

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

Herbata bez cukru, Wek+ jajko w jogurcie+ rukola - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 668,75 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,13 , Cukry: 4,73 , Tłuszcz ogółem: 15,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,74 , Białko: 30,01 , Błonnik: 5,08 , Sól: 2

**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, Ryż gotowany, Marchew duszona - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wody, Zupa krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pulpety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba)

Wartość energetyczna: 775,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 125,71 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 7,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,23 , Białko: 38,84 , Błonnik: 16,31 , Sól: 1,27

**PODWIECZOREK**

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

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

**Kolacja**

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka z dżemem+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 600,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,44 , Cukry: 23,66 , Tłuszcz ogółem: 5,9 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,61 , Białko: 19,64 , Błonnik: 4,58 , Sól: 1,66

**Dobowa suma wartości odżywczych**

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 438,68	kcal
Węglowodny przyswajalne	410,19	g
Cukry (glukoza)	20,03	g
Cukry (fruktoza)	20,30	g
Cukry (sacharoza)	51,21	g
Tłuszcze (nasycone)	14,79	g
Tłuszcze (jednonasycone)	13,04	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,70	g
Białko	99,05	g
Błonnik	29,41	g
Sól	5,22	g

**Dieta: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

Jajo w majonezie+chleb miesz+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 614,26 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 78,42 , Cukry: 3,56 , Tłuszcz ogółem: 20,7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,71 , Białko: 20,34 , Błonnik: 9,04 , Sól: 2,21

## 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 grochowa z chlebem - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kotlety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), Ryż gotowany, Marchew duszona - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wody

Wartość energetyczna: 850,77 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 121,38 , Cukry: 15,45 , Tłuszcz ogółem: 15,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,32 , Białko: 42,44 , Błonnik: 17,87 , Sól: 1,1

## PODWIECZOREK

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

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

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka z dżemem+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 749,99 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,57 , Cukry: 23,66 , Tłuszcz ogółem: 21,55 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,55 , Białko: 19,78 , Błonnik: 4,58 , Sól: 1,66

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 502,32	kcal
Węglowodany przyswajalne	363,14	g
Cukry (glukoza)	14,23	g
Cukry (fruktoza)	22,29	g
Cukry (sacharoza)	30,05	g
Tłuszcze (nasycone)	30,63	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,55	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,77	g
Białko	92,02	g
Błonnik	34,68	g
Sól	5,26	g

---

## Dieta: 11/GL Bezglutenowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb bezglutenowy+jajko w majonezie+ rukola - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 636,04 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 42,45 , Cukry: 3,74 , Tłuszcz ogółem: 38,28 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,94 , Białko: 22,08 , Błonnik: 3,69 , Sól: 1,2

### 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 Krem z ziel. groszku z krążkami ryżowymi-bezg - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Pulpety rybne (bezgl) - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Ryba), Ryż gotowany, marchew duszona (bezgl), Brokuły w wody

Wartość energetyczna: 779,64 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 135,47 , Cukry: 16,12 , Tłuszcz ogółem: 5,66 w tym nasycone kwasy

## PODWIECZOREK

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

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

## Kolacja

Herbata bez cukru, Chleb bezglutenowy+ masło+ dżem+ pomidor+sałata - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 210,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 21,81 , Cukry: 0 , Tłuszcz ogółem: 12,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,27 , Białko: 1,69 , Błonnik: 0 , Sól: ,1

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 020,87	kcal
Węglowodny przyswajalne	273,63	g
Cukry (glukoza)	12,86	g
Cukry (fruktoza)	12,84	g
Cukry (sacharoza)	41,61	g
Tłuszcze (nasycone)	28,48	g
Tłuszcze (jednonasycone)	24,33	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,30	g
Białko	70,76	g
Błonnik	22,03	g
Sól	2,40	g

## Dieta: 11/ML Bezmleczna

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ jajko w majonezie+ rukola - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 519,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 60,67 , Cukry: 4,2 , Tłuszcz ogółem: 20,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,79 , Białko: 17,59 , Błonnik: 3,24 , Sól: 1,8

### 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, Ryż gotowany, Marchew duszona - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wody, Zupa krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pulpety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba)

