

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

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

Wartość energetyczna: 751,71 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,56 , Cukry: 6,33 , Tłuszcz ogółem: 21,02 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,21 , Białko: 37,95 , Błonnik: 5,78 , 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, Botwinka z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 812,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 127,96 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 6,7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,12 , Białko: 53,39 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,63

PODWIECZOREK

Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 91,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11,85 , Cukry: 3,6 , Tłuszcz ogółem: 2,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,32 , Białko: 5,55 , Błonnik: ,45 , Sól: ,18

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 529,39 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,62 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 10,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,13 , Białko: 33,87 , Błonnik: 3,28 , Sól: 2,1

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 253,04	kcal
Węglowodny przyswajalne	313,93	g
Cukry (glukoza)	6,56	g
Cukry (fruktoza)	8,42	g
Cukry (sacharoza)	23,53	g
Tłuszcze (nasycone)	16,81	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,96	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,16	g
Białko	131,66	g
Błonnik	21,30	g
Sól	4,74	g

Dieta: 1 Podstawowa**ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+śledź w sosie pom.+sałata+ ogórek k - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 568,97 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 78,5 , Cukry: 5,59 , Tłuszcz ogółem: 16,3 w tym nasycone kwasy

tłuszczowe 7,43 , Białko: 20,88 , Błonnik: 8,07 , Sól: 3,05

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, Botwinka z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 835,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 127,98 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 9,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,76 , Białko: 53,41 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,63

PODWIECZOREK

Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 91,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11,85 , Cukry: 3,6 , Tłuszcz ogółem: 2,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,32 , Białko: 5,55 , Błonnik: ,45 , Sól: ,18

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb mieszany+kielbasa zielonogorska+rzodkiewka - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 677,56 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 81,68 , Cukry: 2,9 , Tłuszcz ogółem: 24,02 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,25 , Białko: 31,44 , Błonnik: 9,15 , Sól: 2,58

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 240,87	kcal
Węglowodny przyswajalne	313,96	g
Cukry (glukoza)	4,64	g
Cukry (fruktoza)	5,64	g
Cukry (sacharoza)	25,12	g
Tłuszcze (nasycone)	30,79	g
Tłuszcze (jednonasycone)	14,65	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,23	g
Białko	112,19	g
Błonnik	29,46	g
Sól	6,44	g

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 689,71 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,07 , Cukry: 16,73 , Tłuszcz ogółem: 35,43 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,95 , Białko: 31,44 , Błonnik: 3,7 , Sól: 1,31

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Botwinka z ziemniakami (bezglutenowa) - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 772,55 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 147,01 , Cukry: 34,01 , Tłuszcz ogółem: 9,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,07 , Białko: 16,37 , Błonnik: 11,54 , Sól: ,39

PODWIECZOREK

Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Banan

Wartość energetyczna: 285,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 55,45 , Cukry: 42 , Tłuszcz ogółem: 2,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,56 , Białko: 7,55 , Błonnik: 3,85 , Sól: ,18

Kolacja

Herbata bez cukru, chleb bezgl.+ kiełbasa zielonog+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 177,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 4,2 , Cukry: 3 , Tłuszcz ogółem: 17,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,27 , Białko: 7,54 , Błonnik: 1,48 , Sól: 1,05

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 015,18	kcal
Węglowodny przyswajalne	277,33	g
Cukry (glukoza)	19,12	g
Cukry (fruktoza)	24,51	g
Cukry (sacharoza)	70,49	g
Tłuszcze (nasycone)	37,89	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,03	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,65	g
Białko	64,10	g
Błonnik	24,37	g
Sól	2,94	g

Dieta: 11/ML Bezmleczna

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ pasta z jaj i ryby+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Ryba, Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 494,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,71 , Cukry: 5,07 , Tłuszcz ogółem: 14,7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,52 , Białko: 25,98 , Błonnik: 3,53 , Sól: 1,48

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Botwinka z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 682,69 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 144,09 , Cukry: 33,89 , Tłuszcz ogółem: 1,17 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,29 , Białko: 16,35 , Błonnik: 11,53 , Sól: ,35

