

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

Herbata bez cukru, Wek+jajecznica z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 712,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,1 , Cukry: 3,41 , Tłuszcz ogółem: 19,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,8 , Białko: 34,37 , Błonnik: 4,97 , Sól: 1,87

**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**

Barszcz biały z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Potrawka wieprzowa - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryż gotowany

Wartość energetyczna: 784,54 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 124,09 , Cukry: 11,89 , Tłuszcz ogółem: 10,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,7 , Białko: 38,57 , Błonnik: 12,4 , Sól: ,62

**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 drobiowa+ pomidor+ ketchup+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 483,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,12 , Cukry: 5,9 , Tłuszcz ogółem: 9,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,77 , Białko: 26,69 , Błonnik: 3,48 , Sól: 2,17

**Dobowa suma wartości odżywczych**

|                           | Ilość    | jm.  |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 255,62 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne   | 329,77   | g    |
| Cukry (glukoza)           | 6,86     | g    |
| Cukry (fruktoza)          | 14,01    | g    |
| Cukry (sacharoza)         | 23,92    | g    |
| Tłuszcze (nasycone)       | 19,32    | g    |
| Tłuszcze (jednonasycone)  | 18,30    | g    |
| Tłuszcze (wielonasycone)  | 7,03     | g    |
| Białko                    | 108,78   | g    |
| Błonnik                   | 23,89    | g    |
| Sól                       | 4,96     | g    |

**Dieta: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+jajecznica z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 658,32 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 77,26 , Cukry: 2,08 , Tłuszcz ogółem: 24,39 w tym nasycone kwasy

tłuszczowe 11,6 , Białko: 23,17 , Błonnik: 8,72 , Sól: 2,06

## 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

Barszcz biały z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Bigos z chlebem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 888,15 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 140,5 , Cukry: 18,3 , Tłuszcz ogółem: 16,64 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,98 , Białko: 42,03 , Błonnik: 19,14 , Sól: 2,72

## 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+ parówka+ pomidor+ ketchup+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 829,47 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,63 , Cukry: 5,44 , Tłuszcz ogółem: 37,43 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,36 , Białko: 25,63 , Błonnik: 9,37 , Sól: 3,12

### Dobowa suma wartości odżywczych

|                           | Ilość    | jm.  |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 651,24 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne   | 348,85   | g    |
| Cukry (glukoza)           | 10,40    | g    |
| Cukry (fruktoza)          | 17,24    | g    |
| Cukry (sacharoza)         | 21,77    | g    |
| Tłuszcze (nasycone)       | 37,98    | g    |
| Tłuszcze (jednonasycone)  | 34,63    | g    |
| Tłuszcze (wielonasycone)  | 10,77    | g    |
| Białko                    | 100,00   | g    |
| Błonnik                   | 40,27    | g    |
| Sól                       | 8,19     | g    |

---

## Dieta: 11/GL Bezglutenowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb bezgl+jajecznicza z kukur+rukola - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 511,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 38,88 , Cukry: 1,68 , Tłuszcz ogółem: 25,52 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,62 , Białko: 24,38 , Błonnik: 2,96 , Sól: ,8

### 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

Barszcz biały z ziemniakami (bezglut) - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Potrawka wieprzowa (bezglutenowa) - w tym alergeny (Seler), Ryż gotowany

Wartość energetyczna: 864,85 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 146,02 , Cukry: 11,94 , Tłuszcz ogółem: 10,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,66 , Białko: 37,19 , Błonnik: 12,19 , Sól: ,63

## PODWIECZOREK

Budyń bez cukru+ rodzynki - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 343,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 62,66 , Cukry: 9,59 , Tłuszcz ogółem: 4,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,06 , Białko: 9,71 , Błonnik: 3,29 , Sól: ,31

## Kolacja

Herbata bez cukru, chleb bezgl.+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 190,71 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 3,47 , Cukry: 3 , Tłuszcz ogółem: 13,33 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,67 , Białko: 11,57 , Błonnik: 1,52 , Sól: 1,07

