Roszonka	20,0	g
	Salceson Śląski	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Ogórek	100,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa 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
Kiełbasa biała w sosie chrzanowym	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kiełbasa Biała *(6)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chrzan	10,0	g
	Koper ogrodowy	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Sałata z kapusty czerwonej	Marchew	50,0	g
	Kapusta czerwona	100,0	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
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g



Chleb mieszany+ masło+roszponka+ jajo+kr.	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g
	Roszponka	20,0 g
	Krem Chrzanowy *(6, 7, 9, 10)	5,0 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		

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Owsianka	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ roszone	Roszponka	20,0	g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6, 7, 9, 10)	50,0	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
Mandarynki	Mandarynki	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
Kielbasa biała w sosie koperkowym	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kielbasa Biała *(6)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Koper ogrodowy	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Buraczki z jabłkiem	Burak	100,0	g
	Jabłko	10,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	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
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ masło+roszponka+ jajo+pomidor	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Roszponka	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
P20	Białko jaja kurzego
P21	Borówka
P22	Bób
P23	Brzoskwinia
P24	Cebula
P25	Cynamon
P26	Cytrynian
P27	Czekolada
P28	Czosnek
P29	Dodatek do żywności
P30	Dorsz



P31	Drób
P32	Figi
P33	Gałka muszkatołowa
P34	Glutaminian
P35	Goździk
P36	Grzyb
P37	Homar
P38	Imbir
P39	Jabłko
P40	Kalmar
P41	Kokos
P42	Koncentrat białek jaja kurzego
P43	Krab
P44	Krewetki
P45	Kukurydza
P46	Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego
P47	Laktoza
P48	Maliny
P49	Małże
P50	Marchew
P51	Mątwą
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

Jadłospis na dzień: 25-05-2024
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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