PODWIECZOREK

Galaretką owocowa, Mandarynki

Wartość energetyczna: 267,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,95 , Cukry: 56,8 , Tłuszcz ogółem: ,46 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 5,9 , Błonnik: 4,6 , Sól: ,01

Kolacja

Wek+kiełbasa zielonogorska+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 473,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,07 , Cukry: 17,4 , Tłuszcz ogółem: 13,37 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,06 , Białko: 22,41 , Błonnik: 3,28 , Sól: 1,94

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 008,18	kcal
Węglowodny przyswajalne	348,42	g

Cukry (glukoza)	15,20 g
Cukry (fruktoza)	21,56 g
Cukry (sacharoza)	94,79 g
Tłuszcze (nasycone)	13,97 g
Tłuszcze (jednonasycone)	10,33 g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,59 g
Białko	71,84 g
Błonnik	26,73 g
Sól	3,79 g

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 592,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,16 , Cukry: 2,4 , Tłuszcz ogółem: 21,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,62 , Białko: 24,59 , 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, Botwinka z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 835,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 127,98 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 9,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,76 , Białko: 53,41 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,63

PODWIECZOREK

Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 91,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11,85 , Cukry: 3,6 , Tłuszcz ogółem: 2,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,32 , Białko: 5,55 , Błonnik: ,45 , Sól: ,18

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+kielbasa zielonogorska+ masło - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 696,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 77,81 , Cukry: 2,76 , Tłuszcz ogółem: 30,74 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 21,17 , Białko: 34 , Błonnik: 3,33 , Sól: 2,02

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 291,04	kcal
Węglowodny przyswajalne	301,95	g
Cukry (glukoza)	4,38	g
Cukry (fruktoza)	11,14	g
Cukry (sacharoza)	17,31	g
Tłuszcze (nasycone)	38,93	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,64	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,18	g
Białko	118,15	g
Błonnik	19,05	g
Sól	4,07	g

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 826,49 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,63 , Cukry: 6,33 , Tłuszcz ogółem: 28,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,68 , Białko: 38,02 , Błonnik: 5,78 , 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, Botwinka z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 835,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 127,98 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 9,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,76 , Białko: 53,41 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,63

PODWIECZOREK

Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 91,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11,85 , Cukry: 3,6 , Tłuszcz ogółem: 2,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,32 , Białko: 5,55 , Błonnik: ,45 , Sól: ,18

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 604,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,52 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 26,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,12 , Białko: 28,42 , Błonnik: 3,28 , Sól: 2,08

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 424,91	kcal
Węglowodny przyswajalne	314,93	g
Cukry (glukoza)	6,56	g
Cukry (fruktoza)	8,42	g
Cukry (sacharoza)	23,53	g
Tłuszcze (nasycone)	37,91	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,30	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,90	g
Białko	126,30	g
Błonnik	21,30	g
Sól	4,72	g

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb graham+śledź w sosie pom.+sałata+ ogórek k - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 737,27 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 92,84 , Cukry: 5,77 , Tłuszcz ogółem: 22,46 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,06 , Białko: 32,34 , Błonnik: 10,38 , Sól: 3,16

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Botwinka z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 835,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 127,98 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 9,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,76 , Białko: 53,41 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,63

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 graham+kiełbasa zielonogorska+rzodkiewka - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 572,48 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 60,66 , Cukry: 1,82 , Tłuszcz ogółem: 23,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,18 , Białko: 30,7 , Błonnik: 9,21 , Sól: 2,36

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 302,60	kcal
Węglowodny przyswajalne	304,72	g
Cukry (glukoza)	4,64	g
Cukry (fruktoza)	5,64	g
Cukry (sacharoza)	22,13	g
Tłuszcze (nasycone)	34,81	g
Tłuszcze (jednonasycone)	17,02	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,48	g
Białko	123,81	g
Błonnik	31,38	g
Sól	6,39	g

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

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb graham+śledź w sosie pom.+sałata+ ogórek k - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 433,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 48,53 , Cukry: 4,45 , Tłuszcz ogółem: 15,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,31 , Białko: 18,71 , Błonnik: 6,85 , Sól: 2,6

DRUGIE ŚNIADANIE

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

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Botwinka z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 835,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 127,98 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 9,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,76 , Białko: 53,41 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,63

