

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

Wek+ jajko w jogurcie+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 672,62 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,75 , Cukry: 4,61 , Tłuszcz ogółem: 15,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,68 , Białko: 30,55 , Błonnik: 3,97 , Sól: 2

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z dyni z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Ryba w jajku - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), ziemniaki gotowane, Surówka z jabłka i selera - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 656,1 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,35 , Cukry: 20,57 , Tłuszcz ogółem: 5,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,07 , Białko: 34,05 , Błonnik: 17,44 , Sól: 1,07

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), 3 bułka + dżem+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 603,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,73 , Cukry: 23,86 , Tłuszcz ogółem: 5,94 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,62 , Białko: 19,92 , Błonnik: 4,86 , Sól: 1,66

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 103,32	kcal
Węglowodny przyswajalne	352,78	g
Cukry (glukoza)	17,29	g
Cukry (fruktoza)	29,62	g
Cukry (sacharoza)	36,28	g
Tłuszcze (nasycone)	11,48	g
Tłuszcze (jednonasycone)	10,04	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,86	g
Białko	86,12	g
Błonnik	33,67	g
Sól	4,89	g

Dieta: 1 Podstawowa**ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+ jajko w majonezie+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 672,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 78,62 , Cukry: 3,72 , Tłuszcz ogółem: 26,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,15 , Białko: 20,45 , Błonnik: 9,05 , Sól: 2,29

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z dyni z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Ryba smażona - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), ziemniaki gotowane, Surówka z jabłka i selera - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 843,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 116,11 , Cukry: 20,4 , Tłuszcz ogółem: 20,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,16 , Białko: 35,58 , Błonnik: 17,68 , Sól: 1,18

PODWIECZOREK

Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 91,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11,85 , Cukry: 3,6 , Tłuszcz ogółem: 2,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,32 , Białko: 5,55 , Błonnik: ,45 , Sól: ,18

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka + dżem+ papryka+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 712,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,23 , Cukry: 23,36 , Tłuszcz ogółem: 17,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,83 , Białko: 19,78 , Błonnik: 4,66 , Sól: 1,65

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 395,26	kcal
Węglowodany przyswajalne	335,96	g
Cukry (glukoza)	14,29	g
Cukry (fruktoza)	23,69	g
Cukry (sacharoza)	27,65	g
Tłuszcze (nasycone)	26,52	g
Tłuszcze (jednonasycone)	28,15	g
Tłuszcze (wielonasycone)	12,28	g
Białko	81,95	g
Błonnik	34,84	g
Sól	5,30	g

Dieta: 10 Niskobiałkowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 514,22 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,57 , Cukry: 4,9 , Tłuszcz ogółem: 21,12 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,18 , Białko: 17,27 , Błonnik: 3,32 , Sól: 1,31

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z dyni z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Ryba w jajku - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), ziemniaki gotowane, Surówka z jabłka i selera - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 737,09 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 104,42 , Cukry: 20,41 , Tłuszcz ogółem: 14,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,56 , Białko: 33,4 , Błonnik: 17,44 , Sól: 1,05

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka + dżem+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 715,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,84 , Cukry: 23,86 , Tłuszcz ogółem: 17,68 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,83 , Białko: 20,03 , Błonnik: 4,86 , Sól: 1,66

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 138,11	kcal
Węglowodny przyswajalne	312,78	g
Cukry (glukoza)	18,47	g
Cukry (fruktoza)	31,10	g
Cukry (sacharoza)	33,76	g
Tłuszcze (nasycone)	24,68	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,96	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,48	g
Białko	72,30	g
Błonnik	33,03	g
Sól	4,18	g

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,01

OBIAD

zupa krem z dyni z chleb.bezgl. (bezgl.) - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 101,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11,8 , Cukry: 1,93 , Tłuszcz ogółem: 3,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,08 , Białko: 4,81 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,29

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	176,65	kcal
Węglowodny przyswajalne	26,95	g
Cukry (glukoza)	3,57	g
Cukry (fruktoza)	8,68	g
Cukry (sacharoza)	4,24	g
Tłuszcze (nasycone)	2,14	g
Tłuszcze (jednonasycone)	1,12	g
Tłuszcze (wielonasycone)	0,27	g
Białko	5,41	g
Błonnik	4,35	g
Sól	0,29	g

Dieta: 11/ML Bezmleczna

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Wek+ jajko w majonezie+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 569,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 73,17 , Cukry: 16,7 , Tłuszcz ogółem: 20,58 w tym nasycone kwasy

tłuszczowe 3,79 , Białko: 17,59 , Błonnik: 3,23 , Sól: 1,8

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 z cukrem, Zupa krem z dyni z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Ryba w jajku - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), ziemniaki gotowane, Surówka z jabłka i selera - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 847,95 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 134,22 , Cukry: 47,8 , Tłuszcz ogółem: 14,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,02 , Białko: 33,02 , Błonnik: 18,62 , Sól: 1

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

Herbata z cukrem, 3.wek+dżem+ pomidor+sałata - w tym alergeny (Gluten, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 442,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 89 , Cukry: 35,9 , Tłuszcz ogółem: 4,57 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,17 , Białko: 9,58 , Błonnik: 3,68 , Sól: 1,1

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 030,95	kcal
Węglowodny przyswajalne	331,34	g
Cukry (glukoza)	17,96	g
Cukry (fruktoza)	31,00	g
Cukry (sacharoza)	85,59	g
Tłuszcze (nasycone)	7,10	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,06	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,55	g
Białko	61,79	g
Błonnik	32,93	g
Sól	4,05	g

Dieta: 11/NP Niskopurynowa

ŚNIADANIE

Graham+ jajko w jogurcie+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 767,98 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,82 , Cukry: 3,07 , Tłuszcz ogółem: 24,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,17 , Białko: 32,62 , Błonnik: 9,85 , Sól: 2,3

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z dyni z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Ryba w jajku - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), ziemniaki gotowane, Surówka z jabłka i selera - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 641,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,35 , Cukry: 20,57 , Tłuszcz ogółem: 5,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,07 , Białko: 30,45 , Błonnik: 17,44 , Sól: ,86

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ twarożek ze szczypiorkiem+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 610,61 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,9 , Cukry: 4,06 , Tłuszcz ogółem: 18,02 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,11 , Białko: 38,26 , Błonnik: 9,7 , Sól: 1,64

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 190,69	kcal
Węglowodny przyswajalne	301,01	g
Cukry (glukoza)	11,60	g
Cukry (fruktoza)	23,93	g
Cukry (sacharoza)	26,32	g
Tłuszcze (nasycone)	27,46	g
Tłuszcze (jednonasycone)	15,48	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,07	g
Białko	102,93	g
Błonnik	44,40	g
Sól	4,96	g

Dieta: 11/WE Wegetariańska

ŚNIADANIE

Wek+ jajko w jogurcie+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 784,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,86 , Cukry: 4,61 , Tłuszcz ogółem: 27,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,88 , Białko: 30,66 , Błonnik: 3,97 , Sól: 2,01

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z dyni z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), ziemniaki gotowane, Surówka z jabłka i selera - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Kotlet z kalafiora - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 727,26 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,99 , Cukry: 23,88 , Tłuszcz ogółem: 9,35 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,12 , Białko: 22,32 , Błonnik: 21,58 , Sól: ,87

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka + dżem+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 715,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,84 , Cukry: 23,86 , Tłuszcz ogółem: 17,68 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,83 , Białko: 20,03 , Błonnik: 4,86 , Sól: 1,66

Dobowa suma wartości odżywczych

Ilość jm.

Wartość energetyczna kcal	2 398,86	kcal
Węglowodny przyswajalne	371,63	g
Cukry (glukoza)	18,90	g
Cukry (fruktoza)	31,10	g
Cukry (sacharoza)	36,49	g
Tłuszcze (nasycone)	27,95	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,47	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,19	g
Białko	74,61	g
Błonnik	37,81	g
Sól	4,70	g

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

Wek+ jajko+ masło - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 630,01 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,31 , Cukry: 1,77 , Tłuszcz ogółem: 25,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,3 , Białko: 25,47 , Błonnik: 1,83 , 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

Kompot bez cukru, Zupa krem z dyni z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Ryba w jajku - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 574,1 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,26 , Cukry: 9,91 , Tłuszcz ogółem: 5,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,81 , Białko: 31,33 , Błonnik: 10,46 , Sól: ,81

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka + dżem+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 754,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,07 , Cukry: 23,53 , Tłuszcz ogółem: 22,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,23 , Białko: 26,35 , Błonnik: 4,17 , Sól: 1,24

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 129,92	kcal
Węglowodny przyswajalne	305,58	g
Cukry (glukoza)	15,04	g
Cukry (fruktoza)	24,85	g
Cukry (sacharoza)	29,47	g
Tłuszcze (nasycone)	30,46	g
Tłuszcze (jednonasycone)	17,49	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,04	g
Białko	84,75	g
Błonnik	23,86	g
Sól	3,44	g

