

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

Herbata bez cukru, Wek+ pasta z jaj z rybą+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 775,26 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,66 , Cukry: 3,53 , Tłuszcz ogółem: 25,35 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,49 , Białko: 37,08 , Błonnik: 4,58 , Sól: 2,16

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 675,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,24 , Cukry: 6,51 , Tłuszcz ogółem: 5,04 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,9 , Białko: 50,47 , Błonnik: 6,48 , Sól: ,68

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+ serek śmietankowy+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 654,39 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,48 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 7,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,31 , Białko: 21,44 , Błonnik: 3,28 , Sól: 1,84

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 268,48	kcal
Węglowodny przyswajalne	297,13	g
Cukry (glukoza)	8,12	g
Cukry (fruktoza)	12,47	g
Cukry (sacharoza)	28,11	g
Tłuszcze (nasycone)	13,78	g
Tłuszcze (jednonasycone)	17,12	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,74	g
Białko	110,89	g
Błonnik	21,60	g
Sól	4,83	g

Dieta: 1 Podstawowa**ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+ sałatka z tuńczyka+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 673,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 81,67 , Cukry: 3,09 , Tłuszcz ogółem: 24,44 w tym nasycone kwasy

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 krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 767,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 104,9 , Cukry: 6,52 , Tłuszcz ogółem: 12,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,38 , Białko: 51,04 , Błonnik: 6,6 , Sól: ,68

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+masło+ ser żółty+ogórek kons+sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 744,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,31 , Cukry: 4,2 , Tłuszcz ogółem: 28,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,66 , Białko: 31,12 , Błonnik: 8 , Sól: 3,36

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 349,03	kcal
Węglowodny przyswajalne	304,63	g
Cukry (glukoza)	7,23	g
Cukry (fruktoza)	11,27	g
Cukry (sacharoza)	28,72	g
Tłuszcze (nasycone)	35,39	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,45	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,11	g
Białko	107,35	g
Błonnik	31,48	g
Sól	6,54	g

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 593,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 36,97 , Cukry: 1,63 , Tłuszcz ogółem: 32,83 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,58 , Białko: 29,19 , Błonnik: 2,78 , Sól: 1,16

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki, Rodzynki 50 g - w tym alergeny (Siarczyn i pochodna siarczynowa)

Wartość energetyczna: 233,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 50,95 , Cukry: 18,95 , Tłuszcz ogółem: ,34 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,12 , Białko: 2,35 , Błonnik: 7,05 , Sól: ,03

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z białych warzyw (bezglut) - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler), Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 578,96 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 122,93 , Cukry: 35,79 , Tłuszcz ogółem: 1,29 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,45 , Białko: 12,2 , Błonnik: 8,84 , Sól: ,3

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

Chleb bezgl+ masło+ serek śmietan+pomidr+ sałata - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 380,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 6,91 , Cukry: 0 , Tłuszcz ogółem: 11,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,27 , Białko: 7,64 , Błonnik: 0 , Sól: ,68

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 075,86	kcal
Węglowodny przyswajalne	281,15	g
Cukry (glukoza)	20,48	g
Cukry (fruktoza)	29,77	g
Cukry (sacharoza)	64,11	g
Tłuszcze (nasycone)	24,72	g
Tłuszcze (jednonasycone)	17,56	g
Tłuszcze (wielonasycone)	4,81	g
Białko	54,37	g
Błonnik	26,47	g
Sól	2,32	g

Dieta: 11/ML Bezmleczna

ŚNIADANIE

Wek + pasta z jaj i ryby+ sałata (bezmleczna/bezgl - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 656,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,43 , Cukry: 14,77 , Tłuszcz ogółem: 25,56 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,05 , Białko: 30,89 , Błonnik: 2,33 , Sól: 2,17

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki, Rodzynki 50 g - w tym alergeny (Siarczyny i pochodna siarczynowa)

Wartość energetyczna: 233,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 50,95 , Cukry: 18,95 , Tłuszcz ogółem: ,34 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,12 , Białko: 2,35 , Błonnik: 7,05 , Sól: ,03

OBIAD

Kompot bez cukru, zupa krem z białych warzyw z grzankami (bezmleczna - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 585,45 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 124,33 , Cukry: 30,95 , Tłuszcz ogółem: 1,17 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,28 , Białko: 12,74 , Błonnik: 8,8 , Sól: ,42

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

Wek+ dżem+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 442,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 89 , Cukry: 35,9 , Tłuszcz ogółem: 4,57 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,17 , Białko: 9,58 , Błonnik: 3,68 , Sól: 1,1