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 graham+kiełbasa zielonogorska+rzodkiewka - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 517,97 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,39 , Cukry: 1,76 , Tłuszcz ogółem: 23,41 w tym nasycone kwasy

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	2 312,98	kcal
Węglowodny przyswajalne	305,62	g
Cukry (glukoza)	5,59	g
Cukry (fruktoza)	6,74	g
Cukry (sacharoza)	21,20	g
Tłuszcze (nasycone)	36,89	g
Tłuszcze (jednonasycone)	17,43	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,93	g
Białko	118,58	g
Błonnik	35,10	g
Sól	6,96	g

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham+ pasta z jaj i ryby+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Ryba, Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 514,92 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,71 , Cukry: 3,53 , Tłuszcz ogółem: 16,44 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,55 , Białko: 27,97 , Błonnik: 9,41 , Sól: 1,78

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, Botwinka z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 886,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 128,28 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 15,08 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,52 , Białko: 51,76 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,64

PODWIECZOREK

Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 91,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11,85 , Cukry: 3,6 , Tłuszcz ogółem: 2,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,32 , Białko: 5,55 , Błonnik: ,45 , Sól: ,18

Kolacja

Graham+kielbasa zielonogorska+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 447,94 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 53,65 , Cukry: 3,36 , Tłuszcz ogółem: 15,52 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,61 , Białko: 25,32 , Błonnik: 9,16 , Sól: 2,22

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 008,21	kcal
Węglowodny przyswajalne	262,44	g
Cukry (glukoza)	6,56	g
Cukry (fruktoza)	8,42	g
Cukry (sacharoza)	18,83	g

Tłuszcze (nasycone)	28,04 g
Tłuszcze (jednonasycone)	15,10 g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,20 g
Białko	111,50 g
Błonnik	30,81 g
Sól	4,83 g

Dieta: 9 Bogatobiałkowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 826,49 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,63 , Cukry: 6,33 , Tłuszcz ogółem: 28,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,68 , Białko: 38,02 , Błonnik: 5,78 , 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, Botwinka z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 835,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 127,98 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 9,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,76 , Białko: 53,41 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,63

PODWIECZOREK

Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 91,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11,85 , Cukry: 3,6 , Tłuszcz ogółem: 2,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,32 , Białko: 5,55 , Błonnik: ,45 , Sól: ,18

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 604,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,52 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 26,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,12 , Białko: 28,42 , Błonnik: 3,28 , Sól: 2,08

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 424,91	kcal
Węglowodny przyswajalne	314,93	g
Cukry (glukoza)	6,56	g
Cukry (fruktoza)	8,42	g
Cukry (sacharoza)	23,53	g
Tłuszcze (nasycone)	37,91	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,30	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,90	g
Białko	126,30	g
Błonnik	21,30	g
Sól	4,72	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+ pasta z jaj i ryby+ pomidor+ sałata	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Śledź, świeży *(4)	30,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	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
Mandarynki	Mandarynki	150,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Botwinka z ziemniakami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Pierogi leniwe	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt owocowy	Jogurt truskawkowy, 1,5% 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+kiełbasa zielonogorska+pomidor	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6, 7, 9, 10)	50,0	g



	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Sałata	20,0 g
Inne składniki		

Dieta: 1 Podstawowa

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+śledź w sosie pom.+sałata+	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Śledź w sosie pomidorowym *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Sałata	20,0	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
Botwinka z ziemniakami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Pierogi leniwe	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt owocowy	Jogurt truskawkowy, 1,5% 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+kielbasa zielonogorska+rzo	Kielbasa 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
	Rzodkiewka	50,0 g
	Sałata	20,0 g
Inne składniki		

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb bezglutenowy+pasta z jaj i ryby+pomid	Jaja kurze całe *(3)	90,0 g	
	Szcypiorek	10,0 g	
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6, 7)	100,0 g	
	Śledź w oleju *(4)	40,0 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	
Herbata z cukrem	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0 g	
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g	
Botwinka z ziemniakami (bezglutenowa)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Skrobia ziemniaczana	10,0 g	
	Kości, wywar	300,0 g	
	Ziemniaki, późne	220,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Buraki, got. w wodzie	40,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0 g	
Ryż z jabłkami	Jabłko	150,0 g	
	Masło ekstra *(7)	10,0 g	
	Ryż biały	80,0 g	
	Cukier	10,0 g	
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt owocowy	Jogurt truskawkowy, 1,5% tł. *(7)	150,0 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 bezgl.+ kiełbasa zielonog+ pomidor+ s	Chleb Bezglutenowy *(3, 6, 7)	100,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(1, 6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/ML Bezmleczna