Wartość energetyczna: 859,77 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 130,72 , Cukry: 15,66 , Tłuszcz ogółem: 14,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,22 , Białko: 38,76 , Błonnik: 16,52 , Sól: 1,23

## PODWIECZOREK

Galaretko owocowa

Wartość energetyczna: 200,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43 , Cukry: 43 , Tłuszcz ogółem: ,33 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: 5 , Błonnik: 1,75 , Sól: ,01

## Kolacja

Bułka z dżemem+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 508,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,56 , Cukry: 23,3 , Tłuszcz ogółem: 2,51 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,47 , Białko: 13,73 , Błonnik: 4,58 , Sól: 1,52

### Dobowa suma wartości odżywczych

Ilość jm.

Wartość energetyczna kcal	2 281,31	kcal
Węglowodny przyswajalne	383,55	g
Cukry (glukoza)	22,28	g
Cukry (fruktoza)	22,55	g
Cukry (sacharoza)	79,73	g
Tłuszcze (nasycone)	6,74	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,98	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,88	g
Białko	77,08	g
Błonnik	29,48	g
Sól	4,56	g

---

## Dieta: 11/NP Niskopurynowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham+ jajko w jogurcie+ rukola - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 764,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 92,2 , Cukry: 3,19 , Tłuszcz ogółem: 25,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,23 , Białko: 32,08 , Błonnik: 10,96 , Sól: 2,3

### 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, Ryż gotowany, Marchew duszona - w tym alergeny (Gluten), Zupa jarzynowa z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pulpety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba)

Wartość energetyczna: 734,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 121,31 , Cukry: 15,45 , Tłuszcz ogółem: 7,74 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,15 , Białko: 34,84 , Błonnik: 13,91 , Sól: 1,33

### PODWIECZOREK

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

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

### Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka z twarogiem+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 771,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,58 , Cukry: 5,16 , Tłuszcz ogółem: 21,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,83 , Białko: 39,44 , Błonnik: 4,18 , Sól: 1,76

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 664,64	kcal
Węglowodny przyswajalne	387,00	g
Cukry (glukoza)	14,18	g
Cukry (fruktoza)	14,45	g
Cukry (sacharoza)	42,62	g
Tłuszcze (nasycone)	33,42	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,55	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,98	g
Białko	116,91	g
Błonnik	32,49	g
Sól	5,68	g

## Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ jajko+ masło - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 626,12 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,69 , Cukry: 1,89 , Tłuszcz ogółem: 25,3 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,36 , Białko: 24,93 , Błonnik: 2,94 , Sól: 1,23

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan- mus

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, Ryż gotowany, Marchew duszona - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wody, Zupa krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pulpety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba)

Wartość energetyczna: 775,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 125,71 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 7,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,23 , Białko: 38,84 , Błonnik: 16,31 , Sól: 1,27

### PODWIECZOREK

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

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

### Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka z dżemem+ masło - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 725,52 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,96 , Cukry: 20,45 , Tłuszcz ogółem: 22,35 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,23 , Białko: 24,36 , Błonnik: 3,52 , Sól: 1,22

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 521,14	kcal
Węglowodny przyswajalne	370,27	g
Cukry (glukoza)	18,65	g
Cukry (fruktoza)	18,57	g
Cukry (sacharoza)	48,26	g
Tłuszcze (nasycone)	34,03	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,62	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,04	g
Białko	98,68	g
Błonnik	26,21	g
Sól	4,01	g

---

## Dieta: 2 Łatwostrawna

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ jajko w jogurcie+ rukola - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 780,94 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,24 , Cukry: 4,73 , Tłuszcz ogółem: 27,34 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,94 , Białko: 30,12 , Błonnik: 5,08 , Sól: 2,01

### 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, Ryż gotowany, Marchew duszona - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wody, Zupa krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pulpety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba)

Wartość energetyczna: 775,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 125,71 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 7,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,23 , Białko: 38,84 , Błonnik: 16,31 , Sól: 1,27

## PODWIECZOREK

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

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

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka z dżemem+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 750,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,57 , Cukry: 23,66 , Tłuszcz ogółem: 21,55 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,55 , Białko: 19,78 , Błonnik: 4,58 , Sól: 1,66