### Dobowa suma wartości odżywczych

|                           | Ilość    | jm.  |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 010,35 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne   | 271,22   | g    |
| Cukry (glukoza)           | 7,85     | g    |
| Cukry (fruktoza)          | 16,70    | g    |
| Cukry (sacharoza)         | 21,05    | g    |
| Tłuszcze (nasycone)       | 31,08    | g    |
| Tłuszcze (jednonasycone)  | 19,59    | g    |
| Tłuszcze (wielonasycone)  | 4,08     | g    |
| Białko                    | 83,65    | g    |
| Błonnik                   | 23,96    | g    |
| Sól                       | 2,82     | g    |

## Dieta: 12 Pakowata (przecierana)

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ jajko+ masło - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 638,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,76 , Cukry: 2,01 , Tłuszcz ogółem: 26,86 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,62 , Białko: 26,43 , Błonnik: 3,15 , 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

Barszcz biały z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Potrawka wieprzowa - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryż gotowany

Wartość energetyczna: 784,54 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 124,09 , Cukry: 11,89 , Tłuszcz ogółem: 10,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,7 , Białko: 38,57 , Błonnik: 12,4 , Sól: ,62

## 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+ parówka+masło - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 868,62 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 76,04 , Cukry: 2,37 , Tłuszcz ogółem: 45,17 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 22,46 , Białko: 31,77 , Błonnik: 3,22 , Sól: 2,48

### Dobowa suma wartości odżywczych

|                           | Ilość    | jm.  |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 566,86 | kcal |

|                          |          |
|--------------------------|----------|
| Węglowodny przyswajalne  | 312,36 g |
| Cukry (glukoza)          | 5,50 g   |
| Cukry (fruktoza)         | 12,31 g  |
| Cukry (sacharoza)        | 22,06 g  |
| Tłuszcze (nasycone)      | 44,82 g  |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 35,22 g  |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 7,83 g   |
| Białko                   | 105,92 g |
| Błonnik                  | 21,81 g  |
| Sól                      | 4,62 g   |

---

## Dieta: 2 Łatwostrawna

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+jajecznica z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 851,84 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,21 , Cukry: 3,41 , Tłuszcz ogółem: 34,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,21 , Białko: 34,47 , Błonnik: 4,97 , Sól: 1,88

### 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

Barszcz biały z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Potrawka wieprzowa - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryż gotowany

Wartość energetyczna: 784,54 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 124,09 , Cukry: 11,89 , Tłuszcz ogółem: 10,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,7 , Białko: 38,57 , Błonnik: 12,4 , Sól: ,62

### 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+ parówka+ pomidor+ ketchup+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 754,56 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,41 , Cukry: 5,9 , Tłuszcz ogółem: 39,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,04 , Białko: 23 , Błonnik: 3,55 , Sól: 2,64

### Dobowa suma wartości odżywczych

|                           | Ilość    | jm.  |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 666,24 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne   | 331,18   | g    |
| Cukry (glukoza)           | 6,86     | g    |
| Cukry (fruktoza)          | 14,01    | g    |
| Cukry (sacharoza)         | 23,92    | g    |
| Tłuszcze (nasycone)       | 42,99    | g    |
| Tłuszcze (jednonasycone)  | 37,30    | g    |
| Tłuszcze (wielonasycone)  | 9,14     | g    |
| Białko                    | 105,20   | g    |
| Błonnik                   | 23,96    | g    |
| Sól                       | 5,43     | g    |

---

## Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

---

## ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb graham+jajecznica z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 835,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 89,17 , Cukry: 1,87 , Tłuszcz ogółem: 31,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,49 , Białko: 36,43 , Błonnik: 10,85 , 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

Barszcz biały z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Potrawka wieprzowa - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryż gotowany

Wartość energetyczna: 784,54 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 124,09 , Cukry: 11,89 , Tłuszcz ogółem: 10,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,7 , Białko: 38,57 , Błonnik: 12,4 , Sól: ,62

## 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+ parówka+ pomidor+ ketchup+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 737,16 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 64,44 , Cukry: 4,36 , Tłuszcz ogółem: 37,28 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,3 , Białko: 25,09 , Błonnik: 9,43 , Sól: 2,91

