

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

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

Wartość energetyczna: 700,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,55 , Cukry: 5,58 , Tłuszcz ogółem: 17,74 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,49 , Białko: 33,61 , Błonnik: 4,1 , Sól: 1,76

**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**

Kompot bez cukru, Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca), Kurczak słodko kwaśny z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Zupa jarzynowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 741,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 115,12 , Cukry: 18,18 , Tłuszcz ogółem: 9,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,49 , Białko: 38,13 , Błonnik: 11,53 , Sól: ,83

**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), Wek+kielbasa szynkowa+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 464,89 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,88 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 10,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,36 , Białko: 22,34 , Błonnik: 3,28 , Sól: 2,39

**Dobowa suma wartości odżywczych**

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 182,41	kcal
Węglowodny przyswajalne	323,01	g
Cukry (glukoza)	10,66	g
Cukry (fruktoza)	18,15	g
Cukry (sacharoza)	23,80	g
Tłuszcze (nasycone)	17,38	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,94	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,59	g
Białko	103,24	g
Błonnik	21,95	g
Sól	5,27	g

**Dieta: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+ pasta z jaj+papryka+sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne),

Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 648,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 75,89 , Cukry: 4,09 , Tłuszcz ogółem: 23,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,63 , Białko: 23,34 , Błonnik: 8,98 , 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

Kompot bez cukru, Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca), Kurczak słodko kwaśny z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Zupa jarzynowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 813,55 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 115,12 , Cukry: 18,18 , Tłuszcz ogółem: 17,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,03 , Białko: 38,13 , Błonnik: 11,53 , Sól: ,83

## 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), Chleb mieszany+ kiełbasa szynkowa+ogórek kons+ruko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 644,18 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,37 , Cukry: 4,2 , Tłuszcz ogółem: 19,92 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,86 , Białko: 24,4 , Błonnik: 8,04 , Sól: 3,38

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 381,96	kcal
Węglowodny przyswajalne	320,84	g
Cukry (glukoza)	9,31	g
Cukry (fruktoza)	16,35	g
Cukry (sacharoza)	24,40	g
Tłuszcze (nasycone)	29,56	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,28	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,39	g
Białko	95,03	g
Błonnik	31,59	g
Sól	6,47	g

## Dieta: 11/GL Bezglutenowa

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, chleb bezglutenowy+ pasta z jaj +pomidor+sałata - 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: 579,32 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 40,19 , Cukry: 4,51 , Tłuszcz ogółem: 31,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,14 , Białko: 25,15 , Błonnik: 3,81 , Sól: ,84

### 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

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa z ziemniakami (bezgluten) - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z ryżem (bezgl) - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko

sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 974,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 133,05 , Cukry: 18,72 , Tłuszcz ogółem: 26,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,79 , Białko: 37,72 , Błonnik: 13,84 , Sól: ,86

## 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 bezgl.+ kiełbasa szynkowa+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 192,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 3,41 , Cukry: 3 , Tłuszcz ogółem: 14,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,32 , Białko: 8,77 , Błonnik: 1,52 , Sól: 1,25

## Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 022,13	kcal
Węglowodny przyswajalne	222,12	g
Cukry (glukoza)	10,66	g
Cukry (fruktoza)	18,15	g
Cukry (sacharoza)	21,01	g
Tłuszcze (nasycone)	31,28	g
Tłuszcze (jednonasycone)	33,87	g
Tłuszcze (wielonasycone)	12,75	g
Białko	80,81	g
Błonnik	22,21	g
Sól	3,23	g

---

## Dieta: 11/ML Bezmleczna

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, wek+pasta z jaj+pomidor+sałata(bezgl/bezml) - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 515,86 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,84 , Cukry: 5,15 , Tłuszcz ogółem: 19,34 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,43 , Białko: 20,93 , Błonnik: 3,37 , Sól: 1,51

### DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 100,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 20,2 , Cukry: 19,4 , Tłuszcz ogółem: ,28 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,08 , Białko: ,8 , Błonnik: 4 , Sól: ,01

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa z ziemniakami (bezgl/bezml) - w tym alergeny (Seler), Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z ryżem (bezgl) - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 991,08 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 140,75 , Cukry: 17,54 , Tłuszcz ogółem: 25,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,19 , Białko: 36,48 , Błonnik: 13,87 , Sól: ,82

## PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko, Banan

Wartość energetyczna: 293,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,17 , Cukry: 55,99 , Tłuszcz ogółem: ,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,26 , Białko: 2,24 , Błonnik: 4,42 , Sól: ,05

