

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

Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Herbata bez cukru, Wek+ dżem+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 658,51 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 109,92 , Cukry: 24,27 , Tłuszcz ogółem: 12,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,12 , Białko: 23,35 , Błonnik: 5,75 , Sól: 1,44

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

ziemniaki gotowane, Kompot bez cukru, Buraczki duszone - w tym alergeny (Gluten), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca), Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Pulpety - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 829,18 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 122,45 , Cukry: 17,13 , Tłuszcz ogółem: 14,17 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,15 , Białko: 42,55 , Błonnik: 13,69 , Sól: ,92

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ jajko+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 494,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,35 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 12,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,11 , Białko: 23,08 , Błonnik: 3,32 , Sól: 1,45

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 273,89	kcal
Węglowodny przyswajalne	339,16	g
Cukry (glukoza)	14,03	g
Cukry (fruktoza)	21,19	g
Cukry (sacharoza)	29,78	g
Tłuszcze (nasycone)	19,83	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,67	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,58	g
Białko	100,72	g
Błonnik	26,46	g
Sól	4,18	g

Dieta: 1 Podstawowa**ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 652,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 75,43 , Cukry: 3,84 , Tłuszcz ogółem: 24,83 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,52 , Białko: 25,21 , Błonnik: 8 , Sól: 3,22

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

ziemniaki gotowane, Kompot bez cukru, Sznyce - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Nasiona sezamu), Buraczki duszone - w tym alergeny (Gluten), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca), Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 977,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 121,51 , Cukry: 17,58 , Tłuszcz ogółem: 30,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,78 , Białko: 41,66 , Błonnik: 14,24 , Sól: 1,01

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb mieszany+ jajko+kr.chrz +rzodk+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 668,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 82,98 , Cukry: 2,9 , Tłuszcz ogółem: 22,36 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,63 , Białko: 25,25 , Błonnik: 9,19 , Sól: 1,97

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 590,68	kcal
Węglowodny przyswajalne	319,35	g
Cukry (glukoza)	6,60	g
Cukry (fruktoza)	12,89	g
Cukry (sacharoza)	23,17	g
Tłuszcze (nasycone)	38,38	g
Tłuszcze (jednonasycone)	35,51	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,70	g
Białko	103,86	g
Błonnik	35,13	g
Sól	6,57	g

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

Chleb bezglutenowy+ masło+ ser żółty+pomidor+sałat - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 632,61 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 51,72 , Cukry: 13,76 , Tłuszcz ogółem: 31,25 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 20,16 , Białko: 30,24 , Błonnik: 2,25 , Sól: 1,74

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 brokułowa z ryżem (bezgluten) - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Pulpety (bezgluten) - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego), ziemniaki

gotowane, Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca), Buraczki duszone (bezgluten)

Wartość energetyczna: 910,55 kcal , Węglowodany przyswajalne: 133,4 , Cukry: 16,94 , Tłuszcz ogółem: 20,44 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,3 , Białko: 37,62 , Błonnik: 13,06 , Sól: ,8

PODWIECZOREK

serek homogenizowany - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 136,5 kcal , Węglowodany przyswajalne: 4,5 , Cukry: 0 , Tłuszcz ogółem: 0 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 0 , Białko: 15 , Błonnik: 0 , Sól: ,06

Kolacja

Herbata z cukrem, Chleb bezglutenowy+jajko + pomidor+rukola - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 270,22 kcal , Węglowodany przyswajalne: 16,27 , Cukry: 15,5 , Tłuszcz ogółem: 16,86 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,07 , Białko: 9,27 , Błonnik: 1,52 , Sól: ,31

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 024,88	kcal
Węglowodny przyswajalne	221,04	g
Cukry (glukoza)	7,00	g
Cukry (fruktoza)	13,84	g
Cukry (sacharoza)	39,91	g
Tłuszcze (nasycone)	35,59	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,03	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,15	g
Białko	92,73	g
Błonnik	19,83	g
Sól	2,92	g

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 630,87 kcal , Węglowodany przyswajalne: 84,9 , Cukry: 20,51 , Tłuszcz ogółem: 22,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,82 , Białko: 19,08 , Błonnik: 3,55 , Sól: 1,02

