

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

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

Wartość energetyczna: 672,62 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,75 , Cukry: 4,61 , Tłuszcz ogółem: 15,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,68 , Białko: 30,55 , Błonnik: 3,97 , Sól: 2

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,01

OBIAD

ziemniaki gotowane, Kompot bez cukru, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler), Zupa krem z dyni z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Surówka z jabłka i selera - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Ryba w jajku - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba)

Wartość energetyczna: 682,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 110,69 , Cukry: 18,72 , Tłuszcz ogółem: 5,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,1 , Białko: 35,32 , Błonnik: 17,34 , Sól: 1,08

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 549,21 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71,03 , Cukry: 5,6 , Tłuszcz ogółem: 12,48 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,12 , Białko: 35,1 , Błonnik: 3,82 , Sól: 1,35

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 075,73	kcal
Węglowodny przyswajalne	314,42	g
Cukry (glukoza)	11,30	g
Cukry (fruktoza)	22,12	g
Cukry (sacharoza)	29,66	g
Tłuszcze (nasycone)	15,02	g
Tłuszcze (jednonasycone)	12,96	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,11	g
Białko	102,57	g
Błonnik	32,53	g
Sól	4,59	g

Dieta: 1 Podstawowa**ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 672,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 78,62 , Cukry: 3,72 , Tłuszcz ogółem: 26,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,15 , Białko: 20,45 , Błonnik: 9,05 , Sól: 2,29

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,01

OBIAD

ziemniaki gotowane, Kompot bez cukru, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler), Zupa krem z dyni z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Surówka z jabłka i selera - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Ryba smażona - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba)

Wartość energetyczna: 870,45 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 121,42 , Cukry: 18,75 , Tłuszcz ogółem: 20,27 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,14 , Białko: 36,79 , Błonnik: 18,06 , Sól: 1,21

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb mieszany+ twarożek + szczypiorek+papr rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 730,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88 , Cukry: 4,64 , Tłuszcz ogółem: 22,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,67 , Białko: 37,42 , Błonnik: 9,44 , Sól: 1,86

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 444,43	kcal
Węglowodny przyswajalne	322,99	g
Cukry (glukoza)	11,15	g
Cukry (fruktoza)	21,82	g
Cukry (sacharoza)	28,29	g
Tłuszcze (nasycone)	28,08	g
Tłuszcze (jednonasycone)	28,91	g
Tłuszcze (wielonasycone)	12,62	g
Białko	96,26	g
Błonnik	43,95	g
Sól	5,52	g

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 631,22 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,95 , Cukry: 3,66 , Tłuszcz ogółem: 38,12 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,85 , Białko: 21,73 , Błonnik: 3,69 , Sól: 1,19

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko+ rodzynki, Banan

Wartość energetyczna: 456,39 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 100,51 , Cukry: 62,19 , Tłuszcz ogółem: ,9 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,42 , Białko: 4,15 , Błonnik: 10,99 , Sól: ,04

OBIAD

Zupa krem z dyni z chlebem bezglutenowym (bezgl) - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Ryba w jajku (bezglut) - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Ryba), Jarzyny duszone (bezglutenowa) - w tym alergeny (Seler), Surówka z jabłka i selera

- w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 903,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 109,22 , Cukry: 18,5 , Tłuszcz ogółem: 32,63 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,21 , Białko: 29,66 , Błonnik: 15,72 , Sól: ,9

PODWIECZOREK

Sok owocowy, Banan

Wartość energetyczna: 290,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 63,4 , Cukry: 58 , Tłuszcz ogółem: ,66 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,3 , Białko: 3 , Błonnik: 7,8 , Sól: ,16

Kolacja

Herbata bez cukru, chleb bezgl+ dżem+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 212,72 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 21,91 , Cukry: 21,5 , Tłuszcz ogółem: 12,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,27 , Białko: 1,92 , Błonnik: 1,92 , Sól: ,1

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 493,37	kcal
Węglowodany przyswajalne	336,99	g
Cukry (glukoza)	36,39	g
Cukry (fruktoza)	45,95	g
Cukry (sacharoza)	81,51	g
Tłuszcze (nasycone)	27,05	g
Tłuszcze (jednonasycone)	41,11	g
Tłuszcze (wielonasycone)	16,21	g
Białko	60,47	g
Błonnik	40,12	g
Sól	2,38	g

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ jajko w jogurcie - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 662,19 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 75,52 , Cukry: 3,65 , Tłuszcz ogółem: 25,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,43 , Białko: 26,94 , Błonnik: 2,93 , Sól: 1,6

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

ziemniaki gotowane, Kompot bez cukru, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler), Zupa krem z dyni z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Ryba w jajku - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba)

Wartość energetyczna: 641,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 104,82 , Cukry: 13,93 , Tłuszcz ogółem: 5,36 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,88 , Białko: 33,73 , Błonnik: 14,19 , Sól: ,95

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ twaróg ze szczypiorkiem+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 796,19 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,76 , Cukry: 5,27 , Tłuszcz ogółem: 28,38 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,5 , Białko: 44,29 , Błonnik: 3,53 , Sól: 1,29

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 270,78	kcal
Węglowodny przyswajalne	301,06	g
Cukry (glukoza)	10,19	g
Cukry (fruktoza)	19,88	g
Cukry (sacharoza)	26,93	g
Tłuszcze (nasycone)	33,94	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,02	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,62	g
Białko	106,57	g
Błonnik	28,05	g
Sól	4,00	g

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 784,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,86 , Cukry: 4,61 , Tłuszcz ogółem: 27,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,88 , Białko: 30,66 , Błonnik: 3,97 , Sól: 2,01

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,01

OBIAD

ziemniaki gotowane, Kompot bez cukru, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler), Zupa krem z dyni z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Surówka z jabłka i selera - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Ryba w jajku - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba)

Wartość energetyczna: 682,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 110,69 , Cukry: 18,72 , Tłuszcz ogółem: 5,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,1 , Białko: 35,32 , Błonnik: 17,34 , Sól: 1,08

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 661,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71,14 , Cukry: 5,6 , Tłuszcz ogółem: 24,22 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,33 , Białko: 35,2 , Błonnik: 3,82 , Sól: 1,35

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 300,10	kcal
Węglowodny przyswajalne	314,63	g
Cukry (glukoza)	11,30	g
Cukry (fruktoza)	22,12	g
Cukry (sacharoza)	29,66	g
Tłuszcze (nasycone)	31,43	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,68	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,45	g

Białko	102,78	g
Błonnik	32,53	g
Sól	4,60	g

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 840,62 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,07 , Cukry: 3,27 , Tłuszcz ogółem: 32,44 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,72 , Białko: 32,75 , Błonnik: 9,86 , Sól: 2,4

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,01

OBIAD

ziemniaki gotowane, Kompot bez cukru, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler), Zupa krem z dyni z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Surówka z jabłka i selera - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Ryba smażona - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba)

Wartość energetyczna: 870,45 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 121,42 , Cukry: 18,75 , Tłuszcz ogółem: 20,27 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,14 , Białko: 36,79 , Błonnik: 18,06 , Sól: 1,21

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ twarożek + szczypiorek+papr rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 641,61 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,5 , Cukry: 3,56 , Tłuszcz ogółem: 22,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,62 , Białko: 36,91 , Błonnik: 9,5 , Sól: 1,63

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 523,68	kcal
Węglowodny przyswajalne	316,94	g
Cukry (glukoza)	11,15	g
Cukry (fruktoza)	21,82	g
Cukry (sacharoza)	26,76	g
Tłuszcze (nasycone)	31,60	g
Tłuszcze (jednonasycone)	30,88	g
Tłuszcze (wielonasycone)	12,74	g
Białko	108,05	g
Błonnik	44,82	g
Sól	5,40	g

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

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 537,03 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 48,65 , Cukry: 2,58 , Tłuszcz ogółem: 26,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,04 , Białko: 18,28 , Błonnik: 7,83 , Sól: 1,84

DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 258,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,77 , Cukry: 15,48 , Tłuszcz ogółem: 5,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,01 , Białko: 5,97 , Błonnik: 7,09 , Sól: ,67

OBIAD

ziemniaki gotowane, Kompot bez cukru, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler), Zupa krem z dyni z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Surówka z jabłka i selera - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Ryba smażona - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba)

Wartość energetyczna: 870,45 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 121,42 , Cukry: 18,75 , Tłuszcz ogółem: 20,27 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,14 , Białko: 36,79 , Błonnik: 18,06 , Sól: 1,21

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ twarożek + szczypiorek+papr rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 595,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,04 , Cukry: 3,5 , Tłuszcz ogółem: 21,7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,55 , Białko: 35,25 , Błonnik: 8,22 , Sól: 1,42

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 356,88	kcal
Węglowodny przyswajalne	289,68	g
Cukry (glukoza)	11,50	g
Cukry (fruktoza)	22,17	g
Cukry (sacharoza)	26,24	g
Tłuszcze (nasycone)	30,79	g
Tłuszcze (jednonasycone)	30,14	g
Tłuszcze (wielonasycone)	12,68	g
Białko	97,28	g
Błonnik	45,60	g
Sól	5,29	g

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 435,79 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,78 , Cukry: 2,44 , Tłuszcz ogółem: 11,22 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,07 , Białko: 19,74 , Błonnik: 9,1 , Sól: 1,96