Dieta: 13 Płynna (kleikowa)

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Kleik, Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 388,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 81,99 , Cukry: ,22 , Tłuszcz ogółem: 1,25 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,26 , Białko: 8,82 , Błonnik: 4,8 , Sól: ,49

DRUGIE ŚNIADANIE

Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 216,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,74 , Cukry: ,12 , Tłuszcz ogółem: ,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,19 , Białko: 5,22 , Błonnik: 3,6 , Sól: ,41

OBIAD

Herbata bez cukru, Marchwianka z ryżem

Wartość energetyczna: 341,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71,4 , Cukry: 10,16 , Tłuszcz ogółem: ,79 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,2 , Białko: 7,61 , Błonnik: 9,12 , Sól: ,49

PODWIECZOREK

Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 216,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,74 , Cukry: ,12 , Tłuszcz ogółem: ,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,19 , Białko: 5,22 , Błonnik: 3,6 , Sól: ,41

Kolacja

Herbata bez cukru, Kleik, Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 388,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 81,99 , Cukry: ,22 , Tłuszcz ogółem: 1,25 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,26 , Białko: 8,82 , Błonnik: 4,8 , Sól: ,49

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 549,20	kcal
Węglowodny przyswajalne	322,86	g
Cukry (glukoza)	3,20	g
Cukry (fruktoza)	2,80	g
Cukry (sacharoza)	4,84	g
Tłuszcze (nasycone)	1,09	g
Tłuszcze (jednonasycone)	0,90	g
Tłuszcze (wielonasycone)	3,20	g
Białko	35,69	g
Błonnik	25,92	g
Sól	2,28	g

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

Wek+ jajko w jogurcie+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 784,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,86 , Cukry: 4,61 , Tłuszcz ogółem: 27,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,88 , Białko: 30,66 , Błonnik: 3,97 , Sól: 2,01

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z dyni z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Ryba w jajku - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), ziemniaki gotowane, Surówka z jabłka i selera - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 656,1 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,38 , Cukry: 20,37 , Tłuszcz ogółem: 5,68 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,12 , Białko: 34,1 , Błonnik: 16,96 , Sól: 1,06

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka + dżem+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 715,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,84 , Cukry: 23,86 , Tłuszcz ogółem: 17,68 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,83 , Białko: 20,03 , Błonnik: 4,86 , Sól: 1,66

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 327,70	kcal
Węglowodany przyswajalne	353,02	g
Cukry (glukoza)	17,24	g
Cukry (fruktoza)	29,59	g
Cukry (sacharoza)	36,16	g
Tłuszcze (nasycone)	27,95	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,79	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,20	g
Białko	86,39	g
Błonnik	33,19	g
Sól	4,88	g

Dieta: 4 Wrzodowa

ŚNIADANIE

Wek+ jajko w jogurcie - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 771,88 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,79 , Cukry: 3,06 , Tłuszcz ogółem: 27,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,87 , Białko: 29,97 , Błonnik: 3,54 , Sól: 1,71

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z dyni z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Ryba w jajku - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), ziemniaki gotowane, Marchew duszona 200g - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 675,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,04 , Cukry: 19,92 , Tłuszcz ogółem: 7,33 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,04 , Białko: 33,83 , Błonnik: 17,77 , Sól: 1,22

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

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka + dżem+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 715,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,84 , Cukry: 23,86 , Tłuszcz ogółem: 17,68 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,83 , Białko: 20,03 , Błonnik: 4,86 , Sól: 1,66

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 327,93	kcal
Węglowodny przyswajalne	342,12	g
Cukry (glukoza)	15,45	g
Cukry (fruktoza)	22,06	g
Cukry (sacharoza)	25,39	g
Tłuszcze (nasycone)	29,58	g
Tłuszcze (jednonasycone)	18,82	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,72	g
Białko	90,87	g
Błonnik	29,17	g
Sól	4,83	g

Dieta: 5 Bogatoresztkowa

ŚNIADANIE

Graham+ jajko w jogurcie+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 767,98 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,82 , Cukry: 3,07 , Tłuszcz ogółem: 24,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,17 , Białko: 32,62 , Błonnik: 9,85 , Sól: 2,3

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z dyni z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Ryba w jajku - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), ziemniaki gotowane, Surówka z jabłka i selera - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 656,1 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,38 , Cukry: 20,37 , Tłuszcz ogółem: 5,68 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,12 , Białko: 34,1 , Błonnik: 16,96 , Sól: 1,06