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 700,46	kcal
Węglowodny przyswajalne	410,43	g
Cukry (glukoza)	20,03	g
Cukry (fruktoza)	20,30	g
Cukry (sacharoza)	51,21	g
Tłuszcze (nasycone)	33,95	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,88	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,11	g
Białko	99,30	g
Błonnik	29,41	g
Sól	5,22	g

---

## Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

---

### ŚNIADANIE

Jajo w majonezie+graham+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru, Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 778,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 92,25 , Cukry: 3,23 , Tłuszcz ogółem: 26,66 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,34 , Białko: 32,1 , Błonnik: 10,96 , Sól: 2,32

### 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 grochowa z chlebem - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kotlety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), Ryż gotowany, Marchew duszona - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wody

Wartość energetyczna: 850,77 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 121,38 , Cukry: 15,45 , Tłuszcz ogółem: 15,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,32 , Białko: 42,44 , Błonnik: 17,87 , Sól: 1,1

## PODWIECZOREK

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

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

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham + ser biały+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 601,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,45 , Cukry: 3,72 , Tłuszcz ogółem: 17,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,08 , Białko: 37,21 , Błonnik: 9,16 , Sól: 1,64

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 518,50	kcal
Węglowodny przyswajalne	328,84	g
Cukry (glukoza)	8,48	g
Cukry (fruktoza)	16,54	g
Cukry (sacharoza)	21,28	g
Tłuszcze (nasycone)	31,79	g
Tłuszcze (jednonasycone)	24,52	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,94	g
Białko	121,21	g
Błonnik	41,18	g
Sól	5,35	g

---

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

---

### ŚNIADANIE

Jajo w majonezie+graham+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 478,92 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 48,45 , Cukry: 2,42 , Tłuszcz ogółem: 20,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,59 , Białko: 18,17 , Błonnik: 7,82 , Sól: 1,76

### 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 grochowa z chlebem - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kotlety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), Ryż gotowany, Marchew duszona - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wody

Wartość energetyczna: 850,77 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 121,38 , Cukry: 15,45 , Tłuszcz ogółem: 15,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,32 , Białko: 42,44 , Błonnik: 17,87 , Sól: 1,1

### PODWIECZOREK

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

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

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham + ser biały+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 555,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,98 , Cukry: 3,66 , Tłuszcz ogółem: 17,55 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,02 , Białko: 35,55 , Błonnik: 7,88 , Sól: 1,42

### 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

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 541,07	kcal
Węglowodny przyswajalne	330,06	g
Cukry (glukoza)	9,43	g
Cukry (fruktoza)	17,64	g
Cukry (sacharoza)	20,87	g
Tłuszcze (nasycone)	33,88	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,11	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,49	g
Białko	116,45	g
Błonnik	45,29	g
Sól	5,90	g

---

## **Dieta: 8 Ubogoenergetyczna**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Graham+ jajko w jogurcie+ rukola - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 435,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,79 , Cukry: 2,44 , Tłuszcz ogółem: 11,22 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,08 , Białko: 19,74 , Błonnik: 9,1 , Sól: 1,96

### **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, Ryż gotowany, Marchew duszona - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wody, Zupa krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pulpety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba)

Wartość energetyczna: 764,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,56 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 7,88 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,22 , Białko: 38,53 , Błonnik: 16,24 , Sól: 1,27

### **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**

graham+ ser biały+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 527,48 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,88 , Cukry: 3,36 , Tłuszcz ogółem: 18,33 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,62 , Białko: 27,38 , Błonnik: 9,16 , Sól: 1,48

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	1 905,20	kcal
Węglowodny przyswajalne	264,99	g
Cukry (glukoza)	8,33	g
Cukry (fruktoza)	16,45	g
Cukry (sacharoza)	13,07	g
Tłuszcze (nasycone)	20,76	g
Tłuszcze (jednonasycone)	13,58	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,12	g
Białko	93,00	g
Błonnik	37,65	g
Sól	4,95	g



# Dieta: 9 Bogatobiałkowa

## ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ jajko w jogurcie+ rukola - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 780,94 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,24 , Cukry: 4,73 , Tłuszcz ogółem: 27,34 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,94 , Białko: 30,12 , Błonnik: 5,08 , Sól: 2,01

## DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 284,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,9 , Cukry: 39,9 , Tłuszcz ogółem: 3,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,03 , Białko: 8,45 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,24

## OBIAD

Kompot bez cukru, Ryż gotowany, Marchew duszona - w tym alergeny (Gluten), Brokuły w wody, Zupa krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pulpety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba)

Wartość energetyczna: 775,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 125,71 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 7,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,23 , Białko: 38,84 , Błonnik: 16,31 , Sól: 1,27

## PODWIECZOREK

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

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

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka z dżemem+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 750,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,57 , Cukry: 23,66 , Tłuszcz ogółem: 21,55 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,55 , Białko: 19,78 , Błonnik: 4,58 , Sól: 1,66

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 790,46	kcal
Węglowodny przyswajalne	419,73	g
Cukry (glukoza)	20,03	g
Cukry (fruktoza)	20,30	g
Cukry (sacharoza)	52,71	g
Tłuszcze (nasycone)	35,73	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,83	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,20	g
Białko	105,75	g
Błonnik	29,41	g
Sól	5,46	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+ jajko w jogurcie+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szcypiorek	2,0	g
	Rukola	20,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
Zupa mleczna z kaszą	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	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
Ryż gotowany	Ryż biały	80,0	g
Marchew duszona	Olej rzepakowy	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Marchew	140,0	g
Brokuły w wodzie	Brokuły	50,0	g
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Pulpety rybne	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułka tarta *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	2,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

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



Budyń bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0 g
	Budyń w proszku	20,0 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	
Bułka z dżemem+ pomidor+ sałata	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
	Sałata	20,0 g	
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0 g	
Inne składniki			

**Dieta: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jajo w majonezie+chleb miesz+rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0 g	
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0 g	
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	2,0 g	
	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g	
	Szczypiorek	2,0 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	
	Groszek zielony	10,0 g	
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0 g	
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 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 grochowa z chlebem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Kości, wywar	300,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Słonina	5,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g	
	Groch, nasiona suche	40,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
Kotlety rybne	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	



	Morszczuk, świeży *(4)	80,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	10,0 g
	Bułka tarta *(1)	10,0 g
	Cebula	10,0 g
Ryż gotowany	Ryż biały	80,0 g
Marchew duszona	Marchew	140,0 g
	Olej rzepakowy	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0 g
Brokuły w wody	Brokuły	50,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Budyń w proszku	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
Inne składniki			

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Bułka z dżemem+ pomidor+ sałata	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	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 bezglutenowy+jajko w majonezie+ ruk	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Rukola	20,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6, 7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	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 Krem z ziel. groszku z krążkami ryżowy	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Skrobia ziemniaczana	5,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Ryż preparowany	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Pulpety rybne (bezgl)	Skrobia ziemniaczana	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Pietruszka, liście	2,0	g
Ryż gotowany	Ryż biały	80,0	g
marchew duszona (bezgl)	Marchew	100,0	g
	Skrobia ziemniaczana	20,0	g
Brokuły w wody	Brokuły	100,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Budyń w proszku	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb bezglutenowy+ masło+ dżem+ pomido	Chleb Bezglutenowy *(3, 6, 7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

**Dieta: 11/ML Bezmleczna****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ jajko w majonezie+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g



	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	15,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g
	Szczypiorek	2,0 g
	Rukola	20,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Groszek zielony	10,0 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
Ryż gotowany	Ryż biały	80,0	g
Marchew duszona	Olej rzepakowy	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Marchew	140,0	g
Brokuły w wody	Brokuły	50,0	g
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	15,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Pulpety rybne	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułka tarta *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	2,0	g
Inne składniki			

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Galaretka owocowa	Truskawki w galaretkce	250,0	g
Inne składniki			

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Bułka z dżemem+ pomidor+ sałata	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

**Dieta: 11/NP Niskopurynowa****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham+ jajko w jogurcie+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
Zupa mleczna z kaszą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	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
Ryż gotowany	Ryż biały	80,0	g
Marchew duszona	Olej rzepakowy	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Marchew	140,0	g
Zupa jarzynowa z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	80,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Pulpety rybne	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułka tarta *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	2,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Budyń w proszku	20,0	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
Bułka z twarogiem+ pomidor+ sałata	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	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
Wek+ jajko+ masło	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
Zupa mleczna z kaszą	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g

