



Dieta: 1 Podstawowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 676,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,4 , Cukry: 3,5 , Tłuszcz ogółem: 22,7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,55 , Białko: 22,18 , Błonnik: 9 , Sól: 1,86

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Buraczki z jabłkiem, Bitki wieprzowe - w tym alergeny (Gluten), Zupa ogórkowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Surówka colesław - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 804,49 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,96 , Cukry: 18,84 , Tłuszcz ogółem: 18,56 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,15 , Białko: 41,28 , Błonnik: 13,42 , Sól: 1,42

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+ twarożek z ziołami+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 671,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,06 , Cukry: 2 , Tłuszcz ogółem: 17,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,09 , Białko: 36,82 , Błonnik: 7,9 , Sól: 1,85

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 546,70	kcal
Węglowodny przyswajalne	352,33	g
Cukry (glukoza)	13,46	g
Cukry (fruktoza)	13,81	g
Cukry (sacharoza)	44,52	g
Tłuszcze (nasycone)	28,00	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,60	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,65	g
Białko	110,83	g
Błonnik	33,76	g
Sól	5,42	g

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler,

Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 730,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 92,56 , Cukry: 4,76 , Tłuszcz ogółem: 23,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,44 , Białko: 30,86 , Błonnik: 4,93 , Sól: 2,41

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Buraczki z jabłkiem, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 779,32 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,5 , Cukry: 18,8 , Tłuszcz ogółem: 10,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,49 , Białko: 43,2 , Błonnik: 15,28 , Sól: ,74

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 + twarożek z ziołami+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 599,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,59 , Cukry: 2,46 , Tłuszcz ogółem: 19,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,75 , Białko: 34,35 , Błonnik: 2,08 , Sól: 1,32

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 504,02	kcal
Węglowodny przyswajalne	351,55	g
Cukry (glukoza)	12,54	g
Cukry (fruktoza)	13,19	g
Cukry (sacharoza)	47,74	g
Tłuszcze (nasycone)	31,89	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,97	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,09	g
Białko	118,96	g
Błonnik	25,73	g
Sól	4,76	g

.....
sporządził

/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził



Dieta: 1 Podstawowa

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb mieszany+ pieczeń rzymska+ ogórek+	Pieczeń rzymska *(1, 6, 7)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Ogórek	100,0	g
	Sałata	20,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Buraczki z jabłkiem	Burak	90,0	g
	Jabłko	10,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
Bitki wieprzowe	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
Zupa ogórkowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Ogórek kwaszony	40,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Surówka colesław	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Cebula	10,0	g
	Kapusta biała	70,0	g
	Marchew	20,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	5,0	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+ twaróg z ziołami+ sałata	Mieszanka Ziół	2,0	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 twarogowy chudy *(7)	100,0	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 kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ sałata	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6, 7, 9, 10)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Sałata	20,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Buraczki z jabłkiem	Burak	90,0	g
	Jabłko	10,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	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
Mięso gotowane w sosie własnym	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Zupa brokułowa z makaronem	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
	Brokuły	40,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 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 + twaróg z ziołami+ sałata	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Sałata	20,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	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 muszkatołowa
P34	Glutaminian
P35	Goździk
P36	Grzyb
P37	Homar
P38	Imbir
P39	Jabłko
P40	Kalmar
P41	Kokos
P42	Koncentrat białek jaja kurzego
P43	Krab
P44	Krewetki
P45	Kukurydza
P46	Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego
P47	Laktoza
P48	Maliny
P49	Małże
P50	Marchew
P51	Mąтва
P52	Melon
P53	Mięso
P54	Mięso czerwone
P55	Migdał
P56	Nabiał
P57	Nasiona
P58	Olej rybi
P59	Olejek migdałowy
P60	Orzech
P61	Orzech laskowy
P62	Orzech nerkowca
P63	Orzech włoski - orzech
P64	Orzeszki piniowe
P65	Ostryga
P66	Ośmiornica
P67	Owies

Jadłospis na dzień: 25-06-2024
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

P68	Owoc
P69	Owoc cytrusowy
P70	Owoc kiwi
P71	Owoc mango
P72	Papryka
P73	Pistacja
P74	Pomarańcza - owoc
P75	Pomidor
P76	Pszenica
P77	Ryż
P78	Ser
P79	Skorupiak morski
P80	Sok jabłkowy
P81	Truskawka
P82	Tuńczyk
P83	Warzywa strączkowe
P84	Wieprzowina
P85	Wiśnia
P86	Zboża
P87	Ziarna soi
P88	Ziemniak
P89	Zioła i przyprawy
P90	Żyto
P91	Żywność na bazie mleka ssaków

.....
sporządził

/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził