



## Dieta: 03 Z ogr. tłuszczu (wątrobowa)

### ŚNIADANIE

Wek+ kielbasa delikatesowa+ pomidor+ rukola \*(1, 6, 7, 9, 10, 11), Herbata bez cukru, zupa mleczna+z makaronem \*\*(gotowanie) \*(1, 3, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 2 501,5901 kJ

### DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko \*\*(obróbka wstępna)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 313,5000 kJ

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa \*(1, 3, 7, 9), Kasza jęczmienna \*(1), Mięso duszone z warzywami \*(1, 9)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 2 912,6300 kJ

### PODWIECZOREK

Kakao + ciastko \*\*(gotowanie) \*(1, 3, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 913,6000 kJ

### Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru \*(1, 7), wek+ser biały z konc.pom.+ rukola \*(1, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 2 086,8463 kJ

## Dieta: 1 Podstawowa

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+pieczeń rzymska+ogórek kons+rukola \*(1, 3, 6, 7, 10, 11)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 2 765,8355 kJ

### DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko \*\*(obróbka wstępna)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 313,5000 kJ

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa \*(1, 3, 7, 9), Gulasz po węgiersku \*(1, 5, 6, 9, 10), Kasza jęczmienna \*(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 3 404,0500 kJ

### PODWIECZOREK

Kakao + ciastko \*\*(gotowanie) \*(1, 3, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 913,6000 kJ

### Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru \*(1, 7), chleb mieszany+ser biały z konc.pom.+ rukola \*(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 2 851,5394 kJ

## Dieta: 11/GL Bezglutenowa

---

### DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko **\*\***(obróbka wstępna)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 313,5000 kJ

### OBIAD

Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą (bezgluten) **\*\***(gotowanie) \*(7, 9)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 565,4387 kJ

## Dieta: 11/ML Bezmleczna

---

### ŚNIADANIE

Wek+ kielbasa żywiecka+ pomidor+ rukola \*(1, 6, 11), Herbata z cukrem **\*\***(gotowanie)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 1 857,6000 kJ

### DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko **\*\***(obróbka wstępna)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 313,5000 kJ

### OBIAD

Kompot bez cukru **\*\***(gotowanie), Zupa jarzynowa z makaronem **\*\***(gotowanie) \*(9), Mięso duszone z warzywami **\*\***(gotowanie) \*(1, 9), Kasza jęczmienna **\*\***(gotowanie) \*(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 3 278,6498 kJ

### PODWIECZOREK

Galaretki owocowa **\*\***(gotowanie)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 847,5000 kJ

### Kolacja

Herbata z cukrem **\*\***(gotowanie), Wek+pasta z jaj ze szczypiorkiem+ rukola(bezmlecz) **\*\***(obróbka wstępna) \*(1, 3, 7, 10, 11)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 2 764,6673 kJ

## Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

---

### ŚNIADANIE

Wek+ kielbasa żywiecka+ pomidor \*(1, 6, 7, 11), Herbata bez cukru, zupa mleczna+z makaronem \*(1, 3, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 2 522,3949 kJ

### DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko- mus **\*\***(obróbka wstępna)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 313,5000 kJ

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa \*(1, 3, 7, 9), Kasza jęczmienna \*(1), Mięso duszone z warzywami \*(1, 9)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 2 912,6300 kJ

### PODWIECZOREK

Kakao + ciastko **\*\***(gotowanie) \*(1, 3, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 913,6000 kJ

### Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru \*(1, 7), wek+ser biały z konc.pom. \*(1, 5, 6, 7, 9, 10, 11), zupa mleczna+z makaronem \*\*(gotowanie) \*(1, 3, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 2 964,1450 kJ

## **Dieta: 2 Łatwostrawna**

---

### **ŚNIADANIE**

Wek+ kielbasa żywiecka+ pomidor+ rukola \*(1, 6, 7, 11), Herbata bez cukru, zupa mleczna+z makaronem \*(1, 3, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 3 033,9000 kJ