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 013,85	kcal
Węglowodny przyswajalne	352,51	g
Cukry (glukoza)	17,71	g

Cukry (fruktoza)	27,02	g
Cukry (sacharoza)	75,42	g
Tłuszcze (nasycone)	7,68	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,08	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,11	g
Białko	56,56	g
Błonnik	26,26	g
Sól	3,87	g

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Wek+ jajo+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 630,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,19 , Cukry: 2,4 , Tłuszcz ogółem: 25,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,36 , Białko: 24,63 , Błonnik: 3,33 , Sól: 1,23

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko- mus

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 712,75 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,28 , Cukry: 6,51 , Tłuszcz ogółem: 8,96 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,63 , Białko: 50,5 , Błonnik: 6,48 , Sól: ,68

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+ serek śmietankowy+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 903,22 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,21 , Cukry: 5,56 , Tłuszcz ogółem: 24,19 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,75 , Białko: 30,03 , Błonnik: 4,53 , Sól: 1,78

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 416,99	kcal
Węglowodny przyswajalne	289,64	g
Cukry (glukoza)	8,34	g
Cukry (fruktoza)	18,20	g
Cukry (sacharoza)	22,09	g
Tłuszcze (nasycone)	33,86	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,88	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,36	g
Białko	106,76	g
Błonnik	21,74	g
Sól	3,85	g

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ pasta z jaj z rybą+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko

mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 887,48 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,77 , Cukry: 3,53 , Tłuszcz ogółem: 37,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,69 , Białko: 37,18 , Błonnik: 4,58 , Sól: 2,16

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 712,75 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,28 , Cukry: 6,51 , Tłuszcz ogółem: 8,96 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,63 , Białko: 50,5 , Błonnik: 6,48 , Sól: ,68

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+ serek śmietankowy+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 766,61 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,58 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 19,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,52 , Białko: 21,54 , Błonnik: 3,28 , Sól: 1,84

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 530,34	kcal
Węglowodny przyswajalne	297,38	g
Cukry (glukoza)	8,12	g
Cukry (fruktoza)	12,47	g
Cukry (sacharoza)	28,11	g
Tłuszcze (nasycone)	32,93	g
Tłuszcze (jednonasycone)	24,96	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,15	g
Białko	111,13	g
Błonnik	21,60	g
Sól	4,84	g

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb graham+ sałatka z tuńczyka+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 841,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,01 , Cukry: 3,27 , Tłuszcz ogółem: 30,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,89 , Białko: 34,76 , Błonnik: 11,94 , Sól: 2,46

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 krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 767,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 104,9 , Cukry: 6,52 , Tłuszcz ogółem: 12,93 w tym nasycone kwasy

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+masło+ ser żółty+ogórek kons+sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 655,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 62,79 , Cukry: 3,12 , Tłuszcz ogółem: 28,06 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,6 , Białko: 30,61 , Błonnik: 8,06 , Sól: 3,13

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 428,25	kcal
Węglowodny przyswajalne	297,45	g
Cukry (glukoza)	7,23	g
Cukry (fruktoza)	11,27	g
Cukry (sacharoza)	27,82	g
Tłuszcze (nasycone)	38,97	g
Tłuszcze (jednonasycone)	24,58	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,42	g
Białko	118,31	g
Błonnik	33,85	g
Sól	6,42	g

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

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 538,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 51,7 , Cukry: 1,95 , Tłuszcz ogółem: 23,94 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,14 , Białko: 21,13 , Błonnik: 8,41 , Sól: 1,9

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 krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 767,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 104,9 , Cukry: 6,52 , Tłuszcz ogółem: 12,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,38 , Białko: 51,04 , Błonnik: 6,6 , Sól: ,68

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+masło+ ser żółty+ogórek kons+sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 609,59 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,33 , Cukry: 3,06 , Tłuszcz ogółem: 27,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,54 , Białko: 28,95 , Błonnik: 6,78 , Sól: 2,91

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	2 446,92	kcal
Węglowodny przyswajalne	298,17	g
Cukry (glukoza)	8,18	g
Cukry (fruktoza)	12,37	g
Cukry (sacharoza)	26,90	g
Tłuszcze (nasycone)	41,06	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,03	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,91	g
Białko	113,84	g
Błonnik	37,57	g
Sól	6,98	g

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 401,75 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 51,45 , Cukry: ,56 , Tłuszcz ogółem: 10,92 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,94 , Białko: 18,03 , Błonnik: 7,96 , Sól: 1,59

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, Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 587,14 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,2 , Cukry: 6,47 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,78 , Białko: 44,49 , Błonnik: 6,02 , Sól: ,66