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

ziemniaki gotowane, Kompot bez cukru, Buraczki duszone - w tym alergeny (Gluten), Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Pulpety - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 789,37 kcal , Węglowodany przyswajalne: 120,09 , Cukry: 15,26 , Tłuszcz ogółem: 11,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,96 , Białko: 41,28 , Błonnik: 11,77 , Sól: ,83

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 749,61 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 78,55 , Cukry: 5,17 , Tłuszcz ogółem: 30,43 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,81 , Białko: 33,24 , Błonnik: 4,35 , Sól: 1,39

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 461,84	kcal
Węglowodny przyswajalne	322,98	g
Cukry (glukoza)	11,84	g
Cukry (fruktoza)	18,87	g
Cukry (sacharoza)	28,57	g
Tłuszcze (nasycone)	39,05	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,17	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,10	g
Białko	105,33	g
Błonnik	23,37	g
Sól	3,61	g

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Herbata bez cukru, Wek+masło+ dżem+ pomidor+sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 770,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 110,03 , Cukry: 24,27 , Tłuszcz ogółem: 23,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,33 , Białko: 23,46 , Błonnik: 5,75 , Sól: 1,44

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

ziemniaki gotowane, Kompot bez cukru, Buraczki duszone - w tym alergeny (Gluten), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca), Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Pulpety - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 901,18 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 122,45 , Cukry: 17,13 , Tłuszcz ogółem: 21,81 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,68 , Białko: 42,55 , Błonnik: 13,69 , Sól: ,92

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ jajko+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 606,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,46 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 24,51 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,32 , Białko: 23,18 , Błonnik: 3,32 , Sól: 1,45

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 570,28	kcal
Węglowodny przyswajalne	339,37	g
Cukry (glukoza)	14,03	g
Cukry (fruktoza)	21,19	g
Cukry (sacharoza)	29,78	g
Tłuszcze (nasycone)	36,77	g
Tłuszcze (jednonasycone)	31,43	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,99	g

Białko	100,93	g
Błonnik	26,46	g
Sól	4,18	g

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 791,98 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,3 , Cukry: 3,63 , Tłuszcz ogółem: 28,43 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,67 , Białko: 38,43 , Błonnik: 10,13 , Sól: 3,33

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

ziemniaki gotowane, Kompot bez cukru, Sznyce - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Nasiona sezamu), Buraczki duszone - w tym alergeny (Gluten), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca), Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 932,29 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 121,51 , Cukry: 17,58 , Tłuszcz ogółem: 25,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,44 , Białko: 41,66 , Błonnik: 14,24 , Sól: 1,01

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ jajko+kr.chrz+ rzodk+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 542,19 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 61,43 , Cukry: 1,82 , Tłuszcz ogółem: 18,29 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,84 , Białko: 24,71 , Błonnik: 9,25 , Sól: 1,74

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 558,46	kcal
Węglowodny przyswajalne	309,68	g
Cukry (glukoza)	6,60	g
Cukry (fruktoza)	12,89	g
Cukry (sacharoza)	21,88	g
Tłuszcze (nasycone)	36,41	g
Tłuszcze (jednonasycone)	32,83	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,11	g
Białko	116,54	g
Błonnik	37,32	g
Sól	6,45	g

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

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 479,98 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 45,42 , Cukry: 2,7 , Tłuszcz ogółem: 20,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,66 , Białko: 23 , Błonnik: 6,78 , Sól: 2,77

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

ziemniaki gotowane, Kompot bez cukru, Szynce - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Nasiona sezamu), Buraczki duszone - w tym alergeny (Gluten), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca), Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 932,29 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 121,51 , Cukry: 17,58 , Tłuszcz ogółem: 25,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,44 , Białko: 41,66 , Błonnik: 14,24 , Sól: 1,01

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ jajko+kr.chrz+ rzodk+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 495,98 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,97 , Cukry: 1,76 , Tłuszcz ogółem: 17,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,78 , Białko: 23,05 , Błonnik: 7,97 , Sól: 1,53