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Jabłko \*\*(obróbka wstępna)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 313,5000 kJ

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa \*(1, 3, 7, 9), Kasza jęczmienna \*(1), Mięso duszone z warzywami \*(1, 9)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 2 912,6300 kJ

### **PODWIECZOREK**

Kakao + ciastko \*\*(gotowanie) \*(1, 3, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 913,6000 kJ

### **Kolacja**

Kawa zbożowa bez cukru \*(1, 7), wek+ser biały z konc.pom.+ rukola \*(1, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 2 548,3400 kJ

## **Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb graham+pieczeń rzymska+ogórek kons+rukola \*(1, 3, 6, 7, 10, 11), zupa mleczna+z makaronem \*\*(gotowanie) \*(1, 3, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 3 313,6206 kJ

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Jabłko \*\*(obróbka wstępna)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 313,5000 kJ

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa \*(1, 3, 7, 9), Gulasz po węgiersku \*(1, 5, 6, 9, 10), Kasza jęczmienna \*(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 3 404,0500 kJ

### **PODWIECZOREK**

Kakao + ciastko \*\*(gotowanie) \*(1, 3, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 913,6000 kJ

### **Kolacja**

Kawa zbożowa bez cukru \*(1, 7), chleb graham+ser biały z konc.pom.+ rukola \*(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 2 472,0313 kJ

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb graham+pieczeń rzymska+ogórek kons+rukola \*(1, 3, 6, 7, 10, 11)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 2 191,4368 kJ

## **DRUGIE ŚNIADANIE**

Jabłko \*\*(obróbka wstępna), graham 60 g+ masło+ ogórek 50 g \*\*(obróbka wstępna) \*(1, 3, 7, 11)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 1 081,7000 kJ

## **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa \*(1, 3, 7, 9), Gulasz po węgiersku \*(1, 5, 6, 9, 10), Kasza jęczmienna \*(1)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 3 404,0500 kJ

## **PODWIECZOREK**

Kakao + ciastko \*\*(gotowanie) \*(1, 3, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 913,6000 kJ

## **Kolacja**

Kawa zbożowa bez cukru \*(1, 7), chleb graham+ser biały z konc.pom.+ rukola \*(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 2 277,2492 kJ

## **DRUGA KOLACJA**

graham 60 g+ masło+ pomidor 50 g \*\*(obróbka wstępna) \*(1, 3, 7, 11)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 779,2000 kJ

## **Dieta: 8 Ubogoenergetyczna**

---

### **ŚNIADANIE**

Wek+ kielbasa żywiecka+ pomidor+ rukola \*(1, 3, 6, 7, 11), Herbata bez cukru

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 1 722,7661 kJ

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Jabłko \*\*(obróbka wstępna)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 313,5000 kJ

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa \*(1, 3, 7, 9), Kasza jęczmienna \*(1), Mięso duszone z warzywami \*(1, 9)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 2 840,0209 kJ

### **PODWIECZOREK**

Kakao + ciastko \*\*(gotowanie) \*(1, 3, 7)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 913,6000 kJ

### **Kolacja**

Graham+ser biały z konc.pom.+ rukola \*(1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11), Herbata bez cukru \*\*(gotowanie)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna 1 780,7897 kJ