### Dobowa suma wartości odżywczych

|                           | Ilość    | jm.  |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 632,05 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne   | 323,16   | g    |
| Cukry (glukoza)           | 6,86     | g    |
| Cukry (fruktoza)          | 14,01    | g    |
| Cukry (sacharoza)         | 20,84    | g    |
| Tłuszcze (nasycone)       | 41,54    | g    |
| Tłuszcze (jednonasycone)  | 34,48    | g    |
| Tłuszcze (wielonasycone)  | 9,02     | g    |
| Białko                    | 109,25   | g    |
| Błonnik                   | 35,72    | g    |
| Sól                       | 6,00     | g    |

---

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

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb graham+jajecznica z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 523,03 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 47,29 , Cukry: ,94 , Tłuszcz ogółem: 23,9 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,48 , Białko: 21 , Błonnik: 7,5 , Sól: 1,61

### 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

Barszcz biały z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Potrawka wieprzowa - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryż gotowany

Wartość energetyczna: 784,54 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 124,09 , Cukry: 11,89 , Tłuszcz ogółem: 10,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,7 , Białko: 38,57 , Błonnik: 12,4 , Sól: ,62

## 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+ parówka+ pomidor+ ketchup+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 689,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,11 , Cukry: 4,3 , Tłuszcz ogółem: 36,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,24 , Białko: 23,32 , Błonnik: 8,15 , Sól: 2,71

## 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 | 2 640,67 | kcal |
| Węglowodany przyswajalne  | 326,43   | g    |
| Cukry (glukoza)           | 7,81     | g    |
| Cukry (fruktoza)          | 15,11    | g    |
| Cukry (sacharoza)         | 20,31    | g    |
| Tłuszcze (nasycone)       | 43,37    | g    |
| Tłuszcze (jednonasycone)  | 34,35    | g    |
| Tłuszcze (wielonasycone)  | 8,99     | g    |
| Białko                    | 102,88   | g    |
| Błonnik                   | 39,62    | g    |
| Sól                       | 6,57     | g    |

---

## Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham+jajecznicza z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 467,42 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 55,68 , Cukry: 1 , Tłuszcz ogółem: 13,55 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,88 , Białko: 22,59 , Błonnik: 8,78 , Sól: 1,83

### 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

Barszcz biały z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Potrawka wieprzowa - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryż gotowany

Wartość energetyczna: 761,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 120,4 , Cukry: 11,88 , Tłuszcz ogółem: 10,36 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,37 , Białko: 37,99 , Błonnik: 12,28 , Sól: ,62

## 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+ kiełbasa drob+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 407,15 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 53,36 , Cukry: 3,36 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,71 , Białko: 22,8 , Błonnik: 9,2 , Sól: 2,2

| Dobowa suma wartości odżywczych | Ilość    | jm.  |
|---------------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal       | 1 801,40 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne         | 253,88   | g    |
| Cukry (glukoza)                 | 6,86     | g    |
| Cukry (fruktoza)                | 14,01    | g    |
| Cukry (sacharoza)               | 11,43    | g    |
| Tłuszcze (nasycone)             | 15,79    | g    |
| Tłuszcze (jednonasycone)        | 13,10    | g    |
| Tłuszcze (wielonasycone)        | 5,73     | g    |
| Białko                          | 90,43    | g    |
| Błonnik                         | 33,26    | g    |
| Sól                             | 4,89     | g    |

---

## Dieta: 9 Bogatobiałkowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+jajecznicza z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 851,84 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,21 , Cukry: 3,41 , Tłuszcz ogółem: 34,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,21 , Białko: 34,47 , Błonnik: 4,97 , Sól: 1,88

### 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

Barszcz biały z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Potrawka wieprzowa - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryż gotowany

Wartość energetyczna: 784,54 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 124,09 , Cukry: 11,89 , Tłuszcz ogółem: 10,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,7 , Białko: 38,57 , Błonnik: 12,4 , Sól: ,62