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+ serek śmietankowy+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 582,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,59 , Cukry: 3,36 , Tłuszcz ogółem: 6,22 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,19 , Białko: 17,52 , Błonnik: 9,16 , Sól: 2

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 735,21	kcal
Węglowodny przyswajalne	229,00	g
Cukry (glukoza)	8,05	g
Cukry (fruktoza)	12,40	g
Cukry (sacharoza)	23,35	g
Tłuszcze (nasycone)	10,00	g

Tłuszcze (jednonasycone)	7,58	g
Tłuszcze (wielonasycone)	4,64	g
Białko	81,93	g
Błonnik	30,40	g
Sól	4,40	g

Dieta: ML/GL Bezmleczna/Bezglutenowa

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, chleb bezgl+pastą z jaj i ryb+sałata (bezgl/bezml) - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Ryba, Białko sojowe)

Wartość energetyczna: 304,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,51 , Cukry: 12,87 , Tłuszcz ogółem: 17,22 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,02 , Białko: 18,75 , Błonnik: ,53 , Sól: ,95

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki+ rodzynki

Wartość energetyczna: 233,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 50,95 , Cukry: 18,95 , Tłuszcz ogółem: ,34 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,12 , Białko: 2,35 , Błonnik: 7,05 , Sól: ,03

OBIAD

Zupa krem z biał.warzyw z chlebem bezgl(bezg/bezm) - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Seler), Ryż z jabłkami, Kompot z cukrem

Wartość energetyczna: 802,27 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 147,05 , Cukry: 59,58 , Tłuszcz ogółem: 15,29 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,25 , Białko: 11,36 , Błonnik: 9,39 , Sól: ,29

PODWIECZOREK

Sok owocowy, Banan, Orzechy 40 g

Wartość energetyczna: 556,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68 , Cukry: 58,88 , Tłuszcz ogółem: 23,51 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,92 , Białko: 9,4 , Błonnik: 10,4 , Sól: ,16

Kolacja

Herbata z cukrem, chleb bezglutenowy+ dżem+ pomidor+sałata - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe)

Wartość energetyczna: 392,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 83,4 , Cukry: 34 , Tłuszcz ogółem: ,61 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,36 , Białko: 4,38 , Błonnik: 4,08 , Sól: 1,69

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 044,68	kcal
Węglowodny przyswajalne	313,71	g
Cukry (glukoza)	27,51	g
Cukry (fruktoza)	36,47	g
Cukry (sacharoza)	120,28	g
Tłuszcze (nasycone)	8,37	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,31	g
Tłuszcze (wielonasycone)	24,98	g
Białko	43,44	g
Błonnik	29,25	g
Sól	1,53	g

.....
sporządził
/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził



Dieta: 03 Z ogr. tłuszczu (wątrobowa)

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ pasta z jaj z rybą+ sałata	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Śledź w oleju *(4)	30,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Sałata	20,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Pierogi leniwe	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
Zupa krem z białych warzyw	Kości, wywar	300,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Kalafior	20,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	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
Wek+ serek śmietankowy+ pomidor+ sałata	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	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+ sałatka z tuńczyka+ sałata	Fasolka flageolet, konserwowa	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Tuńczyk w sosie własnym *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Ryż biały	6,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Cebula	10,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Sałata	20,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z białych warzyw	Kości, wywar	300,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Kalafior	20,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
Pierogi leniwe	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g	
Inne składniki			



PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
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+masło+ ser żółty+ogórek ko	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Sałata	20,0	g
	Ser, gouda tłusty *(7)	50,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb bezglutenowy+ pasta z jaj i ryby+ sałat	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Śledź w oleju *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Sałata	20,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Mandarynki	Mandarynki	200,0	g
Rodzynki 50 g	Rodzynki, suszone *(12)	50,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z białych warzyw (bezglut)	Skrobia ziemniaczana	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	20,0	g
	Kalafior	20,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g



	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0 g
Ryż z jabłkami	Ryż biały	90,0 g
	Jabłko	200,0 g
	Cukier	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
Chleb bezgl+ masło+ serek śmietan+pomidr	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/ML Bezmleczna

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek + pasta z jaj i ryby+ sałata (bezmleczna/	Jaja kurze całe *(3)	110,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Śledź w oleju *(4)	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Sałata	20,0	g
Herbata z cukrem	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Mandarynki	Mandarynki	200,0	g
Rodzyнки 50 g	Rodzyнки, suszone *(12)	50,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
zupa krem z białych warzyw z grzankami (be	Skrobia ziemniaczana	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Kalafior	20,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g