.....  
sporządził  
/Morkisz Magdalena/

.....  
zatwierdził

\*\* Sposób obróbki potrawy

\* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

1	Gluten	2	Skorupiaki	3	Jaja (jadalne)
4	Ryba	5	Orzeszki ziemne	6	Białko sojowe
7	Białko mleka krowiego	8	Orzechy i nasiona	9	Seler
10	Musztarda/gorczyca	11	Nasiona sezamu	12	Siarczyn i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza	P15	Albumina
P16	Ananas	P17	Arbuz	P18	Aspartam
P19	Banan	P20	Białko jaja kurzego	P21	Borówka
P22	Bób	P23	Brzoskwinia	P24	Cebula
P25	Cynamon	P26	Cytrynian	P27	Czekolada
P28	Czosnek	P29	Dodatek do żywności	P30	Dorsz
P31	Drób	P32	Figi	P33	Gałka muszkatołowa
P34	Glutaminian	P35	Goździk	P36	Grzyb
P37	Homar	P38	Imbir	P39	Jabłko
P40	Kalmar	P41	Kokos	P42	Koncentrat białek jaja kurzego
P43	Krab	P44	Krewetki	P45	Kukurydza
P46	Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego	P47	Laktoza	P48	Maliny
P49	Małże	P50	Marchew	P51	Mątwą
P52	Melon	P53	Mięso	P54	Mięso czerwone
P55	Migdał	P56	Nabiał	P57	Nasiona
P58	Olej rybi	P59	Olejek migdałowy	P60	Orzech
P61	Orzech laskowy	P62	Orzech nerkowca	P63	Orzech włoski - orzech
P64	Orzeszki piniowe	P65	Ostryga	P66	Ośmiornica
P67	Owies	P68	Owoc	P69	Owoc cytrusowy
P70	Owoc kiwi	P71	Owoc mango	P72	Papryka
P73	Pistacja	P74	Pomarańcza - owoc	P75	Pomidor
P76	Pszenica	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				



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

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ kielbasa delikatesowa+ pomidor+ rukol	Rukola	20,0	g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6, 7, 9, 10)	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna+z makaronem **(gotowanie)	Makaron czterojęuczny *(1, 3)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	150,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa	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 czterojęuczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Mięso duszone z warzywami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	50,0	g
	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Fasolka szparagowa, mrożona	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko **(gotowanie)	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+ser biały z konc.pom.+ rukola	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	6,0 g
	Rukola	20,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Ser twarogowy chudy *(7)	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+pieczeń rzymska+ogórek k	Pieczeń rzymska *(1, 6, 7)	60,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	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
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	150,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa	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
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Gulasz po węgiersku	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	13,0
Ogórki, konserwowe *(10)		25,0	g
Pieczarka uprawna, świeża		20,0	g
Wieprzowina, łopatka		100,0	g
Mieszanka Ziół		2,0	g
Olej rzepakowy		10,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		10,0	g
Cebula		10,0	g
Papryka czerwona	15,0	g	
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Inne składniki			



### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko **(gotowanie)	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+ser biały z konc.pom.+ rukol	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	6,0	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
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
Inne składniki			

### Dieta: 11/GL Bezglutenowa

### DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	150,0	g
Inne składniki			

### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą (bezgl)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Skrobia kukurydziana	20,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Inne składniki			

### Dieta: 11/ML Bezmleczna

### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ kiełbasa żywiecka+ pomidor+ rukola	Kiełbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Inne składniki			



**DRUGIE ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	150,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa z makaronem **(gotowanie)	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
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Mięso duszone z warzywami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	50,0	g
	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Fasolka szparagowa, mrożona	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
Kasza jęczmienna **(gotowanie)	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Galaretka owocowa **(gotowanie)	Truskawki w galaretkce	250,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Wek+pasta z jaj ze szczypiorkiem+ rukola(be	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ kiełbasa żywiecka+ pomidor	Kiełbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g



Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g
zupa mleczna+z makaronem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0 g
	Makaron czterojęczny *(1, 3)	30,0 g
Inne składniki		

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko- mus **(obróbka wstępna)	Jabłko	150,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa	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 czterojęczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Mięso duszone z warzywami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	50,0	g
	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Fasolka szparagowa, mrożona	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko **(gotowanie)	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+ser biały z konc.pom.	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	6,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
zupa mleczna+z makaronem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0	g
	Makaron czterojęczny *(1, 3)	30,0	g
Inne składniki			



