

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

Herbata bez cukru, Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), wek+ pasta z jaj i ryb+ rozspanka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 772,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,57 , Cukry: 3,02 , Tłuszcz ogółem: 25,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,49 , Białko: 37,5 , Błonnik: 4,19 , Sól: 2,16

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 krem z cukinii z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Sałata z jogurtem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 684,61 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,66 , Cukry: 9,73 , Tłuszcz ogółem: 10,19 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,87 , Białko: 40,2 , Błonnik: 10,22 , Sól: ,61

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+ rozspanka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 655,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,9 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 7,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,31 , Białko: 21,56 , Błonnik: 3,28 , Sól: 1,84

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 283,44	kcal
Węglowodny przyswajalne	297,08	g
Cukry (glukoza)	9,20	g
Cukry (fruktoza)	19,26	g
Cukry (sacharoza)	23,71	g
Tłuszcze (nasycone)	16,79	g
Tłuszcze (jednonasycone)	18,51	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,35	g
Białko	100,85	g
Błonnik	25,09	g
Sól	4,76	g

Dieta: 1 Podstawowa**ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+śledź w sosie pomid+rozspanka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 595,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 76,25 , Cukry: 3,39 , Tłuszcz ogółem: 20,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,16 , Białko: 20,89 , Błonnik: 7,97 , Sól: 2,57

DRUGIE ŚNIADANIE

Gruszka

Wartość energetyczna: 87,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 18,45 , Cukry: 14,85 , Tłuszcz ogółem: ,23 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,9 , Błonnik: 3,15 , Sól: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z cukinii z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pieczeń wieprzowa - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Mizeria - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 729,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,08 , Cukry: 9,58 , Tłuszcz ogółem: 18,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,7 , Białko: 36,79 , Błonnik: 9,65 , Sól: ,67

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+ serek śmietankowy+ogórek kons+ ros - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 832,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,28 , Cukry: 4,2 , Tłuszcz ogółem: 17,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,81 , Białko: 23,39 , Błonnik: 8 , Sól: 2,83

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 341,21	kcal
Węglowodny przyswajalne	296,85	g
Cukry (glukoza)	8,26	g
Cukry (fruktoza)	19,24	g
Cukry (sacharoza)	24,12	g
Tłuszcze (nasycone)	27,79	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,85	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,23	g
Białko	82,96	g
Błonnik	33,17	g
Sól	6,23	g

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

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

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	75,00	kcal
Węglowodny przyswajalne	15,15	g
Cukry (glukoza)	3,00	g
Cukry (fruktoza)	8,10	g
Cukry (sacharoza)	3,45	g
Tłuszcze (nasycone)	0,06	g
Tłuszcze (jednonasycone)	0,02	g
Tłuszcze (wielonasycone)	0,14	g
Białko	0,60	g

Błonnik	3,00 g
Sól	0,01 g

Dieta: 11/ML Bezmleczna

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek + pasta z jaj i ryby+ roszponka (bezmleczna) - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 610,89 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,65 , Cukry: 2,47 , Tłuszcz ogółem: 25,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,06 , Białko: 31,29 , Błonnik: 2,61 , Sól: 2,17

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 krem z cukinii z grzankami (bezmleczna) - w tym alergeny (Gluten, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka z pomidora ze szczypiorkiem

Wartość energetyczna: 601,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,4 , Cukry: 12,94 , Tłuszcz ogółem: 6,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,58 , Białko: 33,57 , Błonnik: 11,47 , Sól: ,37

PODWIECZOREK

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

Wartość energetyczna: 239,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,15 , Cukry: 20,15 , Tłuszcz ogółem: ,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,14 , Białko: 2,15 , Błonnik: 7,65 , Sól: ,18

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 526,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 110,67 , Cukry: 18,4 , Tłuszcz ogółem: 4,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,17 , Białko: 9,7 , Błonnik: 3,28 , Sól: 1,11

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 053,39	kcal
Węglowodny przyswajalne	328,02	g
Cukry (glukoza)	11,35	g
Cukry (fruktoza)	21,94	g
Cukry (sacharoza)	35,23	g
Tłuszcze (nasycone)	10,01	g
Tłuszcze (jednonasycone)	18,01	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,39	g
Białko	77,31	g
Błonnik	28,01	g
Sól	3,83	g

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 863,55 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,81 , Cukry: 3,1 , Tłuszcz ogółem: 37,01 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,27 , Białko: 32,53 , Błonnik: 4,03 , Sól: 1,84

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 krem z cukinii z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 612,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,88 , Cukry: 7,23 , Tłuszcz ogółem: 9,53 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,54 , Białko: 35,13 , Błonnik: 8,82 , Sól: ,58

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+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 903,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,43 , Cukry: 5,25 , Tłuszcz ogółem: 24,03 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,76 , Białko: 30,73 , Błonnik: 4,42 , Sól: 1,78

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 550,38	kcal
Węglowodny przyswajalne	300,06	g
Cukry (glukoza)	8,75	g
Cukry (fruktoza)	18,70	g
Cukry (sacharoza)	22,28	g
Tłuszcze (nasycone)	35,69	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,47	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,86	g
Białko	99,99	g
Błonnik	24,66	g
Sól	4,35	g

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 863,55 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,81 , Cukry: 3,1 , Tłuszcz ogółem: 37,01 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,27 , Białko: 32,53 , Błonnik: 4,03 , Sól: 1,84

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 krem z cukinii z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Sałata z jogurtem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 718,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,68 , Cukry: 9,73 , Tłuszcz ogółem: 12,54 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,37 , Białko: 42,98 , Błonnik: 10,22 , Sól: ,82

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+ rozspanka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 767,62 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 19,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,52 , Białko: 21,66 , Błonnik: 3,28 , Sól: 1,84

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 520,47	kcal
Węglowodny przyswajalne	297,43	g
Cukry (glukoza)	9,15	g
Cukry (fruktoza)	19,20	g
Cukry (sacharoza)	23,89	g
Tłuszcze (nasycone)	34,27	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,21	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,13	g
Białko	98,77	g
Błonnik	24,92	g
Sól	4,66	g

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb graham+śledź w sosie pomid+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 759,83 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,08 , Cukry: 3,06 , Tłuszcz ogółem: 26,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,79 , Białko: 32,65 , Błonnik: 9,89 , Sól: 2,68

DRUGIE ŚNIADANIE

Gruszka

Wartość energetyczna: 87,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 18,45 , Cukry: 14,85 , Tłuszcz ogółem: ,23 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,9 , Błonnik: 3,15 , Sól: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z cukinii z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pieczeń wieprzowa - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Mizeria - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 729,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,08 , Cukry: 9,58 , Tłuszcz ogółem: 18,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,7 , Białko: 36,79 , Błonnik: 9,65 , Sól: ,67

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+ serek śmietankowy+ ogórek kons+ ros - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 743,79 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,77 , Cukry: 3,12 , Tłuszcz ogółem: 17,26 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,76 , Białko: 22,88 , Błonnik: 8,06 , Sól: 2,6

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 416,53	kcal
Węglowodny przyswajalne	289,18	g

Cukry (glukoza)	8,26 g
Cukry (fruktoza)	19,24 g
Cukry (sacharoza)	22,71 g
Tłuszcze (nasycone)	31,37 g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,83 g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,48 g
Białko	94,21 g
Błonnik	35,15 g
Sól	6,11 g

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

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb graham+śledź w sosie pomid+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 460,15 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 46,27 , Cukry: 2,25 , Tłuszcz ogółem: 19,7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,04 , Białko: 18,72 , Błonnik: 6,75 , Sól: 2,12

DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 270,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 45,07 , Cukry: 15,78 , Tłuszcz ogółem: 5,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,01 , Białko: 6,27 , Błonnik: 7,24 , Sól: ,67

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z cukinii z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pieczeń wieprzowa - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Mizeria - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 729,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,08 , Cukry: 9,58 , Tłuszcz ogółem: 18,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,7 , Białko: 36,79 , Błonnik: 9,65 , Sól: ,67

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+ serek śmietankowy+ ogórek kons+ ros - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 697,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,3 , Cukry: 3,06 , Tłuszcz ogółem: 16,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,69 , Białko: 21,22 , Błonnik: 6,78 , Sól: 2,39

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	2 439,16	kcal
Węglowodny przyswajalne	290,39	g
Cukry (glukoza)	9,21	g
Cukry (fruktoza)	20,34	g
Cukry (sacharoza)	22,30	g
Tłuszcze (nasycone)	33,46	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,42	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,03	g

Białko	89,45 g
Błonnik	39,26 g
Sól	6,66 g

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 445,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,17 , Cukry: ,61 , Tłuszcz ogółem: 13,38 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,84 , Białko: 22,02 , Błonnik: 8,04 , Sól: 1,69

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 krem z cukinii z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Sałata z jogurtem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 678,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,18 , Cukry: 9,71 , Tłuszcz ogółem: 9,88 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,68 , Białko: 39,87 , Błonnik: 10,22 , Sól: ,6