### 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+ parówka+ pomidor+ ketchup+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 754,56 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,41 , Cukry: 5,9 , Tłuszcz ogółem: 39,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,04 , Białko: 23 , Błonnik: 3,55 , Sól: 2,64

| Dobowa suma wartości odżywczych | Ilość    | jm.  |
|---------------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal       | 2 666,24 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne         | 331,18   | g    |
| Cukry (glukoza)                 | 6,86     | g    |
| Cukry (fruktoza)                | 14,01    | g    |

|                          |          |
|--------------------------|----------|
| Cukry (sacharoza)        | 23,92 g  |
| Tłuszcze (nasycone)      | 42,99 g  |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 37,30 g  |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 9,14 g   |
| Białko                   | 105,20 g |
| Błonnik                  | 23,96 g  |
| Sól                      | 5,43 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+jajecznica z kukurydzą+ rukola | Kukurydza, konserwowa           | 20,0  | g  |
|                                    | Jaja kurze całe *(3)            | 90,0  | g  |
|                                    | Rukola                          | 20,0  | g  |
|                                    | Bułki wrocławskie *(1, 11)      | 100,0 | g  |
| Owsianka                           | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)    | 300,0 | g  |
|                                    | Płatki owsiane *(1)             | 30,0  | g  |
| Inne składniki                     |                                 |       |    |

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

| Potrawa                     | Składnik                                  | Ilość | Jm |
|-----------------------------|---|-------|----|
| Barszcz biały z ziemniakami | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0  | g  |
|                             | Kości, wywar                              | 300,0 | g  |
|                             | Ziemniaki, późne                          | 200,0 | g  |
|                             | Mieszanka Ziół                            | 2,0   | g  |
|                             | Mąka pszenna, typ 500 *(1)                | 6,0   | g  |
|                             | Pietruszka, liście                        | 5,0   | g  |
|                             | Śmietana, 18% tł. *(7)                    | 10,0  | g  |
| Kompot bez cukru            | Jabłko                                    | 50,0  | g  |
| Potrawka wieprzowa          | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 100,0 | g  |
|                             | Wieprzowina, łopatka                      | 100,0 | g  |
|                             | Fasolka szparagowa, mrożona               | 50,0  | g  |
|                             | Mieszanka Ziół                            | 2,0   | g  |
|                             | Mąka pszenna, typ 500 *(1)                | 10,0  | g  |
| Ryż gotowany                | Ryż biały                                 | 80,0  | 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 drobiowa+ pomidor+ ketchup | Ketchup *(9)                                    | 5,0   | g  |
|  | Rukola  | 20,0  | g  |
|  | Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6, 7, 9, 10) | 50,0  | 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+jajecznica z kukurydzą+ ruk | Kukurydza, konserwowa           | 20,0  | g  |
|  | Jaja kurze całe *(3)            | 90,0  | g  |
|  | Rukola                          | 20,0  | g  |
|  | Olej rzepakowy                  | 3,0   | 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 |
|----------------|----------|-------|----|
| Jabłko         | Jabłko   | 150,0 | g  |
| Inne składniki |          |       |    |

**OBIAD**

| Potrawa                     | Składnik                                     | Ilość | Jm |
|-----------------------------|--|-------|----|
| Barszcz biały z ziemniakami | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)    | 30,0  | g  |
|                             | Kości, wywar                                 | 300,0 | g  |
|                             | Ziemniaki, późne                             | 200,0 | g  |
|                             | Mieszanka Ziół                               | 2,0   | g  |
|                             | Mąka pszenna, typ 500 *(1)                   | 6,0   | g  |
|                             | Pietruszka, liście                           | 5,0   | g  |
|                             | Śmietana, 18% tł. *(7)                       | 10,0  | g  |
| Kompot bez cukru            | Jabłko                                       | 50,0  | g  |
| Bigos z chlebem             | Kapusta kwaszona                             | 30,0  | g  |
|                             | Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 7, 9, 10) | 20,0  | g  |
|                             | Wieprzowina, łopatka                         | 50,0  | g  |
|                             | Kiełbasa zwyczajna *(6, 7)                   | 30,0  | g  |
|                             | Mieszanka Ziół                               | 2,0   | g  |
|                             | Olej rzepakowy                               | 5,0   | g  |
|                             | Mąka pszenna, typ 500 *(1)                   | 10,0  | g  |
|                             | Chleb zwykły *(1, 7)                         | 90,0  | g  |
| Chleb graham *(1, 3, 11)    | 60,0   | g     |    |
|                             | Kapusta biała                                | 180,0 | 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+ parówka+ pomidor+ ketchu | Ketchup *(9)                        | 5,0   | g  |
|  | Parówki Popularne- Śląskie *(1, 10) | 70,0  | g  |
|  | Rukola                              | 20,0  | g  |
|  | Masło ekstra *(7)                   | 15,0  | g  |
|  | Chleb zwykły *(1, 7)                | 90,0  | g  |
|  | Chleb graham *(1, 3, 11)            | 60,0  | g  |
|  | Pomidor                             | 100,0 | g  |
| Inne składniki                           |                                     |       |    |