## Kolacja

Herbata z cukrem, Wek+ kiełbasa szynkowa+pomidor+ruko - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe)

Wartość energetyczna: 424,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,61 , Cukry: 17,4 , Tłuszcz ogółem: 7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,22 , Białko: 16,67 , Błonnik: 3,32 , Sól: 2,25

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 324,64	kcal
Węglowodny przyswajalne	357,57	g
Cukry (glukoza)	20,96	g
Cukry (fruktoza)	30,34	g
Cukry (sacharoza)	64,18	g
Tłuszcze (nasycone)	10,17	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,80	g
Tłuszcze (wielonasycone)	14,94	g
Białko	77,12	g
Błonnik	28,98	g
Sól	4,64	g

---

## **Dieta: 12 Papkowata (przecierana)**

---

### **ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 764,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 73,68 , Cukry: 4,82 , Tłuszcz ogółem: 35,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,81 , Białko: 30,37 , Błonnik: 3,11 , Sól: 1,45

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Jabłko- mus

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

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Kurczak słodko kwaśny z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Zupa jarzynowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 719,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,76 , Cukry: 16,32 , Tłuszcz ogółem: 9,54 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,44 , Białko: 36,86 , Błonnik: 9,61 , Sól: ,75

### **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), Wek+kielbasa szynkowa+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 713,71 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 81,73 , Cukry: 4,93 , Tłuszcz ogółem: 26,29 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,74 , Białko: 31,77 , Błonnik: 3,03 , Sól: 2,33

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 473,41	kcal
Węglowodny przyswajalne	313,63	g
Cukry (glukoza)	9,67	g
Cukry (fruktoza)	17,33	g
Cukry (sacharoza)	22,66	g
Tłuszcze (nasycone)	37,02	g
Tłuszcze (jednonasycone)	28,53	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,44	g
Białko	108,17	g
Błonnik	18,80	g

## Dieta: 2 Łatwostrawna

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 885,45 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,91 , Cukry: 5,78 , Tłuszcz ogółem: 36,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,26 , Białko: 33,85 , Błonnik: 4,12 , Sól: 1,86

### 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

Kompot bez cukru, Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca), Kurczak słodko kwaśny z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Zupa jarzynowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 813,55 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 115,12 , Cukry: 18,18 , Tłuszcz ogółem: 17,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,03 , Białko: 38,13 , Błonnik: 11,53 , Sól: ,83

### 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), Wek+kiełbasa szynkowa+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 577,1 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,99 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 22,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,57 , Białko: 22,45 , Błonnik: 3,28 , Sól: 2,39

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 551,40	kcal
Węglowodny przyswajalne	323,47	g
Cukry (glukoza)	10,66	g
Cukry (fruktoza)	18,15	g
Cukry (sacharoza)	24,00	g
Tłuszcze (nasycone)	34,89	g
Tłuszcze (jednonasycone)	33,25	g
Tłuszcze (wielonasycone)	13,40	g
Białko	103,58	g
Błonnik	21,96	g
Sól	5,37	g

## Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb graham+ pasta z jaj+papryka+sałata - 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: 817,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,34 , Cukry: 3,64 , Tłuszcz ogółem: 29,64 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,2 , Białko: 35,64 , Błonnik: 9,79 , Sól: 2,08

## 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

Kompot bez cukru, Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca), Kurczak słodko kwaśny z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Zupa jarzynowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 813,55 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 115,12 , Cukry: 18,18 , Tłuszcz ogółem: 17,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,03 , Białko: 38,13 , Błonnik: 11,53 , Sól: ,83

## 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), Chleb graham+ kielbasa szynkowa+ogórek kons+ruko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 555,09 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 62,85 , Cukry: 3,12 , Tłuszcz ogółem: 19,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,81 , Białko: 23,89 , Błonnik: 8,1 , Sól: 3,15

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 461,18	kcal
Węglowodny przyswajalne	314,78	g
Cukry (glukoza)	9,31	g
Cukry (fruktoza)	16,35	g
Cukry (sacharoza)	22,87	g
Tłuszcze (nasycone)	33,08	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,25	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,51	g
Białko	106,82	g
Błonnik	32,46	g
Sól	6,36	g

---

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

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb graham+ pasta z jaj+papryka+sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 513,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 45,92 , Cukry: 2,95 , Tłuszcz ogółem: 23,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,51 , Białko: 21,17 , Błonnik: 7,76 , Sól: 1,52

### 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

Kompot bez cukru, Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca), Kurczak słodko kwaśny z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Zupa jarzynowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 813,55 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 115,12 , Cukry: 18,18 , Tłuszcz ogółem: 17,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,03 , Białko: 38,13 , Błonnik: 11,53 , Sól: ,83

## 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), Chleb graham+ kielbasa szynkowa+ogórek kons+ruko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 508,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,4 , Cukry: 3,06 , Tłuszcz ogółem: 19,43 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,74 , Białko: 22,23 , Błonnik: 6,82 , Sól: 2,94

## DRUGA KOLACJA

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

Wartość energetyczna: 185,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 26,87 , Cukry: 1,58 , Tłuszcz ogółem: 5,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,96 , Białko: 5,47 , Błonnik: 4,44 , Sól: ,66

## Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 479,89	kcal
Węglowodny przyswajalne	314,38	g
Cukry (glukoza)	10,26	g
Cukry (fruktoza)	17,45	g
Cukry (sacharoza)	22,58	g
Tłuszcze (nasycone)	35,23	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,86	g
Tłuszcze (wielonasycone)	12,19	g
Białko	101,52	g
Błonnik	37,68	g
Sól	6,91	g

---

## Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham+ jajko+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 420,79 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,35 , Cukry: 3,36 , Tłuszcz ogółem: 11,11 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,99 , Białko: 18,93 , Błonnik: 9,16 , Sól: 1,61

### 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

Kompot bez cukru, Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca), Kurczak słodko kwaśny z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Zupa jarzynowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 759,54 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 115,12 , Cukry: 18,18 , Tłuszcz ogółem: 11,78 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,63 , Białko: 38,13 , Błonnik: 11,53 , Sól: ,83

## 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+kielbasa szynkowa+pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka

krowiego, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 393,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54 , Cukry: 3,36 , Tłuszcz ogółem: 8,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,24 , Białko: 18,43 , Błonnik: 9,16 , Sól: 2,55

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	1 738,64	kcal
Węglowodny przyswajalne	247,92	g
Cukry (glukoza)	10,64	g
Cukry (fruktoza)	18,13	g
Cukry (sacharoza)	12,19	g
Tłuszcze (nasycone)	13,70	g
Tłuszcze (jednonasycone)	12,63	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,31	g
Białko	82,53	g
Błonnik	32,85	g
Sól	5,23	g

---

## **Dieta: ML/GL Bezmleczna/Bezglutenowa**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, chleb bezgl+pasta z jaj+pomidor+sałata(bezgl/bezml - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 221,86 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 4,04 , Cukry: 3,25 , Tłuszcz ogółem: 15,08 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,32 , Białko: 12,93 , Błonnik: 1,57 , Sól: ,51

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Jabłko, Orzechy 40 g

Wartość energetyczna: 366,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,8 , Cukry: 20,28 , Tłuszcz ogółem: 23,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,7 , Białko: 7,2 , Błonnik: 6,6 , Sól: ,01

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa z ziemniakami (bezgl/bezml) - w tym alergeny (Seler), Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z ryżem (bezgl) - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 991,08 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 140,75 , Cukry: 17,54 , Tłuszcz ogółem: 25,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,19 , Białko: 36,48 , Błonnik: 13,87 , Sól: ,82

### **PODWIECZOREK**

Kisiel i jabłko, Banan

Wartość energetyczna: 293,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,17 , Cukry: 55,99 , Tłuszcz ogółem: ,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,26 , Białko: 2,24 , Błonnik: 4,42 , Sól: ,05

### **Kolacja**

Herbata z cukrem, chleb bezglutenowy+ kiełbasa szynkowa+pomidor+ruko - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe)

Wartość energetyczna: 374,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,01 , Cukry: 15,5 , Tłuszcz ogółem: 3,04 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,41 , Białko: 11,47 , Błonnik: 3,72 , Sól: 2,84

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 003,04	kcal
Węglowodny przyswajalne	252,57	g
Cukry (glukoza)	20,96	g
Cukry (fruktoza)	30,34	g
Cukry (sacharoza)	61,26	g
Tłuszcze (nasycone)	10,58	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,88	g
Tłuszcze (wielonasycone)	28,78	g



Białko	67,52 g
Błonnik	27,98 g
Sól	2,63 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+ pasta z jaj+ pomidor+sałata	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szcypiorek	3,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kapusta pekińska	50,0	g
	Koper ogrodowy	2,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Rzodkiewka	30,0	g
Kurczak słodko kwaśny z ryżem	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	2,0	g
	Ananas	30,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Szcypiorek	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Marchew	20,0	g
	Papryka czerwona	30,0	g
Zupa jarzynowa z ziemniakami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g