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ pasta z jaj i ryby+ pomidor+ sałata	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Śledź, świeży *(4)	30,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Botwinka z ziemniakami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	15,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryż z jabłkami	Ryż biały	80,0	g
	Jabłko	150,0	g
	Cukier	10,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Galaretką owocowa	Truskawki w galaretkce	250,0	g
Mandarynki	Mandarynki	150,0	g



Inne składniki

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+kiełbasa zielonogorska+pomidor	Kiełbasa Zielonogórska *(1, 6)	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	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+ jajko+masło	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	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- mus	Jabłko	150,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Botwinka z ziemniakami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Pierogi leniwe	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt owocowy	Jogurt truskawkowy, 1,5% 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+kiełbasa zielonogorska+masło	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(1, 6)	50,0	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
Wek+ pasta z jaj i ryby+ pomidor+ sałata	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szcypiorek	10,0	g
	Śledź, świeży *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	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
Mandarynki	Mandarynki	150,0	g

Inne składniki

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Botwinka z ziemniakami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Pierogi leniwe	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g



	Kasza manna *(1)	10,0 g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt owocowy	Jogurt truskawkowy, 1,5% 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+kiełbasa zielonogorska+pomidor	Kiełbasa Zielonogórska *(1, 6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	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+śledź w sosie pom.+sałata+ o	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Śledź w sosie pomidorowym *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Sałata	20,0	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
Mandarynki	Mandarynki	150,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Botwinka z ziemniakami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g



Pierogi leniwe	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	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 graham+kiełbasa zielonogorska+rzodk	Kiełbasa Zielonogórska *(1, 6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Rzodkiewka	50,0	g
	Salata	20,0	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+śledź w sosie pom.+sałata+ o	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Śledź w sosie pomidorowym *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Salata	20,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Mandarynki	Mandarynki	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
Botwinka z ziemniakami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g



	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Buraki, got. w wodzie	40,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0 g
Pierogi leniwe	Jaja kurze całe *(3)	30,0 g
	Ziemniaki, późne	30,0 g
	Masło ekstra *(7)	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0 g
	Kasza manna *(1)	10,0 g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0 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 graham+kielbasa zielonogorska+rzodk	Kielbasa Zielonogórska *(1, 6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Rzodkiewka	50,0	g
	Salata	20,0	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+ pasta z jaj i ryby+ pomidor+ sałata	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Śledź, świeży *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Salata	20,0	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
Botwinka z ziemniakami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Pierogi leniwe	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy półtłusty *(7)	150,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt owocowy	Jogurt truskawkowy, 1,5% tł. *(7)	150,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Graham+kielbasa zielonogorska+pomidor	Kielbasa Zielonogórska *(1, 6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	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+ pasta z jaj i ryby+ pomidor+ sałata	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Śledź, świeży *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Inne składniki		



	Pomidor	100,0 g
	Sałata	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
Mandarynki	Mandarynki	150,0 g	
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g	
Botwinka z ziemniakami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Kości, wywar	300,0 g	
	Ziemniaki, późne	200,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g	
	Buraki, got. w wodzie	40,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0 g	
Pierogi leniwe	Jaja kurze całe *(3)	30,0 g	
	Ziemniaki, późne	30,0 g	
	Masło ekstra *(7)	5,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0 g	
	Kasza manna *(1)	10,0 g	
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0 g	
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt owocowy	Jogurt truskawkowy, 1,5% 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+kiełbasa zielonogorska+pomidor	Kiełbasa Zielonogórska *(1, 6)	50,0 g	
	Masło ekstra *(7)	10,0 g	
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
	Sałata	20,0 g	
Inne składniki			

* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

1	Gluten
2	Skorupiaki

Jadłospis na dzień: 03-06-2024
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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: 03-06-2024
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny
ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów
338752446
338752446
NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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