### Dieta: 11/GL Bezglutenowa

### ŚNIADANIE

| Potrawa                               | Składnik                        | Ilość | Jm |
|---------------------------------------|---------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru                     | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g  |
| Chleb bezgl+jajecznica z kukur+rukola | Kukurydza, konserwowa           | 10,0  | g  |
|                                       | Jaja kurze całe *(3)            | 90,0  | g  |
|                                       | Rukola                          | 20,0  | g  |
|                                       | Chleb Bezglutenowy *(3, 6, 7)   | 100,0 | g  |
|                                       | Masło ekstra *(7)               | 15,0  | g  |
| zupa mleczna z kaszą kukurydzianą     | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)    | 300,0 | g  |
|                                       | Mąka kukurydziana               | 30,0  | g  |
| Inne składniki                        |                                 |       |    |

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

### OBIAD

| Potrawa                               | Składnik                                  | Ilość | Jm |
|---------------------------------------|---|-------|----|
| Barszcz biały z ziemniakami (bezglut) | 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  |
|                                       | Pietruszka, liście                        | 5,0   | g  |
|                                       | Śmietana, 18% tł. *(7)                    | 10,0  | g  |
| Kompot bez cukru                      | Jabłko                                    | 50,0  | g  |
| Potrawka wieprzowa (bezglutenowa)     | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 100,0 | g  |
|                                       | Skrobia ziemniaczana                      | 20,0  | g  |
|                                       | Wieprzowina, łopatka                      | 100,0 | g  |
|                                       | Fasolka szparagowa, mrożona               | 50,0  | g  |
|                                       | Mieszanka Ziół                            | 2,0   | g  |



|                |           |        |
|----------------|-----------|--------|
| Ryż gotowany   | Ryż biały | 80,0 g |
| Inne składniki |           |        |

#### PODWIECZOREK

| Potrawa                   | Składnik                     | Ilość | Jm |
|---------------------------|------------------------------|-------|----|
| Budyń bez cukru+ rodzynki | Budyń w proszku              | 20,0  | g  |
|                           | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 250,0 | g  |
|                           | Rodzynki, suszone *(12)      | 50,0  | g  |
| Inne składniki            |                              |       |    |

#### Kolacja

| Potrawa                                     | Składnik  | Ilość | Jm |
|---|---|-------|----|
| Herbata bez cukru                           | Herbata czarna, napar bez cukru                 | 250,0 | g  |
| chleb bezgl.+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ r | Rukola  | 20,0  | g  |
|   | Chleb Bezglutenowy *(3, 6, 7)                   | 100,0 | g  |
|   | Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6, 7, 9, 10) | 50,0  | g  |
|   | Masło ekstra *(7)                               | 15,0  | 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  |
| Wek+ jajko+ masło | Jaja kurze całe *(3)            | 60,0  | g  |
|                   | Masło ekstra *(7)               | 15,0  | g  |
|                   | Bułki wrocławskie *(1, 11)      | 60,0  | g  |
| Owsianka          | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)    | 300,0 | g  |
|                   | Płatki owsiane *(1)             | 30,0  | g  |
| Inne składniki    |                                 |       |    |

#### DRUGIE ŚNIADANIE

| Potrawa        | Składnik | Ilość | Jm |
|----------------|----------|-------|----|
| Jabłko- mus    | Jabłko   | 150,0 | g  |
| Inne składniki |          |       |    |

