

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

Herbata bez cukru, Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 626,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,5 , Cukry: 5,65 , Tłuszcz ogółem: 11,96 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,26 , Białko: 31,74 , Błonnik: 5,18 , Sól: 2,41

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Banan

Wartość energetyczna: 164,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 37,06 , Cukry: 32,64 , Tłuszcz ogółem: ,36 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,2 , Białko: 1,7 , Błonnik: 2,89 , Sól: ,01

**OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Kurczak w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 704,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,68 , Cukry: 10,51 , Tłuszcz ogółem: 12,37 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,23 , Białko: 36,81 , Błonnik: 9,04 , Sól: ,7

**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+ jajo+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 494,17 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,35 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 12,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,11 , Białko: 23,07 , Błonnik: 3,32 , Sól: 1,45

**Dobowa suma wartości odżywczych**

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 079,37	kcal
Węglowodny przyswajalne	309,90	g
Cukry (glukoza)	13,16	g
Cukry (fruktoza)	13,93	g
Cukry (sacharoza)	28,47	g
Tłuszcze (nasycone)	15,59	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,34	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,33	g
Białko	99,78	g
Błonnik	20,43	g
Sól	4,80	g

**Dieta: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb mieszany +pasztetowa+ogórek+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 644,48 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 76,69 , Cukry: 3,14 , Tłuszcz ogółem: 19,08 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,7 , Białko: 12,04 , Błonnik: 8,44 , Sól: 2,38

## DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

Wartość energetyczna: 164,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 37,06 , Cukry: 32,64 , Tłuszcz ogółem: ,36 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,2 , Białko: 1,7 , Błonnik: 2,89 , Sól: ,01

## OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Kurczak w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 768,56 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 104,83 , Cukry: 10,51 , Tłuszcz ogółem: 18,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,64 , Białko: 37,12 , Błonnik: 9,11 , Sól: ,7

## 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+ jajo+ ogórek kons+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 671,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,73 , Cukry: 4,2 , Tłuszcz ogółem: 22,3 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,61 , Białko: 24,9 , Błonnik: 8,04 , Sól: 2,45

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 339,63	kcal
Węglowodany przyswajalne	312,61	g
Cukry (glukoza)	11,46	g
Cukry (fruktoza)	11,63	g
Cukry (sacharoza)	28,90	g
Tłuszcze (nasycone)	31,94	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,53	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,22	g
Białko	82,21	g
Błonnik	28,48	g
Sól	5,77	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: 39,31 , 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 kalafiorowa z wafłami ryżowymi (bezgl) - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Kurczak w sosie curry z ryżem (bezglut) - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 873,16 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,74 , Cukry: 11,78 , Tłuszcz ogółem: 22,35 w tym nasycone

kwasy tłuszczowe 3,81 , Białko: 34,22 , Błonnik: 9,72 , Sól: ,69

## PODWIECZOREK

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

## Kolacja

Herbata bez cukru, Chleb bezglutenowy+ jajko+ ogórek kons+ rukola - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 213,22 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 3,58 , Cukry: 2,4 , Tłuszcz ogółem: 16,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,02 , Białko: 8,52 , Błonnik: ,42 , Sól: ,77

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 012,48	kcal
Węglowodany przyswajalne	263,13	g
Cukry (glukoza)	22,08	g
Cukry (fruktoza)	20,94	g
Cukry (sacharoza)	53,72	g
Tłuszcze (nasycone)	28,45	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,18	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,71	g
Białko	76,73	g
Błonnik	20,71	g
Sól	3,12	g

---

## Dieta: 11/NP Niskopurynowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 721,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 89,57 , Cukry: 4,11 , Tłuszcz ogółem: 21,52 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,75 , Białko: 33,8 , Błonnik: 11,06 , Sól: 2,71

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

Wartość energetyczna: 164,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 37,06 , Cukry: 32,64 , Tłuszcz ogółem: ,36 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,2 , Białko: 1,7 , Błonnik: 2,89 , Sól: ,01

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Kurczak w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 704,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,68 , Cukry: 10,51 , Tłuszcz ogółem: 12,37 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,23 , Białko: 36,81 , Błonnik: 9,04 , Sól: ,7

## 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), Graham+ jajo+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 589,54 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 63,42 , Cukry: 3,72 , Tłuszcz ogółem: 22,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,6 , Białko: 25,14 , Błonnik: 9,2 , Sól: 1,75