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

Wartość energetyczna: 583,83 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,01 , Cukry: 3,36 , Tłuszcz ogółem: 6,22 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,19 , Białko: 17,64 , Błonnik: 9,16 , Sól: 2

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 879,23	kcal
Węglowodany przyswajalne	244,32	g
Cukry (glukoza)	9,15	g
Cukry (fruktoza)	19,20	g
Cukry (sacharoza)	19,48	g
Tłuszcze (nasycone)	13,83	g
Tłuszcze (jednonasycone)	10,39	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,71	g
Białko	81,13	g
Błonnik	34,81	g
Sól	4,44	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	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
wek+ pasta z jaj i ryb+ roszonek	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szcypiorek	10,0	g
	Roszonek	20,0	g
	Śledź w oleju *(4)	30,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	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 krem z cukinii z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Cukinia	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	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
Sałata z jogurtem	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	150,0	g
	Sałata	100,0	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+ roszonek	Roszonek	20,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g



	Pomidor	100,0 g
Inne składniki		

Dieta: 1 Podstawowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+śledź w sosie pomid+roszp	Roszonka	20,0	g
	Śledź w sosie pomidorowym *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z cukinii z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Cukinia	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Ser, tłłżycycki tłusty *(7)	10,0	g
Pieczeń wieprzowa	Wieprzowina, łopatka	100,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	6,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Mizeria	Ogórek	100,0	g
	Koper ogrodowy	5,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	30,0	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

**Jadłospis na dzień: 27-06-2024
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**
ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów
338752446
338752446
NIP: 5512123091 REGON: 000805666

	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0 g
chleb mieszany+ serek śmietankowy+ogórek	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0 g
	Roszonka	20,0 g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0 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**DRUGIE ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko	Jabłko	150,0	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 i ryby+ roszonka (bezmle)	Jaja kurze całe *(3)	110,0	g
	Szcypiorek	10,0	g
	Roszonka	20,0	g
	Śledź w oleju *(4)	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	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
Zupa krem z cukinii z grzankami (bezmleczn)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Cukinia	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	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
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Surówka z pomidora ze szczypiorkiem	Szcypiorek	10,0	g
	Pomidor	200,0	g



Inne składniki

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
Rodzyнки 50 g	Rodzyнки, suszone *(12)	50,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Wek+ miód+ pomidor+roszponka	Roszponka	20,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Miód pszczeli	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	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
Wek+pasta z jaj+ roszponka	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Roszponka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	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 krem z cukinii z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Cukinia	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Ser, tyłżycki tłusty *(7)	10,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	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
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+ roszipo	Rosziponka	20,0	g
	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	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Inne składniki			

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Zupa mleczna z kaszą	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Wek+pasta z jaj+ rosziponka	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Rosziponka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	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 krem z cukinii z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Cukinia	40,0	g



	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
	Ser, tłusty * (7)	10,0 g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0 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
Sałata z jogurtem	Sałata	100,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(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
Wek+ serek śmietankowy+ pomidor+ roszpo	Roszonka	20,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+śledź w sosie pomid+roszpon	Roszonka	20,0	g
	Śledź w sosie pomidorowym *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
Zupa mleczna z kaszą	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z cukinii z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g



	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Chleb chrupki *(1)	20,0 g
	Cukinia	40,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
	Ser, tłusty *(7)	10,0 g
Pieczeń wieprzowa	Wieprzowina, łopatka	100,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Cebula	10,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	6,0 g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0 g
Mizeria	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	30,0 g
	Koper ogrodowy	5,0 g
	Ogórek	100,0 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+ serek śmietankowy+ ogórek	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Roszonka	20,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	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+śledź w sosie pomid+roszpon	Roszonka	20,0	g
	Śledź w sosie pomidorowym *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Gruszka	Gruszka	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 cukinii z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Cukinia	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Ser, tłżycki tłusty *(7)	10,0	g
Pieczeń wieprzowa	Wieprzowina, łopatka	100,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	6,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Mizeria	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Koper ogrodowy	5,0	g
	Ogórek	100,0	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+ serek śmietankowy+ ogórek	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Roszonka	20,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	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
Wek+pasta z jaj+ roszonek	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Roszonek	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	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 krem z cukinii z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Cukinia	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	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
Sałata z jogurtem	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	150,0	g
	Sałata	100,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ serek śmietankowy+ pomidor+ roszonek	Roszonek	20,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

Jadłospis na dzień: 27-06-2024
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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
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

Jadłospis na dzień: 27-06-2024
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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
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: 27-06-2024
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

.....
sporządził
/Morkisz Magdalena/

.....

zatwierdził