	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	20,0 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
Wek+kiełbasa szynkowa+pomidor+ sałata	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
Inne składniki			

#### Dieta: 1 Podstawowa

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+ pasta z jaj+papryka+sałata	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	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
	Sałata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Kapusta pekińska	50,0	g
	Koper ogrodowy	2,0	g
	Ogórek	20,0	g



	Rzodkiewka	30,0 g
Kurczak słodko kwaśny z ryżem	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g
	Kukurydza, konserwowa	20,0 g
	Skrobia ziemniaczana	2,0 g
	Ananas	30,0 g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0 g
	Szczypiorek	5,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Ryż biały	80,0 g
	Marchew	20,0 g
	Papryka czerwona	30,0 g
	Zupa jarzynowa z ziemniakami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)
Kości, wywar		300,0 g
Mieszanka Ziół		2,0 g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		6,0 g
Makaron czterojajeczny *(1, 3)		30,0 g
Fasola szparagowa		20,0 g
Groszek zielony		10,0 g
Kalafior		10,0 g
Pietruszka, liście		5,0 g
Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)		20,0 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
Chleb mieszany+ kiełbasa szynkowa+ogórek	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(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
Inne składniki			

#### Dieta: 11/GL Bezglutenowa

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
chleb bezglutenowy+ pasta z jaj +pomidor+s	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g



	Szcypiorek	3,0 g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Sałata	20,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0 g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mąka kukurydziana	30,0 g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g
Inne składniki		

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa z ziemniakami (bezgluten)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z ryżem (b	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	10,0	g
	Ananas	30,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Szcypiorek	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Marchew	20,0	g
	Papryka czerwona	30,0	g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Kapusta pekińska	50,0	g
	Koper ogrodowy	2,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Rzodkiewka	30,0	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
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
chleb bezgl.+ kielbasa szynkowa+ pomidor+	Rukola	20,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+pasta z jaj+pomidor+sałata(bezgl/bezml)	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa z ziemniakami (bezgl/bezml)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Skrobia ziemniaczana	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Fasola szparagowa	30,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z ryżem (b	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	10,0
Kukurydza, konserwowa		20,0	g
Skrobia ziemniaczana		2,0	g
Ananas		30,0	g
Mięso z ud kurczaka, bez skóry		100,0	g



	Szczypiorek	5,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	10,0 g
	Ryż biały	80,0 g
	Marchew	20,0 g
	Papryka czerwona	30,0 g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	10,0 g
	Kapusta pekińska	50,0 g
	Koper ogrodowy	2,0 g
	Ogórek	20,0 g
	Rzodkiewka	30,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	g
Banan	Banan	200,0	g
Inne składniki			

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Wek+ kielbasa szynkowa+pomidor+ruko	Rukola	20,0	g
	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	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
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Wek+ pasta z jaj+ pomidor	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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



Inne składniki

### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Kurczak słodko kwaśny z ryżem	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	2,0	g
	Ananas	30,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Marchew	20,0	g
	Papryka czerwona	30,0	g
	Zupa jarzynowa z ziemniakami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0
Kości, wywar		300,0	g
Mieszanka Ziół		2,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		6,0	g
Makaron czterojajeczny *(1, 3)		30,0	g
Fasola szparagowa		20,0	g
Groszek zielony		10,0	g
Kalafior		10,0	g
Pietruszka, liście		5,0	g
Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)		20,0	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
Wek+kiełbasa szynkowa+pomidor	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g

Inne składniki

**Dieta: 2 Łatwostrawna**

### ŚNIADANIE



**Jadłospis na dzień: 20-06-2024**  
**szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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+ pasta z jaj+ pomidor+sałata	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Kapusta pekińska	50,0	g
	Koper ogrodowy	2,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Rzodkiewka	30,0	g
	Kurczak słodko kwaśny z ryżem	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0
Kukurydza, konserwowa		20,0	g
Skrobia ziemniaczana		2,0	g
Ananas		30,0	g
Mięso z ud kurczaka, bez skóry		100,0	g
Szczypiorek		5,0	g
Mieszanka Ziół		2,0	g
Olej rzepakowy		5,0	g
Ryż biały		80,0	g
Marchew		20,0	g
Papryka czerwona		30,0	g
Zupa jarzynowa z ziemniakami		Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g



	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	20,0 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
Wek+kiełbasa szynkowa+pomidor+sałata	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
Inne składniki			

#### Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+ pasta z jaj+papryka+sałata	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Papryka czerwona	50,0	g
	Sałata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	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
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Kapusta pekińska	50,0	g
	Koper ogrodowy	2,0	g



	Ogórek	20,0 g
	Rzodkiewka	30,0 g
Kurczak słodko kwaśny z ryżem	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g
	Kukurydza, konserwowa	20,0 g
	Skrobia ziemniaczana	2,0 g
	Ananas	30,0 g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0 g
	Szczypiorek	5,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Ryż biały	80,0 g
	Marchew	20,0 g
	Papryka czerwona	30,0 g
	Zupa jarzynowa z ziemniakami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)
Kości, wywar		300,0 g
Mieszanka Ziół		2,0 g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		6,0 g
Makaron czterojajeczny *(1, 3)		30,0 g
Fasola szparagowa		20,0 g
Groszek zielony		10,0 g
Kalafior		10,0 g
Pietruszka, liście		5,0 g
Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	20,0 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
Chleb graham+ kielbasa szynkowa+ogórek k	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	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+ pasta z jaj+papryka+sałata	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
	Jaja kurcze całe *(3)	90,0	g



	Szcypiorek	3,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0 g
	Papryka czerwona	50,0 g
	Sałata	20,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0 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
	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
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Kapusta pekińska	50,0	g
	Koper ogrodowy	2,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Rzodkiewka	30,0	g
Kurczak słodko kwaśny z ryżem	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	2,0	g
	Ananas	30,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Szcypiorek	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Marchew	20,0	g
	Papryka czerwona	30,0	g
Zupa jarzynowa z ziemniakami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czteroajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	20,0	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
Chleb graham+ kielbasa szynkowa+ogórek k	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	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+ jajko+ pomidor+ sałata	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
Inne składniki			

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Kapusta pekińska	50,0	g
	Koper ogrodowy	2,0	g
	Ogórek	20,0	g

**Jadłospis na dzień: 20-06-2024  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**  
ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów  
338752446  
338752446  
NIP: 5512123091 REGON: 000805666

	Rzodkiewka	30,0 g
Kurczak słodko kwaśny z ryżem	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g
	Kukurydza, konserwowa	20,0 g
	Skrobia ziemniaczana	2,0 g
	Ananas	30,0 g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0 g
	Szczypiorek	5,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	2,0 g
	Ryż biały	80,0 g
	Marchew	20,0 g
	Papryka czerwona	30,0 g
	Zupa jarzynowa z ziemniakami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)
Kości, wywar		300,0 g
Mieszanka Ziół		2,0 g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		6,0 g
Makaron czterojajeczny *(1, 3)		30,0 g
Fasola szparagowa		20,0 g
Groszek zielony		10,0 g
Kalafior		10,0 g
Pietruszka, liście		5,0 g
Mleko spożywcze, 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
Graham+kielbasa szynkowa+pomidor+ sałata	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

**Dieta: ML/GL Bezmleczna/Bezglutenowa****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
chleb bezgl+pasta z jaj+pomidor+sałata(bezgj	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g



	Sałata	20,0 g
Inne składniki		

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko	Jabłko	200,0	g
Orzechy 40 g	Orzechy włoskie	40,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa z ziemniakami (bezgl/bezml)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Skrobia ziemniaczana	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Fasola szparagowa	30,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z ryżem (b)	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	2,0	g
	Ananas	30,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Marchew	20,0	g
	Papryka czerwona	30,0	g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Kapusta pekińska	50,0	g
	Koper ogrodowy	2,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Rzodkiewka	30,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko	Kisiel w proszku	20,0	g
	Jabłko	50,0	g
Banan	Banan	200,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

**Jadłospis na dzień: 20-06-2024**  
**szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
chleb bezglutenowy+ kielbasa szynkowa+po	Rukola	20,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	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
P19	Banan
P20	Białko jaja kurzego
P21	Borówka
P22	Bób
P23	Brzoskwinia
P24	Cebula
P25	Cynamon
P26	Cytrynian
P27	Czekolada
P28	Czosnek
P29	Dodatek do żywności
P30	Dorsz
P31	Drób
P32	Figi
P33	Gałka muskatołowa
P34	Glutaminian
P35	Goździk
P36	Grzyb
P37	Homar





P38	Imbir
P39	Jabłko
P40	Kalmar
P41	Kokos
P42	Koncentrat białek jaja kurzego
P43	Krab
P44	Krewetki
P45	Kukurydza
P46	Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego
P47	Laktoza
P48	Maliny
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

**Jadłospis na dzień: 20-06-2024**  
**szczegółowy**



**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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