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 270,13	kcal
Węglowodny przyswajalne	302,03	g
Cukry (glukoza)	13,16	g
Cukry (fruktoza)	13,93	g
Cukry (sacharoza)	25,39	g
Tłuszcze (nasycone)	30,57	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,25	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,56	g
Białko	103,91	g
Błonnik	32,19	g
Sól	5,41	g

---

## **Dieta: 11/WE Wegetariańska**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Wek+ ser topiony+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 760,24 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,05 , Cukry: 24,15 , Tłuszcz ogółem: 22,43 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,07 , Białko: 22,19 , Błonnik: 5,58 , Sól: 1,44

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Banan

Wartość energetyczna: 164,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 37,06 , Cukry: 32,64 , Tłuszcz ogółem: ,36 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,2 , Białko: 1,7 , Błonnik: 2,89 , Sól: ,01

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Ciecierzycza w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 564,29 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,68 , Cukry: 10,51 , Tłuszcz ogółem: 7,37 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,75 , Białko: 15,41 , Błonnik: 9,04 , Sól: ,26

### **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+ jajo+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 606,36 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,46 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 24,51 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,32 , Białko: 23,18 , Błonnik: 3,32 , Sól: 1,45

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 185,78	kcal
Węglowodny przyswajalne	328,55	g
Cukry (glukoza)	18,91	g
Cukry (fruktoza)	19,68	g
Cukry (sacharoza)	35,47	g
Tłuszcze (nasycone)	30,12	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,80	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,56	g
Białko	68,94	g
Błonnik	20,83	g
Sól	3,40	g

---

## Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ pasztet drobiowy+masło - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 657,61 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,03 , Cukry: 1,94 , Tłuszcz ogółem: 30,46 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,7 , Białko: 20,78 , Błonnik: 3,04 , Sól: 1,78

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan- mus

Wartość energetyczna: 164,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 37,06 , Cukry: 32,64 , Tłuszcz ogółem: ,36 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,2 , Białko: 1,7 , Błonnik: 2,89 , Sól: ,01

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Kurczak w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 656,47 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,5 , Cukry: 7,89 , Tłuszcz ogółem: 10,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,02 , Białko: 35,02 , Błonnik: 6,25 , Sól: ,6

### 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+ jajo+ masło - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 718,26 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 77,57 , Cukry: 2,25 , Tłuszcz ogółem: 28,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,5 , Białko: 30,83 , Błonnik: 2,94 , Sól: 1,37

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 287,25	kcal
Węglowodny przyswajalne	293,45	g
Cukry (glukoza)	9,39	g
Cukry (fruktoza)	9,80	g
Cukry (sacharoza)	27,04	g
Tłuszcze (nasycone)	36,21	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,97	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,21	g
Białko	94,78	g
Błonnik	15,12	g
Sól	4,00	g

---

## Dieta: 2 Łatwostrawna

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ pasztet drobiowy+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 799,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,26 , Cukry: 5,7 , Tłuszcz ogółem: 32,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,2 , Białko: 25,39 , Błonnik: 5,28 , Sól: 2,21

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

Wartość energetyczna: 164,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 37,06 , Cukry: 32,64 , Tłuszcz ogółem: ,36 w tym nasycone kwasy

tłuszczowe ,2 , Białko: 1,7 , Błonnik: 2,89 , Sól: ,01

## OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Kurczak w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 704,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,68 , Cukry: 10,51 , Tłuszcz ogółem: 12,37 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,23 , Białko: 36,81 , Błonnik: 9,04 , Sól: ,7

## 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+ jajo+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 606,36 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,46 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 24,51 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,32 , Białko: 23,18 , Błonnik: 3,32 , Sól: 1,45

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 364,77	kcal
Węglowodny przyswajalne	311,76	g
Cukry (glukoza)	13,16	g
Cukry (fruktoza)	13,93	g
Cukry (sacharoza)	28,52	g
Tłuszcze (nasycone)	33,74	g
Tłuszcze (jednonasycone)	28,94	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,77	g
Białko	93,54	g
Błonnik	20,53	g
Sól	4,60	g

---

## Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb graham +pasztetowa+ogórek+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 808,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,52 , Cukry: 2,81 , Tłuszcz ogółem: 25,04 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,33 , Białko: 23,8 , Błonnik: 10,36 , Sól: 2,5