Inne składniki

#### DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan- mus	Banan	200,0	g

Inne składniki

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Ryż gotowany	Ryż biały	80,0	g
Marchew duszona	Olej rzepakowy	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Marchew	140,0	g
Brokuły w wodzie	Brokuły	50,0	g
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Pulpety rybne	Jaja kurze całe *(3)	20,0
Mieszanka Ziół		2,0	g
Morszczuk, świeży *(4)		80,0	g





	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Bułka tarta *(1)	20,0 g
	Pietruszka, liście	2,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Budyń w proszku	20,0	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
Bułka z dżemem+ masło	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	70,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Zupa mleczna z kaszą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	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+ jajko w jogurcie+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
Zupa mleczna z kaszą	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	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
Ryż gotowany	Ryż biały	80,0	g
Marchew duszona	Olej rzepakowy	2,0	g



	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0 g
	Marchew	140,0 g
Brokuły w wody	Brokuły	50,0 g
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Kości, wywar	300,0 g
	Groszek zielony, mrożony	50,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Chleb chrupki *(1)	20,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Pulpety rybne	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Bułka tarta *(1)	20,0 g
	Pietruszka, liście	2,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Budyń w proszku	20,0	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
Bułka z dżemem+ pomidor+ sałata	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

**Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów**

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jajo w majonezie+graham+rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	2,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szcypiorek	2,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Groszek zielony	10,0	g



	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0 g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g
Zupa mleczna z kaszą	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	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 grochowa z chlebem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Słonina	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Groch, nasiona suche	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Kotlety rybne	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	10,0	g
	Bułka tarta *(1)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
Ryż gotowany	Ryż biały	80,0	g
Marchew duszona	Olej rzepakowy	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Marchew	140,0	g
Brokuły w wodę	Brokuły	50,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Budyń w proszku	20,0	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
Graham + ser biały+ pomidor+ sałata	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g



	Salata	20,0 g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0 g
Inne składniki		

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jajo w majonezie+graham+rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	2,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szcypiorek	2,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grochowa z chlebem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Słonina	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Groch, nasiona suche	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Kotlety rybne	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	10,0	g
	Bułka tarta *(1)	10,0	g
Cebula	10,0	g	
Ryż gotowany	Ryż biały	80,0	g
Marchew duszona	Olej rzepakowy	2,0	g



	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0 g
	Marchew	140,0 g
Brokuły w wody	Brokuły	50,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Budyń w proszku	20,0	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
Graham + ser biały+ pomidor+ sałata	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	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
Graham+ jajko w jogurcie+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g	
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

**Jadłospis na dzień: 31-05-2024  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Ryż gotowany	Ryż biały	80,0	g
Marchew duszona	Olej rzepakowy	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Marchew	140,0	g
Brokuły w wody	Brokuły	50,0	g
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Pulpety rybne	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	2,0	g
	Bułka tarta *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	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
graham+ ser biały+ pomidor+ sałata	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	80,0	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+ jajko w jogurcie+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g



	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Groszek zielony	10,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0 g
Zupa mleczna z kaszą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0 g
Inne składniki		

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt naturalny 150g	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	150,0	g
Banan	Banan	200,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Ryż gotowany	Ryż biały	80,0	g
Marchew duszona	Olej rzepakowy	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Marchew	140,0	g
Brokuły w wodzie	Brokuły	50,0	g
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Pulpety rybne	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułka tarta *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	2,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Budyń w proszku	20,0	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
Bułka z dżemem+ pomidor+ sałata	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	g



	Pomidor	100,0 g
	Sałata	20,0 g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0 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	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

**Jadłospis na dzień: 31-05-2024**  
**szczegółowy**



**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

P87	Ziarna soi
P88	Ziemniak
P89	Zioła i przyprawy
P90	Żyto
P91	Żywność na bazie mleka ssaków

.....  
sporządził  
/Morkisz Magdalena/

.....  
zatwierdził