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ twarożek ze szczypiorkiem+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 582,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 81,56 , Cukry: 22,22 , Tłuszcz ogółem: 17,51 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,81 , Białko: 17,79 , Błonnik: 9,6 , Sól: 1,54

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 177,21	kcal
Węglowodny przyswajalne	315,70	g
Cukry (glukoza)	17,16	g
Cukry (fruktoza)	29,49	g
Cukry (sacharoza)	33,16	g
Tłuszcze (nasycone)	27,22	g
Tłuszcze (jednonasycone)	15,36	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,01	g
Białko	86,11	g
Błonnik	43,81	g

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb graham+ jajko w majonezie+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 840,62 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,07 , Cukry: 3,27 , Tłuszcz ogółem: 32,44 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,72 , Białko: 32,75 , Błonnik: 9,86 , Sól: 2,4

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

Kompot bez cukru, Zupa krem z dyni z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Ryba smażona - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), ziemniaki gotowane, Surówka z jabłka i selera - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 843,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 116,08 , Cukry: 20,6 , Tłuszcz ogółem: 20,12 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,11 , Białko: 35,52 , Błonnik: 18,17 , Sól: 1,2

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ twarożek + szczypiorek+papr rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 607,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,3 , Cukry: 3,56 , Tłuszcz ogółem: 18,03 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,11 , Białko: 38,01 , Błonnik: 9,5 , Sól: 1,63

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 462,87	kcal
Węglowodny przyswajalne	311,39	g
Cukry (glukoza)	11,45	g
Cukry (fruktoza)	23,63	g
Cukry (sacharoza)	26,50	g
Tłuszcze (nasycone)	29,06	g
Tłuszcze (jednonasycone)	29,49	g
Tłuszcze (wielonasycone)	12,49	g
Białko	107,88	g
Błonnik	44,93	g
Sól	5,38	g

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

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb graham+ jajko w majonezie+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 537,03 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 48,65 , Cukry: 2,58 , Tłuszcz ogółem: 26,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,04 , Białko: 18,28 , Błonnik: 7,83 , Sól: 1,84

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

Kompot bez cukru, Zupa krem z dyni z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Ryba smażona - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), ziemniaki gotowane, Surówka z jabłka i selera - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 843,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 116,08 , Cukry: 20,6 , Tłuszcz ogółem: 20,12 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,11 , Białko: 35,52 , Błonnik: 18,17 , Sól: 1,2

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ twarożek + szczypiorek+papr rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 561,42 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,84 , Cukry: 3,5 , Tłuszcz ogółem: 17,68 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,04 , Białko: 36,35 , Błonnik: 8,22 , Sól: 1,41

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	2 481,60	kcal
Węglowodny przyswajalne	311,00	g
Cukry (glukoza)	12,40	g
Cukry (fruktoza)	24,73	g
Cukry (sacharoza)	26,21	g
Tłuszcze (nasycone)	31,21	g
Tłuszcze (jednonasycone)	30,10	g
Tłuszcze (wielonasycone)	13,17	g
Białko	102,58	g
Błonnik	50,15	g
Sól	5,93	g

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

ŚNIADANIE

Graham+ jajko w jogurcie+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 435,79 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,78 , Cukry: 2,44 , Tłuszcz ogółem: 11,22 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,07 , Białko: 19,74 , Błonnik: 9,1 , Sól: 1,96

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z dyni z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Ryba w jajku - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), ziemniaki gotowane, Surówka z jabłka i selera - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 656,1 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,35 , Cukry: 20,57 , Tłuszcz ogółem: 5,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,07 , Białko: 34,05 , Błonnik: 17,44 , Sól: 1,07

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 415,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 72,61 , Cukry: 21,86 , Tłuszcz ogółem: 6,3 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,19 , Białko: 11,81 , Błonnik: 9,6 , Sól: 1,4

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 678,00	kcal
Węglowodny przyswajalne	269,69	g
Cukry (glukoza)	17,21	g
Cukry (fruktoza)	29,52	g
Cukry (sacharoza)	32,29	g
Tłuszcze (nasycone)	10,46	g
Tłuszcze (jednonasycone)	7,79	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,32	g
Białko	67,20	g
Błonnik	43,55	g
Sól	4,58	g