### 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 kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Kurczak w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 768,56 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 104,83 , Cukry: 10,51 , Tłuszcz ogółem: 18,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,64 , Białko: 37,12 , Błonnik: 9,11 , Sól: ,7

## 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+ jajo+ ogórek kons+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 582,57 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 63,22 , Cukry: 3,12 , Tłuszcz ogółem: 22,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,56 , Białko: 24,39 , Błonnik: 8,1 , Sól: 2,22

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 317,54	kcal
Węglowodny przyswajalne	281,82	g
Cukry (glukoza)	6,53	g
Cukry (fruktoza)	7,44	g
Cukry (sacharoza)	17,77	g
Tłuszcze (nasycone)	35,34	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,50	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,43	g
Białko	92,66	g
Błonnik	30,42	g
Sól	5,66	g

---

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

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb graham +pasztetowa+ogórek+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 509,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 46,72 , Cukry: 2 , Tłuszcz ogółem: 18,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,58 , Białko: 9,87 , Błonnik: 7,22 , Sól: 1,94

### 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, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Kurczak w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 768,56 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 104,83 , Cukry: 10,51 , Tłuszcz ogółem: 18,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,64 , Białko: 37,12 , Błonnik: 9,11 , Sól: ,7

### 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+ jajo+ ogórek kons+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 536,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,76 , Cukry: 3,06 , Tłuszcz ogółem: 21,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,49 , Białko: 22,73 , Błonnik: 6,82 , Sól: 2

### 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	2 340,14	kcal
Węglowodny przyswajalne	283,04	g
Cukry (glukoza)	7,48	g
Cukry (fruktoza)	8,54	g
Cukry (sacharoza)	17,36	g
Tłuszcze (nasycone)	37,43	g
Tłuszcze (jednonasycone)	24,09	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,98	g
Białko	87,90	g
Błonnik	34,53	g
Sól	6,21	g

---

## **Dieta: 8 Ubogoenergetyczna**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, graham+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 393,15 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,16 , Cukry: 3,36 , Tłuszcz ogółem: 7,57 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,6 , Białko: 21,46 , Błonnik: 9,2 , Sól: 2,37

### **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 kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Kurczak w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 704,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,68 , Cukry: 10,51 , Tłuszcz ogółem: 12,37 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,23 , Białko: 36,81 , Błonnik: 9,04 , Sól: ,7

### **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+ jajo+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 422,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,46 , Cukry: 3,36 , Tłuszcz ogółem: 11,11 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,99 , Białko: 19,16 , Błonnik: 9,2 , Sól: 1,61

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	1 677,51	kcal
Węglowodny przyswajalne	234,56	g
Cukry (glukoza)	8,23	g
Cukry (fruktoza)	9,74	g
Cukry (sacharoza)	14,56	g
Tłuszcze (nasycone)	13,63	g
Tłuszcze (jednonasycone)	12,68	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,69	g
Białko	84,79	g
Błonnik	30,29	g
Sól	4,92	g



# Dieta: 9 Bogatobiałkowa

## ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ paszтет drobiowy+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 799,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,26 , Cukry: 5,7 , Tłuszcz ogółem: 32,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,2 , Białko: 25,39 , Błonnik: 5,28 , Sól: 2,21

## DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 254,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 46,36 , Cukry: 34,14 , Tłuszcz ogółem: 3,18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,99 , Białko: 8,15 , Błonnik: 2,89 , Sól: ,24

## OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Kurczak w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 704,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,68 , Cukry: 10,51 , Tłuszcz ogółem: 12,37 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,23 , Białko: 36,81 , Błonnik: 9,04 , Sól: ,7

## 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+ jajo+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 620,34 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,52 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 25,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,62 , Białko: 24,43 , Błonnik: 3,32 , Sól: 1,49

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 468,76	kcal
Węglowodny przyswajalne	321,12	g
Cukry (glukoza)	13,16	g
Cukry (fruktoza)	13,93	g
Cukry (sacharoza)	30,02	g
Tłuszcze (nasycone)	35,82	g
Tłuszcze (jednonasycone)	30,32	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,94	g
Białko	101,24	g
Błonnik	20,53	g
Sól	4,87	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+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ rukola	Rukola	20,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6, 7, 9, 10)	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	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	170,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kurczak w sosie curry z ryżem	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	7,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Cebula	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	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
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+ jajo+ pomidor+ rukola	Jaja kurze całe *(3)	60,0	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 +pasztetowa+ogórek+ rukol	Rukola	20,0	g
	Pasztetowa *(6)	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
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan	Banan	170,0	g
Inne składniki			

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kurczak w sosie curry z ryżem	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Cebula	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	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
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+ jajo+ ogórek kons+ rukola	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	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
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 kalafiorowa z waflami ryżowymi (bezgl)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Skrobia ziemniaczana	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Ryż preparowany	30,0	g



	Kalafior	40,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Kurczak w sosie curry z ryżem (bezglut)	Skrobia ziemniaczana	10,0 g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	10,0 g
	Ryż biały	80,0 g
	Cebula	10,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0 g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 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
Jogurt naturalny 150g	Jogurt naturalny, 2% 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 bezglutenowy+ jajko+ ogórek kons+ ru	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Rukola	20,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6, 7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
Inne składniki			

#### Dieta: 11/NP Niskopurynowa

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ rukol	Rukola	20,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6, 7, 9, 10)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	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	170,0	g
Inne składniki			

### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kurczak w sosie curry z ryżem	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	7,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Cebula	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	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
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
Graham+ jajo+ pomidor+ rukola	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

**Dieta: 11/WE Wegetariańska**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ ser topiony+ pomidor+ rukola	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	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	170,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Ciecierzycza w sosie curry z ryżem	Ciecierzycza	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	7,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Cebula	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	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
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+ jajo+ pomidor+ rukola	Jaja kurze całe *(3)	60,0 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: 12 Papkowata (przecierana)****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ pasztet drobiowy+masło	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	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	170,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kurczak w sosie curry z ryżem	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	7,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Cebula	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	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+ jajo+ masło	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
Zupa mleczna z kaszą	Kasza jęczmienna, perłowa *(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+ pasztet drobiowy+ pomidor+ rukola	Rukola	20,0	g
	Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	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	170,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kurczak w sosie curry z ryżem	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0
Mieszanka Ziół		2,0	g
Olej rzepakowy		2,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		7,0	g
Ryż biały		80,0	g
Cebula		10,0	g
Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)		20,0	g
Surówka z kapusty pekińskiej		Musztarda *(10)	3,0



	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
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+ jajo+ pomidor+ rukola	Jaja kurze całe *(3)	60,0	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 +pasztetowa+ogórek+ rukola	Rukola	20,0	g
	Pasztetowa *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Ogórek	100,0	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
Mandarynki	Mandarynki	150,0	g
Inne składniki			

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g



	Kalafior	40,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Kurczak w sosie curry z ryżem	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Ryż biały	80,0 g
	Cebula	10,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0 g
	Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)
Mieszanka Ziół		2,0 g
Olej rzepakowy		5,0 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
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+ jajo+ ogórek kons+ rukola	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	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 +pasztetowa+ogórek+ rukola	Rukola	20,0	g
	Pasztetowa *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Ogórek	100,0	g
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

**Jadłospis na dzień: 09-05-2024  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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	
Zupa kalafiorowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Kości, wywar	300,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0 g	
	Kalafior	40,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g	
Kurczak w sosie curry z ryżem	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Olej rzepakowy	5,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g	
	Ryż biały	80,0 g	
	Cebula	10,0 g	
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0 g	
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Olej rzepakowy	5,0 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
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+ jajo+ ogórek kons+ rukola	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0 g	
	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g	
	Rukola	20,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	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+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ rukol	Rukola	20,0	g
	Kielbasa 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
Mandarynki	Mandarynki	150,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kurczak w sosie curry z ryżem	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	7,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Cebula	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	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
Jogurt naturalny 150g	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	150,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Graham+ jajo+ pomidor+ rukola	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	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+ pasztet drobiowy+ pomidor+ rukola	Rukola	20,0	g
	Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	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	170,0	g
Jogurt naturalny 150g	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	150,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kurczak w sosie curry z ryżem	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	7,0	g



	Ryż biały	80,0 g
	Cebula	10,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0 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
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+ jajo+ pomidor+ rukola	Jaja kurze całe *(3)	70,0	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	Siarczyny i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu
14	Owoce morza
P15	Albumina
P16	Ananas
P17	Arbuz
P18	Aspartam

**Jadłospis na dzień: 09-05-2024**  
**szczegółowy**



**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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



**Jadłospis na dzień: 09-05-2024**  
**szczegółowy**



**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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