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	2 568,75	kcal
Węglowodny przyswajalne	312,82	g
Cukry (glukoza)	7,55	g
Cukry (fruktoza)	13,99	g
Cukry (sacharoza)	21,35	g
Tłuszcze (nasycone)	38,24	g
Tłuszcze (jednonasycone)	32,69	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,09	g
Białko	110,28	g
Błonnik	41,22	g
Sól	7,00	g

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham+masło+ dżem+ pomidor+sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 413,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 72,5 , Cukry: 21,86 , Tłuszcz ogółem: 6,3 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,19 , Białko: 11,58 , Błonnik: 9,56 , Sól: 1,4

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

ziemniaki gotowane, Kompot bez cukru, Buraczki duszone - w tym alergeny (Gluten), Surówka z kapusty pekińskiej - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca), Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Pulpety - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 818,89 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 120,3 , Cukry: 17,12 , Tłuszcz ogółem: 14,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,14 , Białko: 42,25 , Błonnik: 13,62 , Sól: ,92

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

Wartość energetyczna: 422,62 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,46 , Cukry: 3,36 , Tłuszcz ogółem: 11,11 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,99 , Białko: 19,16 , Błonnik: 9,2 , Sól: 1,61

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 819,83	kcal
Węglowodny przyswajalne	271,71	g
Cukry (glukoza)	14,03	g
Cukry (fruktoza)	21,19	g
Cukry (sacharoza)	23,17	g
Tłuszcze (nasycone)	15,17	g
Tłuszcze (jednonasycone)	13,33	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,08	g
Białko	80,03	g
Błonnik	35,38	g
Sól	4,16	g

.....
sporządził
/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził



Dieta: 03 Z ogr. tłuszczu (wątrobowa)

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Owsianka	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ dżem+ pomidor+sałata	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Buraczki duszone	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Burak	100,0	g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Kapusta pekińska	50,0	g
	Koper ogrodowy	2,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Rzodkiewka	30,0	g
Zupa brokułowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Pulpety	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK



Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Kakao 16%, proszek	10,0	g
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0	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+ jajko+ pomidor+ rukola	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Rukola	20,0	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+masło+ ser żółty+ogórek ko	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Sałata	20,0	g
	Ser, gouda tłusty *(7)	50,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Sznycle	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Bułka tarta *(1)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
Buraczki duszone	Burak	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g



	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Kapusta pekińska	50,0 g
	Koper ogrodowy	2,0 g
	Ogórek	20,0 g
	Rzodkiewka	30,0 g
Zupa brokułowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Kości, wywar	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0 g
	Brokuły	40,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko	Kakao 16%, proszek	10,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0	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+ jajko+kr.chrz+rzodk+rukola	Jaja kurze całe *(3)	60,0	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
	Rzodkiewka	50,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb bezglutenowy+ masło+ ser żółty+pomi	Chleb Bezglutenowy *(3, 6, 7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
	Ser, gouda tłusty *(7)	60,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Herbata z cukrem	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	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 brokułowa z ryżem (bezgluten)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Skrobia ziemniaczana	10,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Pulpety (bezgluten)	Skrobia ziemniaczana	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6, 7)	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Kapusta pekińska	50,0	g
	Koper ogrodowy	2,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Rzodkiewka	30,0	g
Buraczki duszone (bezgluten)	Burak	100,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Skrobia ziemniaczana	10,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
serek homogenizowany	Serek Homogenizowany Naturalny *(7)	150,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Chleb bezglutenowy+jajko + pomidor+rukola	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Rukola	20,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6, 7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Pomidor	100,0	g



Inne składniki

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Owsianka	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+masło+ dżem	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Buraczki duszone	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Burak	100,0	g
Zupa brokułowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Pulpety	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Kakao 16%, proszek	10,0	g
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0	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+ jajko+ pomidor	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0 g
	Pomidor	100,0 g
Owsianka	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g
	Płatki owsiane *(1)	30,0 g
Inne składniki		