Dieta: 9 Bogatobiałkowa

ŚNIADANIE

Wek+ jajko w jogurcie+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 784,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,86 , Cukry: 4,61 , Tłuszcz ogółem: 27,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,88 , Białko: 30,66 , Błonnik: 3,97 , Sól: 2,01

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z dyni z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Ryba w jajku - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), ziemniaki gotowane, Surówka z jabłka i selera - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 656,1 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,35 , Cukry: 20,57 , Tłuszcz ogółem: 5,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,07 , Białko: 34,05 , Błonnik: 17,44 , Sól: 1,07

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ twarożek ze szczypiorkiem+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 627,42 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,94 , Cukry: 5,6 , Tłuszcz ogółem: 20,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,82 , Białko: 36,3 , Błonnik: 3,82 , Sól: 1,34

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 239,32	kcal
Węglowodny przyswajalne	309,09	g
Cukry (glukoza)	11,60	g
Cukry (fruktoza)	23,93	g
Cukry (sacharoza)	29,40	g
Tłuszcze (nasycone)	28,89	g
Tłuszcze (jednonasycone)	18,30	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,20	g
Białko	102,61	g
Błonnik	32,63	g
Sól	4,58	g

.....
sporządził

/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził



Dieta: 03 Z ogr. tłuszczu (wątrobowa)

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ jajko w jogurcie+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Rukola	20,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z dyni z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Dynia	40,0	g
	Marchew	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Ryba w jajku	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Surówka z jabłka i selera	Jabłko	80,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	110,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	15,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
3 bułka + dżem+ pomidor+sałata	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	40,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

Dieta: 1 Podstawowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+ jajko w majonezie+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	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
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm	
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g	
Zupa krem z dyni z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g	
	Kości, wywar	300,0	g	
	Mieszanka Ziół	2,0	g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g	
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g	
	Dynia	40,0	g	
	Marchew	30,0	g	
	Pietruszka, liście	5,0	g	
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g	
	Ryba smażona	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
		Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		10,0	g	



	Bułka tarta *(1)	10,0 g
	Olej rzepakowy	15,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0 g
Surówka z jabłka i selera	Jabłko	80,0 g
	Seler korzeniowy *(9)	100,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	20,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt owocowy	Jogurt truskawkowy, 1,5% tł. *(7)	150,0	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
Bułka + dżem+ papryka+ sałata	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	g
	Papryka czerwona	50,0	g
	Sałata	40,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

Dieta: 10 Niskobiałkowa

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
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
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	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 krem z dyni z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g

**Jadłospis na dzień: 21-02-2025
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

	Dynia	40,0 g
	Marchew	30,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Ryba w jajku	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0 g
	Olej rzepakowy	10,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0 g
Surówka z jabłka i selera	Seler korzeniowy *(9)	110,0 g
	Jabłko	80,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Bułka + dżem+ pomidor+ sałata	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	40,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/GL Bezglutenowa**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
zupa krem z dyni z chleb.bezgl. (bezgl.)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Cukinia	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Ser, tyłżycki tłusty *(7)	10,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/ML Bezmleczna

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Wek+ jajko w majonezie+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	15,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szcypiorek	2,0	g
	Rukola	20,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot z cukrem	Kompot z jabłek, z cukrem	250,0	g
Zupa krem z dyni z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Dynia	40,0	g
	Marchew	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryba w jajku	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Surówka z jabłka i selera	Jabłko	70,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	100,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
3.wek+dżem+ pomidor+sałata	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g



	Salata	20,0 g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0 g
Inne składniki		

Dieta: 11/NP Niskopurynowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Graham+ jajko w jogurcie+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z dyni z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Dynia	40,0	g
	Marchew	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Ryba w jajku	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Surówka z jabłka i selera	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	15,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	110,0	g
	Jabłko	80,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

**Jadłospis na dzień: 21-02-2025
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Graham+ twarożek ze szczypiorkiem+ pomid	Szczypiorek	20,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/WE Wegetariańska**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ jajko w jogurcie+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Kasza manna *(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
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z dyni z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Dynia	40,0	g
	Marchew	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g



	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0 g
Surówka z jabłka i selera	Jabłko	80,0 g
	Seler korzeniowy *(9)	100,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	20,0 g
Kotlet z kalafiora	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Kasza manna *(1)	10,0 g
	Bułka tarta *(1)	10,0 g
	Kalafior	150,0 g
	Koper ogrodowy	5,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Bułka + dżem+ pomidor+ sałata	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	40,0	g
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ jajko+ masło	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(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
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g