#### OBIAD

| Potrawa                     | Składnik                                  | Ilość | Jm |
|-----------------------------|---|-------|----|
| Barszcz biały z ziemniakami | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0  | g  |
|                             | Kości, wywar                              | 300,0 | g  |
|                             | Ziemniaki, późne                          | 200,0 | g  |
|                             | Mieszanka Ziół                            | 2,0   | g  |
|                             | Mąka pszenna, typ 500 *(1)                | 6,0   | g  |
|                             | Pietruszka, liście                        | 5,0   | g  |
|                             | Śmietana, 18% tł. *(7)                    | 10,0  | g  |
| Kompot bez cukru            | Jabłko                                    | 50,0  | g  |
| Potrawka wieprzowa          | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 100,0 | g  |
|                             | Wieprzowina, łopatka                      | 100,0 | g  |
|                             | Fasolka szparagowa, mrożona               | 50,0  | g  |

**Jadłospis na dzień: 05-06-2024  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**  
ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów  
338752446  
338752446  
NIP: 5512123091 REGON: 000805666

|                |                            |        |
|----------------|----------------------------|--------|
|                | Mieszanka Ziół             | 2,0 g  |
|                | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 10,0 g |
| Ryż gotowany   | Ryż biały                  | 80,0 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+ parówka+masło     | Parówki Popularne- Śląskie *(1, 10) | 70,0  | g  |
|                        | Masło ekstra *(7)                   | 15,0  | g  |
|                        | Bułki wrocławskie *(1, 11)          | 60,0  | g  |
| Owsianka               | Płatki owsiane *(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  |
| Wek+jajecznica z kukurydzą+ rukola | Kukurydza, konserwowa           | 20,0  | g  |
|                                    | Jaja kurze całe *(3)            | 90,0  | g  |
|                                    | Rukola                          | 20,0  | g  |
|                                    | Olej rzepakowy                  | 3,0   | g  |
|                                    | Masło ekstra *(7)               | 15,0  | g  |
|                                    | Bułki wrocławskie *(1, 11)      | 100,0 | g  |
| Owsianka                           | Płatki owsiane *(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 |
|-----------------------------|---|-------|----|
| Barszcz biały z ziemniakami | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0  | g  |
|                             | Kości, wywar                              | 300,0 | g  |
|                             | Ziemniaki, późne                          | 200,0 | g  |
|                             | Mieszanka Ziół                            | 2,0   | g  |
|                             | Mąka pszenna, typ 500 *(1)                | 6,0   | g  |
|                             | Pietruszka, liście                        | 5,0   | g  |



|                    |   |         |
|--------------------|---|---------|
|                    | Śmietana, 18% tł. *(7)                    | 10,0 g  |
| Kompot bez cukru   | Jabłko                                    | 50,0 g  |
| Potrawka wieprzowa | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 100,0 g |
|                    | Wieprzowina, łopatka                      | 100,0 g |
|                    | Fasolka szparagowa, mrożona               | 50,0 g  |
|                    | Mieszanka Ziół                            | 2,0 g   |
|                    | Mąka pszenna, typ 500 *(1)                | 10,0 g  |
| Ryż gotowany       | Ryż biały                                 | 80,0 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+ parówka+ pomidor+ ketchup+ rukola | Ketchup *(9)                        | 5,0   | g  |
|  | Parówki Popularne- Śląskie *(1, 10) | 70,0  | g  |
|  | Rukola                              | 20,0  | 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+jajecznica z kukurydzą+ rukol | Kukurydza, konserwowa           | 20,0  | g  |
|  | Jaja kurze całe *(3)            | 90,0  | g  |
|  | Rukola                          | 20,0  | g  |
|  | Olej rzepakowy                  | 3,0   | g  |
|  | Masło ekstra *(7)               | 15,0  | g  |
|  | Chleb graham *(1, 3, 11)        | 120,0 | g  |
| Owsianka                                   | Płatki owsiane *(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 |
|---------|----------|-------|----|
|---------|----------|-------|----|