	Pietruszka, liście	5,0 g
Ryż z jabłkami	Ryż biały	80,0 g
	Jabłko	150,0 g
	Cukier	10,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ dżem+ pomidor+ sałata	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Herbata z cukrem	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Wek+ jajo+ pomidor+ sałata	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	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
Pierogi leniwe	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
Zupa krem z białych warzyw	Kości, wywar	300,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g



	Chleb chrupki *(1)	20,0 g
	Kalafior	20,0 g
	Pietruszka, korzeń	10,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	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
Wek+ serek śmietankowy+ pomidor	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	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

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ pasta z jaj z rybą+ sałata	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Śledź w oleju *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Sałata	20,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g

Inne składniki

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Mandarynki	Mandarynki	150,0	g

Inne składniki

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Pierogi leniwe	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g



	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0 g
	Kasza manna *(1)	10,0 g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0 g
Zupa krem z białych warzyw	Kości, wywar	300,0 g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Chleb chrupki *(1)	20,0 g
	Kalafior	20,0 g
	Pietruszka, korzeń	10,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	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
Wek+ serek śmietankowy+ pomidor+ sałata	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	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+ sałatka z tuńczyka+ sałata	Fasolka flageolet, konserwowa	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Tuńczyk w sosie własnym *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Ryż biały	6,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Cebula	10,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Sałata	20,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g



Inne składniki

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z białych warzyw	Kości, wywar	300,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Kalafior	20,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
Pierogi leniwe	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
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+masło+ ser żółty+ogórek kon	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Sałata	20,0	g
	Ser, gouda tłusty *(7)	50,0	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+ sałatka z tuńczyka+ sałata	Fasolka flageolet, konserwowa	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g



	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0 g
	Szczypiorek	10,0 g
	Tuńczyk w sosie własnym *(4)	30,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Ryż biały	6,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0 g
	Cebula	10,0 g
	Ogórek	20,0 g
	Salata	20,0 g

Inne składniki

DRUGIE ŚNIADANIE

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

Inne składniki

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z białych warzyw	Kości, wywar	300,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Kalafior	20,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
Pierogi leniwe	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g

Inne składniki

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
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

**Jadłospis na dzień: 21-06-2024
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Chleb graham+masło+ ser żółty+ogórek kon	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0 g
	Sałata	20,0 g
	Ser, gouda tłusty *(7)	50,0 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+ sałata	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g	
	Masło ekstra *(7)	5,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g	
	Sałata	20,0 g	

Inne składniki

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Mandarynki	Mandarynki	150,0 g	

Inne składniki

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g	
Pierogi leniwe	Jaja kurze całe *(3)	30,0 g	
	Ziemniaki, późne	30,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	60,0 g	
	Kasza manna *(1)	10,0 g	
	Ser twarogowy chudy *(7)	130,0 g	
Zupa krem z białych warzyw	Kości, wywar	300,0 g	
	Seler korzeniowy *(9)	10,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g	
	Chleb chrupki *(1)	20,0 g	
	Kalafior	20,0 g	
	Pietruszka, korzeń	10,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	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
Graham+ serek śmietankowy+ pomidor+ sał	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	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 z cukrem	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
chleb bezgl+pasta z jaj i ryb+sałata (bezgl/be	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Śledź w oleju *(4)	40,0	g
	Sałata	20,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Zupa krem z biał.warzyw z chlebem bezgl(be	Skrobia ziemniaczana	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	30,0	g
	Kalafior	20,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryż z jabłkami	Jabłko	150,0	g
	Olej rzepakowy	15,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Cukier	10,0	g
Kompot z cukrem	Kompot z jabłek, z cukrem	250,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Jadłospis na dzień: 21-06-2024 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
Banan	Banan	200,0	g
Orzechy 40 g	Orzechy włoskie	40,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
chleb bezglutenowy+ dżem+ pomidor+sałata	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

1	Gluten
2	Skorupiaki
3	Jaja (jadalne)
4	Ryba
5	Orzeszki ziemne
6	Białko sojowe
7	Białko mleka krowiego
8	Orzechy i nasiona
9	Seler
10	Musztarda/gorczyca
11	Nasiona sezamu
12	Siarczyn i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu
14	Owoce morza
P15	Albumina
P16	Ananas
P17	Arbuz
P18	Aspartam
P19	Banan
P20	Białko jaja kurzego
P21	Borówka
P22	Bób
P23	Brzoskwinia
P24	Cebula
P25	Cynamon
P26	Cytrynian
P27	Czekolada
P28	Czosnek
P29	Dodatek do żywności
P30	Dorsz

Jadłospis na dzień: 21-06-2024 szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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
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

Jadłospis na dzień: 21-06-2024
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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