Zupa krem z dyni z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0 g
	Kości, wywar	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Chleb chrupki *(1)	20,0 g
	Dynia	40,0 g
	Marchew	30,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Ryba w jajku	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Bułka + dżem+ pomidor+ sałata	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	70,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	40,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

Dieta: 13 Płynna (kleikowa)

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Kleik	Ryż biały	50,0	g
Sucharki	Chleb chrupki *(1)	60,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sucharki	Chleb chrupki *(1)	60,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm

**Jadłospis na dzień: 21-02-2025
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g
Marchwianka z ryżem	Marchew	200,0 g
	Ryż biały	80,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sucharki	Chleb chrupki *(1)	60,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Kleik	Ryż biały	50,0	g
Sucharki	Chleb chrupki *(1)	60,0	g
Inne składniki			

Dieta: 2 Łatwostrawna**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ jajko w jogurcie+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Kasza manna *(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
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z dyni z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Dynia	40,0	g
	Marchew	30,0	g

**Jadłospis na dzień: 21-02-2025
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Ryba w jajku	Morszczuk, świeży *(4)	80,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0 g
Surówka z jabłka i selera	Jabłko	80,0 g
	Seler korzeniowy *(9)	100,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	20,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Bułka + dżem+ pomidor+ sałata	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	40,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

Dieta: 4 Wrzodowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ jajko w jogurcie	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Kasza manna *(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
---------	----------	-------	----

**Jadłospis na dzień: 21-02-2025
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g
Zupa krem z dyni z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0 g
	Kości, wywar	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Chleb chrupki *(1)	20,0 g
	Dynia	40,0 g
	Marchew	30,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Ryba w jajku	Morszczuk, świeży *(4)	80,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0 g
Marchew duszona 200g	Olej rzepakowy	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Marchew	200,0 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
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Bułka + dżem+ pomidor+ sałata	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	40,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

Dieta: 5 Bogatoresztkowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Graham+ jajko w jogurcie+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g

**Jadłospis na dzień: 21-02-2025
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g
zupa mleczna z kaszą manną	Kasza manna *(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
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z dyni z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Dynia	40,0	g
	Marchew	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Ryba w jajku	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Surówka z jabłka i selera	Jabłko	80,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	100,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	20,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Graham+ twarożek ze szczypiorkiem+ pomid	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	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+ jajko w majonezie+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Kasza manna *(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
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z dyni z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Dynia	40,0	g
	Marchew	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Ryba smażona	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	15,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Bułka tarta *(1)	10,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Surówka z jabłka i selera	Jabłko	80,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	110,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	15,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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



Sok owocowy	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0 g
Inne składniki		

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Chleb graham+ twarożek + szczypiorek+papr	Szczypiorek	20,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Papryka czerwona	50,0	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+ jajko w majonezie+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z dyni z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Dynia	40,0	g



	Marchew	30,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Ryba smażona	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0 g
	Olej rzepakowy	15,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Bułka tarta *(1)	10,0 g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0 g
Surówka z jabłka i selera	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	15,0 g
	Seler korzeniowy *(9)	110,0 g
	Jabłko	80,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Chleb graham+ twarożek + szczypiorek+papr	Szczypiorek	20,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Papryka czerwona	50,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
Inne składniki			

DRUGA KOLACJA

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

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Graham+ jajko w jogurcie+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g

**Jadłospis na dzień: 21-02-2025
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g
	Groszek zielony	10,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0 g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	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 krem z dyni z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Dynia	40,0	g
	Marchew	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Ryba w jajku	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Surówka z jabłka i selera	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	15,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	110,0	g
	Jabłko	80,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

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

Dieta: 9 Bogatobiałkowa

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ jajko w jogurcie+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z dyni z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Dynia	40,0	g
	Marchew	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Ryba w jajku	Jaja kurze całe *(3)	20,0
Morszczuk, świeży *(4)		80,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		5,0	g
Mieszanka Ziół		2,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Surówka z jabłka i selera	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	15,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	110,0	g
	Jabłko	80,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja



Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ twarożek ze szczypiorkiem+ pomidor+	Szczypiorek	20,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
Inne składniki			

* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

1	Gluten	2	Skorupiaki	3	Jaja (jadalne)
4	Ryba	5	Orzeszki ziemne	6	Białko sojowe
7	Białko mleka krowiego	8	Orzechy i nasiona	9	Seler
10	Musztarda/gorczyca	11	Nasiona sezamu	12	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

Jadłospis na dzień: 21-02-2025
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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