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,01

OBIAD

ziemniaki gotowane, Kompot bez cukru, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler), Zupa krem z dyni z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Surówka z jabłka i selera - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Ryba w jajku - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba)

Wartość energetyczna: 682,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 110,69 , Cukry: 18,72 , Tłuszcz ogółem: 5,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,1 , Białko: 35,32 , Błonnik: 17,34 , Sól: 1,08

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Graham+ twarożek ze szczypiorkiem+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 443,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,95 , Cukry: 3,7 , Tłuszcz ogółem: 6,81 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,49 , Białko: 32,28 , Błonnik: 9,7 , Sól: 1,5

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 733,27	kcal
Węglowodany przyswajalne	260,37	g
Cukry (glukoza)	11,30	g
Cukry (fruktoza)	22,12	g
Cukry (sacharoza)	25,59	g
Tłuszcze (nasycone)	10,78	g
Tłuszcze (jednonasycone)	7,95	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,50	g
Białko	88,94	g
Błonnik	43,54	g
Sól	4,70	g

Dieta: ML/GL Bezmleczna/Bezglutenowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 261,61 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 5,99 , Cukry: 2,4 , Tłuszcz ogółem: 20,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,95 , Białko: 9,66 , Błonnik: 1,44 , Sól: ,84

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko+ rodzynki, Banan

Wartość energetyczna: 456,39 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 100,51 , Cukry: 62,19 , Tłuszcz ogółem: ,9 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,42 , Białko: 4,15 , Błonnik: 10,99 , Sól: ,04

OBIAD

Zupa krem z dyni z chlebem bezglutenowym (bezgl) - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Ryba w jajku (bezglut) - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Ryba), Jarzyny duszone (bezglutenowa) - w tym alergeny (Seler), Surówka z jabłka i selera - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 903,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 109,22 , Cukry: 18,5 , Tłuszcz ogółem: 32,63 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,21 , Białko: 29,66 , Błonnik: 15,72 , Sól: ,9

PODWIECZOREK

Sok owocowy, Banan

Wartość energetyczna: 290,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 63,4 , Cukry: 58 , Tłuszcz ogółem: ,66 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,3 , Białko: 3 , Błonnik: 7,8 , Sól: ,16

Kolacja

Herbata bez cukru, chleb bezgl+ dżem+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 100,51 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 21,81 , Cukry: 21,5 , Tłuszcz ogółem: ,31 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1,82 , Błonnik: 1,92 , Sól: ,09

Dobowa suma wartości odżywczych

Ilość jm.

Wartość energetyczna kcal	2 011,56	kcal
Węglowodny przyswajalne	300,93	g
Cukry (glukoza)	36,39	g
Cukry (fruktoza)	45,95	g
Cukry (sacharoza)	80,25	g
Tłuszcze (nasycone)	6,95	g
Tłuszcze (jednonasycone)	32,29	g
Tłuszcze (wielonasycone)	15,33	g
Białko	48,28	g
Błonnik	37,87	g
Sól	2,03	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
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	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
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Jarzyny duszone	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Zupa krem z dyni z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Dynia	40,0	g
	Marchew	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Surówka z jabłka i selera	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	15,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	50,0	g
	Jabłko	35,0	g
Ryba w jajku	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
Inne składniki			

PODWIECZOREK

**Jadłospis na dzień: 14-06-2024
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**
ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów
338752446
338752446
NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ twarożek ze szczypiorkiem+ pomidor+	Szczypiorek	20,0	g
	Rukola	20,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ser twarogowy półtłusty *(7)	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+ jajko w majonezie+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	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	
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Jarzyny duszone	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Zupa krem z dyni z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g



	Chleb chrupki *(1)	20,0 g
	Dynia	40,0 g
	Marchew	30,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Surówka z jabłka i selera	Jabłko	35,0 g
	Seler korzeniowy *(9)	50,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	15,0 g
Ryba smażona	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0 g
	Olej rzepakowy	15,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Bułka tarta *(1)	10,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Chleb mieszany+ twarożek + szczypiorek+pa	Szczypiorek	20,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Papryka czerwona	50,0	g
	Ser twarogowy półtłusty *(7)	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb bezglutenowy+ jajko w majonezie+ sał	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
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	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+ rodzynki	Jabłko	200,0	g
	Rodzynki, suszone *(12)	50,0	g
Banan	Banan	220,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Zupa krem z dyni z chlebem bezglutenowym	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6, 7)	50,0	g
	Dynia	40,0	g
	Marchew	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Ryba w jajku (bezglut)	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
Jarzyny duszone (bezglutenowa)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
	Skrobia ziemniaczana	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
Surówka z jabłka i selera	Olej rzepakowy	10,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	50,0	g
	Jabłko	35,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	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+ dżem+ pomidor+ rukola	Rukola	20,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6, 7)	120,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g



Inne składniki

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Wek+ jajko w jogurcie	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g

Inne składniki

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko- mus	Jabłko	150,0	g

Inne składniki

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Jarzyny duszone	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Zupa krem z dyni z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Dynia	40,0	g
	Marchew	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Ryba w jajku	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

Inne składniki

PODWIECZOREK

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



Inne składniki

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ twarożek ze szczypiorkiem+ pomidor	Szczypiorek	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ser twarogowy półtłusty *(7)	100,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Kasza manna *(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
zupa mleczna z kaszą manną	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	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	
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Jarzyny duszone	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Zupa krem z dyni z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g



	Chleb chrupki *(1)	20,0 g
	Dynia	40,0 g
	Marchew	30,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Surówka z jabłka i selera	Jabłko	35,0 g
	Seler korzeniowy *(9)	50,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	15,0 g
Ryba w jajku	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
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ twarożek ze szczypiorkiem+ pomidor+	Szczypiorek	20,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ser twarogowy półtłusty *(7)	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+ jajko w majonezie+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	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 manną	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Jarzyny duszone	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Zupa krem z dyni z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Dynia	40,0	g
	Marchew	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Surówka z jabłka i selera	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	15,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	50,0	g
	Jabłko	35,0	g
Ryba smażona	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	15,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Bułka tarta *(1)	10,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Chleb graham+ twarożek + szczypiorek+papr	Szczypiorek	20,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Papryka czerwona	50,0	g
Ser twarogowy półtłusty *(7)	100,0	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+ jajko w majonezie+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	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
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Jarzyny duszone	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Zupa krem z dyni z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Dynia	40,0	g
	Marchew	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Surówka z jabłka i selera	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	15,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	50,0	g
	Jabłko	35,0	g
Ryba smażona	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	15,0	g



	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Bułka tarta *(1)	10,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Chleb graham+ twarożek + szczypiorek+papr	Szczypiorek	20,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Papryka czerwona	50,0	g
	Ser twarogowy półtłusty *(7)	100,0	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
Jabłko	Jabłko	150,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Jarzyny duszone	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Zupa krem z dyni z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g



	Kości, wywar	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Chleb chrupki *(1)	20,0 g
	Dynia	40,0 g
	Marchew	30,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Surówka z jabłka i selera	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	15,0 g
	Seler korzeniowy *(9)	50,0 g
	Jabłko	35,0 g
Ryba w jajku	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
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Graham+ twarożek ze szczypiorkiem+ pomid	Szczypiorek	20,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

Dieta: ML/GL Bezmleczna/Bezglutenowa

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb bezglutenowy+ jajko w majonezie+ sał	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
	Groszek zielony	10,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

**Jadłospis na dzień: 14-06-2024
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko+ rodzynki	Jabłko	200,0	g
	Rodzynki, suszone *(12)	50,0	g
Banan	Banan	220,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Zupa krem z dyni z chlebem bezglutenowym	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6, 7)	50,0	g
	Dynia	40,0	g
	Marchew	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Ryba w jajku (bezglut)	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
Jarzyny duszone (bezglutenowa)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
	Skrobia ziemniaczana	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
Surówka z jabłka i selera	Jabłko	35,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	50,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	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+ dżem+ pomidor+ rukola	Rukola	20,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6, 7)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

1	Gluten
---	--------

Jadłospis na dzień: 14-06-2024
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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

Jadłospis na dzień: 14-06-2024
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

P48	Maliny
P49	Małże
P50	Marchew
P51	Mąтва
P52	Melon
P53	Mięso
P54	Mięso czerwone
P55	Migdał
P56	Nabiał
P57	Nasiona
P58	Olej rybi
P59	Olejek migdałowy
P60	Orzech
P61	Orzech laskowy
P62	Orzech nerkowca
P63	Orzech włoski - orzech
P64	Orzeszki piniowe
P65	Ostryga
P66	Ośmiornica
P67	Owies
P68	Owoc
P69	Owoc cytrusowy
P70	Owoc kiwi
P71	Owoc mango
P72	Papryka
P73	Pistacja
P74	Pomarańcza - owoc
P75	Pomidor
P76	Pszenica
P77	Ryż
P78	Ser
P79	Skorupiak morski
P80	Sok jabłkowy
P81	Truskawka
P82	Tuńczyk
P83	Warzywa strączkowe
P84	Wieprzowina
P85	Wiśnia
P86	Zboża
P87	Ziarna soi
P88	Ziemniak
P89	Zioła i przyprawy
P90	Żyto
P91	Żywność na bazie mleka ssaków

Jadłospis na dzień: 14-06-2024
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

.....
sporządził
/Morkisz Magdalena/

.....

zatwierdził