|                             |   |         |
|-----------------------------|---|---------|
| Barszcz biały z ziemniakami | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 g  |
|                             | Kości, wywar                              | 300,0 g |
|                             | Ziemniaki, późne                          | 200,0 g |
|                             | Mieszanka Ziół                            | 2,0 g   |
|                             | Mąka pszenna, typ 500 *(1)                | 6,0 g   |
|                             | Pietruszka, liście                        | 5,0 g   |
|                             | Śmietana, 18% tł. *(7)                    | 10,0 g  |
| Kompot bez cukru            | Jabłko                                    | 50,0 g  |
| Potrawka wieprzowa          | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 100,0 g |
|                             | Wieprzowina, łopatka                      | 100,0 g |
|                             | Fasolka szparagowa, mrożona               | 50,0 g  |
|                             | Mieszanka Ziół                            | 2,0 g   |
|                             | Mąka pszenna, typ 500 *(1)                | 10,0 g  |
| Ryż gotowany                | Ryż biały                                 | 80,0 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+ parówka+ pomidor+ ketchup | Ketchup *(9)                        | 5,0   | g  |
|   | Parówki Popularne- Śląskie *(1, 10) | 70,0  | g  |
|   | Rukola                              | 20,0  | g  |
|   | Masło ekstra *(7)                   | 15,0  | g  |
|   | Chleb graham *(1, 3, 11)            | 120,0 | g  |
| Pomidor                                 | 100,0                               | g     |    |
| Inne składniki                          |                                     |       |    |

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

| Potrawa                                    | Składnik                        | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru                          | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g  |
| Chleb graham+jajecznica z kukurydzą+ rukol | Kukurydza, konserwowa           | 20,0  | g  |
|  | Jaja kurze całe *(3)            | 90,0  | g  |
|  | Rukola                          | 20,0  | g  |
|  | Olej rzepakowy                  | 3,0   | g  |
|  | Masło ekstra *(7)               | 15,0  | g  |
|  | Chleb graham *(1, 3, 11)        | 100,0 | g  |
| Inne składniki                             |                                 |       |    |

**DRUGIE ŚNIADANIE**

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---------|----------|-------|----|
|---------|----------|-------|----|

**Jadłospis na dzień: 05-06-2024  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

|                                 |                          |         |
|---------------------------------|--------------------------|---------|
| 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 |
|-----------------------------|---|-------|----|
| Barszcz biały z ziemniakami | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0  | g  |
|                             | Kości, wywar                              | 300,0 | g  |
|                             | Ziemniaki, późne                          | 200,0 | g  |
|                             | Mieszanka Ziół                            | 2,0   | g  |
|                             | Mąka pszenna, typ 500 *(1)                | 6,0   | g  |
|                             | Pietruszka, liście                        | 5,0   | g  |
|                             | Śmietana, 18% tł. *(7)                    | 10,0  | g  |
| Kompot bez cukru            | Jabłko                                    | 50,0  | g  |
| Potrawka wieprzowa          | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 100,0 | g  |
|                             | Wieprzowina, łopatka                      | 100,0 | g  |
|                             | Fasolka szparagowa, mrożona               | 50,0  | g  |
|                             | Mieszanka Ziół                            | 2,0   | g  |
|                             | Mąka pszenna, typ 500 *(1)                | 10,0  | g  |
| Ryż gotowany                | Ryż biały                                 | 80,0  | 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+ parówka+ pomidor+ ketchup | Ketchup *(9)                        | 5,0   | g  |
|   | Parówki Popularne- Śląskie *(1, 10) | 70,0  | g  |
|   | Rukola                              | 20,0  | g  |
|   | Masło ekstra *(7)                   | 15,0  | g  |
|   | Chleb graham *(1, 3, 11)            | 100,0 | g  |
|   | Pomidor                             | 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+jajecznica z kukurydzą+ rukola | Kukurydza, konserwowa           | 20,0  | g  |
|                                       | Jaja kurze całe *(3)            | 90,0  | g  |
|                                       | Rukola                          | 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 |
|-----------------------------|---|-------|----|
| Barszcz biały z ziemniakami | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0  | g  |
|                             | Kości, wywar                              | 300,0 | g  |
|                             | Ziemniaki, późne                          | 200,0 | g  |
|                             | Mieszanka Ziół                            | 2,0   | g  |
|                             | Mąka pszenna, typ 500 *(1)                | 6,0   | g  |
|                             | Pietruszka, liście                        | 5,0   | g  |
|                             | Śmietana, 18% tł. *(7)                    | 7,0   | g  |
| Kompot bez cukru            | Jabłko                                    | 50,0  | g  |
| Potrawka wieprzowa          | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 100,0 | g  |
|                             | Wieprzowina, łopatką                      | 100,0 | g  |
|                             | Fasolka szparagowa, mrożona               | 50,0  | g  |
|                             | Mieszanka Ziół                            | 2,0   | g  |
|                             | Mąka pszenna, typ 500 *(1)                | 5,0   | g  |
| Ryż gotowany                | Ryż biały                                 | 80,0  | 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+ kiełbasa drob+ pomidor+ rukola | Rukola  | 20,0  | g  |
|  | Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6, 7, 9, 10) | 50,0  | 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                         |   |       |    |

**Dieta: 9 Bogatobiałkowa**

**ŚNIADANIE**

| Potrawa                            | Składnik                        | Ilość | Jm |
|------------------------------------|---------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru                  | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g  |
| Wek+jajecznica z kukurydzą+ rukola | Kukurydza, konserwowa           | 20,0  | g  |
|                                    | Jaja kurze całe *(3)            | 90,0  | g  |
|                                    | Rukola                          | 20,0  | g  |
|                                    | Olej rzepakowy                  | 3,0   | g  |
|                                    | Masło ekstra *(7)               | 15,0  | g  |
|                                    | Bułki wrocławskie *(1, 11)      | 100,0 | g  |
| Owsianka                           | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)    | 300,0 | g  |
|                                    | Płatki owsiane *(1)             | 30,0  | g  |
| Inne składniki                     |                                 |       |    |

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

| Potrawa                     | Składnik                                  | Ilość | Jm |
|-----------------------------|---|-------|----|
| Barszcz biały z ziemniakami | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0  | g  |
|                             | Kości, wywar                              | 300,0 | g  |
|                             | Ziemniaki, późne                          | 200,0 | g  |
|                             | Mieszanka Ziół                            | 2,0   | g  |
|                             | Mąka pszenna, typ 500 *(1)                | 6,0   | g  |
|                             | Pietruszka, liście                        | 5,0   | g  |
|                             | Śmietana, 18% tł. *(7)                    | 10,0  | g  |
| Kompot bez cukru            | Jabłko                                    | 50,0  | g  |
| Potrawka wieprzowa          | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 100,0 | g  |
|                             | Wieprzowina, łopatka                      | 100,0 | g  |
|                             | Fasolka szparagowa, mrożona               | 50,0  | g  |
|                             | Mieszanka Ziół                            | 2,0   | g  |
|                             | Mąka pszenna, typ 500 *(1)                | 10,0  | g  |
| Ryż gotowany                | Ryż biały                                 | 80,0  | 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+ parówka+ pomidor+ ketchup+ rukola | Ketchup *(9)                        | 5,0   | g  |
|  | Parówki Popularne- Śląskie *(1, 10) | 70,0  | g  |
|  | Rukola                              | 20,0  | g  |



|                |                            |         |
|----------------|----------------------------|---------|
|                | Masło ekstra *(7)          | 15,0 g  |
|                | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 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 muszkatołowa               |
| P34 | Glutaminian                      |
| P35 | Goździk                          |
| P36 | Grzyb                            |
| P37 | Homar                            |
| P38 | Imbir                            |
| P39 | Jabłko                           |
| P40 | Kalmar                           |

**Jadłospis na dzień: 05-06-2024**  
**szczegółowy**



**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

|     |   |
|-----|---|
| 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                          |
| P84 | Wieprzowina                                 |
| P85 | Wiśnia                                      |
| P86 | Zboża                                       |

**Jadłospis na dzień: 05-06-2024**  
**szczegółowy**



**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

|     |                               |
|-----|-------------------------------|
| P87 | Ziarna soi                    |
| P88 | Ziemniak                      |
| P89 | Zioła i przyprawy             |
| P90 | Żyto                          |
| P91 | Żywność na bazie mleka ssaków |

.....  
sporządził  
/Morkisz Magdalena/

.....  
zatwierdził