**Dieta: 2 Łatwostrawna**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ kielbasa żywiecka+ pomidor+ rukola	Kielbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna+z makaronem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	150,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa	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
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0
Mięso duszone z warzywami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	50,0	g
	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Fasolka szparagowa, mrożona	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko **(gotowanie)	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+ser biały z konc.pom.+ rukola	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	6,0 g
	Rukola	20,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Ser twarogowy chudy *(7)	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+pieczeń rzymska+ogórek kon	Pieczeń rzymska *(1, 6, 7)	60,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
zupa mleczna+z makaronem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	150,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm	
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g	
Zupa jarzynowa	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	
	Fasola szparagowa	20,0	g	
	Groszek zielony	10,0	g	
	Kalafior	10,0	g	
	Pietruszka, liście	5,0	g	
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g	
	Gulasz po węgiersku	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	13,0	g
		Ogórki, konserwowe *(10)	25,0	g
Pieczarka uprawna, świeża		20,0	g	
Wieprzowina, łopatka		100,0	g	
Mieszanka Ziół		2,0	g	
Olej rzepakowy		10,0	g	
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		10,0	g	
Cebula		10,0	g	
Papryka czerwona	15,0	g		



Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko **(gotowanie)	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+ser biały z konc.pom.+ rukola	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	6,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	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+pieczeń rzymska+ogórek kon	Pieczeń rzymska *(1, 6, 7)	60,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	150,0	g
graham 60 g+ masło+ ogórek 50 g **(obróbka)	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
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa	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 czterojęczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g



	Groszek zielony	10,0 g
	Kalafior	10,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Gulasz po węgiersku	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	13,0 g
	Ogórki, konserwowe *(10)	25,0 g
	Pieczarka uprawna, świeża	20,0 g
	Wieprzowina, łopatka	100,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	10,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Cebula	10,0 g
	Papryka czerwona	15,0 g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko **(gotowanie)	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+ser biały z konc.pom.+ rukola	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	6,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
Inne składniki			

#### DRUGA KOLACJA

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
graham 60 g+ masło+ pomidor 50 g **(obrób	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
Wek+ kielbasa żywiecka+ pomidor+ rukola	Kielbasa żywiecka *(6)	50,0	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		

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	150,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa	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 czterościany *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Mięso duszone z warzywami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	50,0	g
	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Fasolka szparagowa, mrożona	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko **(gotowanie)	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
Graham+ser biały z konc.pom.+ rukola	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	6,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			



\*\* Sposób obróbki potrawy

\* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

1	Gluten	2	Skorupiaki	3	Jaja (jadalne)
4	Ryba	5	Orzeszki ziemne	6	Białko sojowe
7	Białko mleka krowiego	8	Orzechy i nasiona	9	Seler
10	Musztarda/gorczyca	11	Nasiona sezamu	12	Siarczyn i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza	P15	Albumina
P16	Ananas	P17	Arbuz	P18	Aspartam
P19	Banan	P20	Białko jaja kurzego	P21	Borówka
P22	Bób	P23	Brzoskwinia	P24	Cebula
P25	Cynamon	P26	Cytrynian	P27	Czekolada
P28	Czosnek	P29	Dodatek do żywności	P30	Dorsz
P31	Drób	P32	Figi	P33	Gałka muszkatolowa
P34	Glutaminian	P35	Goździk	P36	Grzyb
P37	Homar	P38	Imbir	P39	Jabłko
P40	Kalmar	P41	Kokos	P42	Koncentrat białek jaja kurzego
P43	Krab	P44	Krewetki	P45	Kukurydza
P46	Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego	P47	Laktoza	P48	Maliny
P49	Małże	P50	Marchew	P51	Mątwą
P52	Melon	P53	Mięso	P54	Mięso czerwone
P55	Migdał	P56	Nabiał	P57	Nasiona
P58	Olej rybi	P59	Olejek migdałowy	P60	Orzech
P61	Orzech laskowy	P62	Orzech nerkowca	P63	Orzech włoski - orzech
P64	Orzeszki piniowe	P65	Ostryga	P66	Ośmiornica
P67	Owies	P68	Owoc	P69	Owoc cytrusowy
P70	Owoc kiwi	P71	Owoc mango	P72	Papryka
P73	Pistacja	P74	Pomarańcza - owoc	P75	Pomidor
P76	Pszennica	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