Dieta: 2 Łatwostrawna**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Owsianka	Płatki owsiane *(1)	30,0 g	
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g	
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g	
Wek+masło+ dżem+ pomidor+sałata	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
	Sałata	20,0 g	
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0 g	
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0 g	
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g	
Buraczki duszone	Burak	100,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0 g	
	Olej rzepakowy	5,0 g	
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Olej rzepakowy	5,0 g	
	Kapusta pekińska	50,0 g	
	Koper ogrodowy	2,0 g	
	Ogórek	20,0 g	
	Rzodkiewka	30,0 g	
Zupa brokułowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Kości, wywar	300,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g	
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0 g	
	Brokuły	40,0 g	



	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Pulpety	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g
	Wieprzowina, łopatka	80,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko	Kakao 16%, proszek	10,0 g	
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0 g	
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0 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+ jajko+ pomidor+ rukola	Jaja kurze całe *(3)	60,0 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+masło+ ser żółty+ogórek kon	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0 g	
	Masło ekstra *(7)	10,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g	
	Sałata	20,0 g	
	Ser, gouda tłusty *(7)	50,0 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
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0 g	



Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g
Sznycle	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g
	Wieprzowina, łopatka	80,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	10,0 g
	Bułka tarta *(1)	10,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0 g
	Cebula	10,0 g
Buraczki duszone	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0 g
	Burak	100,0 g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Kapusta pekińska	50,0 g
	Koper ogrodowy	2,0 g
	Ogórek	20,0 g
	Rzodkiewka	30,0 g
Zupa brokułowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Kości, wywar	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0 g
	Brokuły	40,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Kakao 16%, proszek	10,0	g
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0	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+ jajko+kr.chrz+rzodk+rukola	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Rzodkiewka	50,0	g
Inne składniki			

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

ŚNIADANIE

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



Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g
Chleb graham+masło+ ser żółty+ogórek kon	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0 g
	Masło ekstra *(7)	10,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0 g
	Sałata	20,0 g
	Ser, gouda tłusty *(7)	50,0 g
Inne składniki		

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Sznycle	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Bułka tarta *(1)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
Buraczki duszone	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Burak	100,0	g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Kapusta pekińska	50,0	g
	Koper ogrodowy	2,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Rzodkiewka	30,0	g
Zupa brokułowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g



	Kakao 16%, proszek	10,0 g
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0 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+ jajko+kr.chrz+rzodk+rukola	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Rzodkiewka	50,0	g
Inne składniki			

DRUGA KOLACJA

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
graham 60 g+ masło+ pomidor 50 g	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Pomidor	50,0	g
Inne składniki			

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham+masło+ dżem+ pomidor+sałata	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Buraczki duszone	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Burak	100,0	g
Surówka z kapusty pekińskiej	Musztarda *(10)	3,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Kapusta pekińska	50,0	g
	Koper ogrodowy	2,0	g



	Ogórek	20,0 g
	Rzodkiewka	30,0 g
Zupa brokułowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Kości, wywar	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	3,0 g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0 g
	Brokuły	40,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Pulpety	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g
	Wieprzowina, łopatka	80,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 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+ jajko+ pomidor+ rukola	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Rukola	20,0	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:

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

Jadłospis na dzień: 06-06-2024
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

14	Owoce morza
P15	Albumina
P16	Ananas
P17	Arbuz
P18	Aspartam
P19	Banan
P20	Białko jaja kurzego
P21	Borówka
P22	Bób
P23	Brzoskwinia
P24	Cebula
P25	Cynamon
P26	Cytrynian
P27	Czekolada
P28	Czosnek
P29	Dodatek do żywności
P30	Dorsz
P31	Drób
P32	Figi
P33	Gałka muszkatołowa
P34	Glutaminian
P35	Goździk
P36	Grzyb
P37	Homar
P38	Imbir
P39	Jabłko
P40	Kalmar
P41	Kokos
P42	Koncentrat białek jaja kurzego
P43	Krab
P44	Krewetki
P45	Kukurydza
P46	Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego
P47	Laktoza
P48	Maliny
P49	Małże
P50	Marchew
P51	Mąтва
P52	Melon
P53	Mięso
P54	Mięso czerwone
P55	Migdał
P56	Nabiał
P57	Nasiona
P58	Olej rybi
P59	Olejek migdałowy

Jadłospis na dzień: 06-06-2024
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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

.....
sporządził
/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził