

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

zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 694,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 109,4 , Cukry: 18,09 , Tłuszcz ogółem: 12,31 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,55 , Białko: 33,18 , Błonnik: 4,03 , Sól: 2,45

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Jabłko

Wartość energetyczna: 100,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 20,2 , Cukry: 19,4 , Tłuszcz ogółem: ,28 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,08 , Białko: ,8 , Błonnik: 4 , Sól: ,01

**OBIAD**

Kompot bez cukru, Jajko w sosie pomidorowym - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), ziemniaki gotowane, Kalafior, Zupa krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 624,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 100,2 , Cukry: 14,57 , Tłuszcz ogółem: 7,51 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,87 , Białko: 27,94 , Błonnik: 14,46 , Sól: ,73

**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), 3 wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 463,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,35 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 9,23 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,72 , Białko: 25,26 , Błonnik: 3,28 , Sól: 2,21

**Dobowa suma wartości odżywczych**

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 972,94	kcal
Węglowodny przyswajalne	306,45	g
Cukry (glukoza)	11,19	g
Cukry (fruktoza)	20,37	g
Cukry (sacharoza)	27,25	g
Tłuszcze (nasycone)	14,00	g
Tłuszcze (jednonasycone)	12,05	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,09	g
Białko	93,63	g
Błonnik	25,77	g
Sól	5,63	g

**Dieta: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+salceson+ogórek+musztarda+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 504,95 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 76,51 , Cukry: 3,67 , Tłuszcz ogółem: 14,37 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,71 , Białko: 12,21 , Błonnik: 8,49 , Sól: 1,73

## 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, Sałata z kapusty czerwonej, Kielbasa biała w sosie chrzanowym - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego), ziemniaki gotowane, Zupa krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 805,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,65 , Cukry: 17,18 , Tłuszcz ogółem: 13,25 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,45 , Białko: 27,72 , Błonnik: 15,94 , Sól: 2,38

## 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), Chleb mieszany+ paszтет pieczony+ pomidor+roszponk - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 859,08 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,29 , Cukry: 5,04 , Tłuszcz ogółem: 37,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,86 , Białko: 26,43 , Błonnik: 9,34 , Sól: 2,67

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 334,14	kcal
Węglowodny przyswajalne	295,90	g
Cukry (glukoza)	10,62	g
Cukry (fruktoza)	16,34	g
Cukry (sacharoza)	14,97	g
Tłuszcze (nasycone)	39,86	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,16	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,83	g
Białko	73,41	g
Błonnik	36,77	g
Sól	7,02	g

---

## Dieta: 10 Niskobiałkowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ kielbasa żywiecka+ pomidor+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 500,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 59,88 , Cukry: 4,9 , Tłuszcz ogółem: 24,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,98 , Białko: 16,66 , Błonnik: 3,28 , Sól: 2,5

### 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, Kielbasa biała w sosie pomidorowym - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), ziemniaki gotowane, Kalafior, Zupa krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 767,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,08 , Cukry: 14,57 , Tłuszcz ogółem: 10,62 w tym nasycone

## PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ pasztet drobiowy+ pomidor+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 660,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,44 , Cukry: 5,32 , Tłuszcz ogółem: 31,67 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,09 , Białko: 19,58 , Błonnik: 3,4 , Sól: 2,16

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 102,38	kcal
Węglowodny przyswajalne	270,12	g
Cukry (glukoza)	11,20	g
Cukry (fruktoza)	20,38	g
Cukry (sacharoza)	25,36	g
Tłuszcze (nasycone)	34,21	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,57	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,23	g
Białko	66,32	g
Błonnik	25,16	g
Sól	7,06	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 jarzynowa z kaszą kukurydzianą (bezgluten) - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 134,55 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 22,72 , Cukry: 2,21 , Tłuszcz ogółem: 1,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,62 , Białko: 6,66 , Błonnik: 2,96 , Sól: ,3

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	209,55	kcal
Węglowodny przyswajalne	37,87	g
Cukry (glukoza)	3,56	g
Cukry (fruktoza)	8,67	g
Cukry (sacharoza)	4,54	g
Tłuszcze (nasycone)	0,68	g
Tłuszcze (jednonasycone)	0,34	g
Tłuszcze (wielonasycone)	0,24	g
Białko	7,26	g
Błonnik	5,96	g
Sól	0,31	g

---

## Dieta: 11/ML Bezmleczna

---

### ŚNIADANIE

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

cukrem

Wartość energetyczna: 438,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 72,27 , Cukry: 17,4 , Tłuszcz ogółem: 12,7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,77 , Białko: 16,55 , Błonnik: 3,28 , Sól: 2,5

## DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko, Orzechy 40 g

Wartość energetyczna: 341,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,75 , Cukry: 15,43 , Tłuszcz ogółem: 23,06 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,68 , Białko: 7 , Błonnik: 5,6 , Sól: ,01

## OBIAD

Kompot bez cukru, Kielbasa biała w sosie pomidorowym - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), ziemniaki gotowane, Kalafior, Zupa krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 759,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,35 , Cukry: 14,54 , Tłuszcz ogółem: 10,33 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,89 , Białko: 28,73 , Błonnik: 14,46 , Sól: 2,34

## PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

## Kolacja

Herbata z cukrem, Wek+pasztet drob.+pomid+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 505,79 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 72,96 , Cukry: 17,46 , Tłuszcz ogółem: 16,55 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,74 , Białko: 13,57 , Błonnik: 3,4 , Sól: 2,01

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 144,50	kcal
Węglowodny przyswajalne	289,89	g
Cukry (glukoza)	11,20	g
Cukry (fruktoza)	20,38	g
Cukry (sacharoza)	50,85	g
Tłuszcze (nasycone)	18,10	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,38	g
Tłuszcze (wielonasycone)	23,23	g
Białko	66,09	g
Błonnik	27,76	g
Sól	6,90	g

---

## Dieta: 11/NP Niskopurynowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 724,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,49 , Cukry: 3,99 , Tłuszcz ogółem: 21,3 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,69 , Białko: 34,23 , Błonnik: 9,91 , Sól: 2,71

### 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, Jajko w sosie pomidorowym - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), ziemniaki gotowane, Kalafior, Zupa krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 609,64 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 100,2 , Cukry: 14,57 , Tłuszcz ogółem: 7,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,87 , Białko: 24,34 , Błonnik: 14,46 , Sól: ,52

## 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), Graham 120+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 559,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 63,42 , Cukry: 3,72 , Tłuszcz ogółem: 18,79 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,21 , Białko: 27,33 , Błonnik: 9,16 , Sól: 2,51

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 058,47	kcal
Węglowodny przyswajalne	279,56	g
Cukry (glukoza)	10,20	g
Cukry (fruktoza)	17,68	g
Cukry (sacharoza)	10,46	g
Tłuszcze (nasycone)	28,62	g
Tłuszcze (jednonasycone)	15,75	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,25	g
Białko	92,94	g
Błonnik	36,53	g
Sól	5,98	g

---

## Dieta: 11/WE Wegetariańska

---

### ŚNIADANIE

Wek+ ogórek+ pomidor+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 750,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 110,39 , Cukry: 19,53 , Tłuszcz ogółem: 22,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,03 , Białko: 23,17 , Błonnik: 4,53 , Sól: 1,47

### 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, Kotlety sojowe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe), sos pomidorowy - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), ziemniaki gotowane, Kalafior, Zupa krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 746,17 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,63 , Cukry: 15,32 , Tłuszcz ogółem: 14,26 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,38 , Białko: 30,04 , Błonnik: 18,24 , Sól: ,41

## 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), Wek +miód+pomidor+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 697,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 110,04 , Cukry: 7,06 , Tłuszcz ogółem: 19,77 w tym nasycone kwasy

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 290,87	kcal
Węglowodny przyswajalne	352,70	g
Cukry (glukoza)	11,22	g
Cukry (fruktoza)	18,78	g
Cukry (sacharoza)	27,22	g
Tłuszcze (nasycone)	28,62	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,10	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,94	g
Białko	67,57	g
Błonnik	26,67	g
Sól	3,33	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kielbasa żywiecka+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 636,48 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 74,2 , Cukry: 4,57 , Tłuszcz ogółem: 28,61 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,15 , Białko: 25,87 , Błonnik: 3,03 , Sól: 2,44

### **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, Kielbasa biała w sosie pomidorowym - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), ziemniaki gotowane, Kalafior, Zupa krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 767,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,08 , Cukry: 14,57 , Tłuszcz ogółem: 10,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,07 , Białko: 29,24 , Błonnik: 14,46 , Sól: 2,35

### **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), zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), 12 wek+ pasztet+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 786,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,99 , Cukry: 4,99 , Tłuszcz ogółem: 31,26 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,38 , Białko: 33,42 , Błonnik: 3,27 , Sól: 2,04

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 355,34	kcal
Węglowodny przyswajalne	286,71	g
Cukry (glukoza)	10,04	g
Cukry (fruktoza)	17,48	g
Cukry (sacharoza)	12,67	g
Tłuszcze (nasycone)	42,44	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,12	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,95	g

Białko	95,57 g
Błonnik	23,76 g
Sól	7,08 g

---

## Dieta: 2 Łatwostrawna

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kielbasa żywiecka+ pomidor+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 758,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,84 , Cukry: 5,53 , Tłuszcz ogółem: 30,35 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,6 , Białko: 29,47 , Błonnik: 4,03 , Sól: 2,84

### DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

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

### OBIAD

Kompot bez cukru, Kielbasa biała w sosie pomidorowym - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), ziemniaki gotowane, Kalafior, Zupa krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 767,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,08 , Cukry: 14,57 , Tłuszcz ogółem: 10,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,07 , Białko: 29,24 , Błonnik: 14,46 , Sól: 2,35

### 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), Wek+ pasztet drobiowy+ pomidor+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 660,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,44 , Cukry: 5,32 , Tłuszcz ogółem: 31,67 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,09 , Białko: 19,58 , Błonnik: 3,4 , Sól: 2,16

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 350,58	kcal
Węglowodny przyswajalne	292,81	g
Cukry (glukoza)	10,20	g
Cukry (fruktoza)	17,68	g
Cukry (sacharoza)	13,60	g
Tłuszcze (nasycone)	39,60	g
Tłuszcze (jednonasycone)	28,44	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,62	g
Białko	85,34	g
Błonnik	24,89	g
Sól	7,60	g

---

## Dieta: 4 Wrzodowa

---

### ŚNIADANIE

zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 806,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 109,5 , Cukry: 18,09 , Tłuszcz ogółem: 24,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,76 , Białko: 33,29 , Błonnik: 4,03 , Sól: 2,45

## DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko- mus

Wartość energetyczna: 100,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 20,2 , Cukry: 19,4 , Tłuszcz ogółem: ,28 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,08 , Białko: ,8 , Błonnik: 4 , Sól: ,01

## OBIAD

Kompot bez cukru, Jajko w sosie pomidorowym - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), ziemniaki gotowane, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler), Zupa krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 670,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 110,97 , Cukry: 17,99 , Tłuszcz ogółem: 7,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,92 , Białko: 26,95 , Błonnik: 16,89 , Sól: ,89

## 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), wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 521,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,4 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 19,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,52 , Białko: 15,56 , Błonnik: 3,28 , Sól: 1,24

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 189,14	kcal
Węglowodny przyswajalne	317,38	g
Cukry (glukoza)	10,79	g
Cukry (fruktoza)	19,97	g
Cukry (sacharoza)	31,47	g
Tłuszcze (nasycone)	30,07	g
Tłuszcze (jednonasycone)	18,32	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,11	g
Białko	83,05	g
Błonnik	28,20	g
Sól	4,82	g

---

## Dieta: 5 Bogatoresztkowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ kiełbasa żywiecka+ pomidor+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 741,52 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 92,79 , Cukry: 3,99 , Tłuszcz ogółem: 28,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,89 , Białko: 31,43 , Błonnik: 9,91 , Sól: 3,14

### 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, Kiełbasa biała w sosie pomidorowym - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), ziemniaki gotowane, Kalafior, Zupa krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 767,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,08 , Cukry: 14,57 , Tłuszcz ogółem: 10,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,07 , Białko: 29,24 , Błonnik: 14,46 , Sól: 2,35



## 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), Graham+ pasztet piecz+ pomidor+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 769,99 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,79 , Cukry: 3,96 , Tłuszcz ogółem: 37,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,8 , Białko: 25,93 , Błonnik: 9,4 , Sól: 2,44

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 443,56	kcal
Węglowodny przyswajalne	286,11	g
Cukry (glukoza)	10,20	g
Cukry (fruktoza)	17,68	g
Cukry (sacharoza)	10,70	g
Tłuszcze (nasycone)	44,61	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,09	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,16	g
Białko	93,64	g
Błonnik	36,77	g
Sól	8,17	g

---

## Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb graham+ salceson+ ogórek+musztarda+roszponka - 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: 673,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,96 , Cukry: 3,22 , Tłuszcz ogółem: 20,12 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,28 , Białko: 24,51 , Błonnik: 9,3 , Sól: 1,84

### DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

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

### OBIAD

Kompot bez cukru, Sałata z kapusty czerwonej, Kiełbasa biała w sosie chrzanowym - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego), ziemniaki gotowane, Zupa krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 805,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,65 , Cukry: 17,18 , Tłuszcz ogółem: 13,25 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,45 , Białko: 27,72 , Błonnik: 15,94 , Sól: 2,38

## 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), Graham 120+ pasztet piecz+ pomidor+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 770,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,48 , Cukry: 3,96 , Tłuszcz ogółem: 37,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,8 , Białko: 26,04 , Błonnik: 9,44 , Sól: 2,44

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 414,14	kcal
Węglowodny przyswajalne	289,54	g
Cukry (glukoza)	10,62	g
Cukry (fruktoza)	16,34	g
Cukry (sacharoza)	13,44	g
Tłuszcze (nasycone)	43,37	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,13	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,95	g
Białko	85,32	g
Błonnik	37,68	g
Sól	6,90	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb graham+ salceson+ ogórek+musztarda+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 369,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 46,54 , Cukry: 2,53 , Tłuszcz ogółem: 13,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,59 , Białko: 10,04 , Błonnik: 7,27 , Sól: 1,28

### **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, Sałata z kapusty czerwonej, Kielbasa biała w sosie chrzanowym - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego), ziemniaki gotowane, Zupa krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 805,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,65 , Cukry: 17,18 , Tłuszcz ogółem: 13,25 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,45 , Białko: 27,72 , Błonnik: 15,94 , Sól: 2,38

### **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), Graham 120+ pasztet piecz+ pomidor+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 770,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,48 , Cukry: 3,96 , Tłuszcz ogółem: 37,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,8 , Białko: 26,04 , Błonnik: 9,44 , Sól: 2,44

### **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

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 479,04	kcal
Węglowodny przyswajalne	297,60	g
Cukry (glukoza)	11,57	g
Cukry (fruktoza)	17,44	g

Cukry (sacharoza)	13,21 g
Tłuszcze (nasycone)	45,59 g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,81 g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,84 g
Białko	81,68 g
Błonnik	44,18 g
Sól	7,67 g

---

## Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 392,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,46 , Cukry: 3,36 , Tłuszcz ogółem: 7,57 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,59 , Białko: 21,35 , Błonnik: 9,16 , Sól: 2,37

### 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, Kiełbasa biała w sosie pomidorowym - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), ziemniaki gotowane, Kalafior, Zupa krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 767,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,08 , Cukry: 14,57 , Tłuszcz ogółem: 10,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,07 , Białko: 29,24 , Błonnik: 14,46 , Sól: 2,35

### 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

Herbata bez cukru, Graham 120+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 392,32 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,46 , Cukry: 3,36 , Tłuszcz ogółem: 7,57 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,6 , Białko: 21,35 , Błonnik: 9,16 , Sól: 2,37

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 716,67	kcal
Węglowodny przyswajalne	235,46	g
Cukry (glukoza)	10,20	g
Cukry (fruktoza)	17,68	g
Cukry (sacharoza)	9,47	g
Tłuszcze (nasycone)	18,11	g
Tłuszcze (jednonasycone)	5,61	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,08	g
Białko	78,98	g
Błonnik	35,78	g
Sól	7,34	g

---

## Dieta: 9 Bogatobiałkowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kiełbasa żywiecka+ pomidor+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego,

## Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 683,52 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,76 , Cukry: 5,53 , Tłuszcz ogółem: 22,52 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,13 , Białko: 29,39 , Błonnik: 4,03 , Sól: 2,84

## DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko, serek homogenizowany - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 211,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,65 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 15,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,07

## OBIAD

Kompot bez cukru, Kiełbasa biała w sosie pomidorowym - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), ziemniaki gotowane, Kalafior, Zupa krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 778,26 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 103,05 , Cukry: 14,61 , Tłuszcz ogółem: 11,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,38 , Białko: 29,91 , Błonnik: 14,46 , Sól: 2,38

## PODWIECZOREK

Jogurt naturalny 150g - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 180,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 18,6 , Cukry: 3 , Tłuszcz ogółem: 5,64 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,57 , Białko: 12,9 , Błonnik: 0 , Sól: ,47

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ pasztet drobiowy+ pomidor+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 585,42 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,37 , Cukry: 5,32 , Tłuszcz ogółem: 23,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,61 , Białko: 19,51 , Błonnik: 3,4 , Sól: 2,15

## Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 438,70	kcal
Węglowodny przyswajalne	307,43	g
Cukry (glukoza)	10,20	g
Cukry (fruktoza)	17,68	g
Cukry (sacharoza)	15,14	g
Tłuszcze (nasycone)	30,75	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,07	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,50	g
Białko	107,32	g
Błonnik	24,89	g
Sól	7,91	g

---

## Dieta: 9/WEN Bogatobiałkowa wysokoenerget

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kiełbasa żywiecka+ pomidor+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 683,52 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,76 , Cukry: 5,53 , Tłuszcz ogółem: 22,52 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,13 , Białko: 29,39 , Błonnik: 4,03 , Sól: 2,84

### DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko, serek homogenizowany - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 211,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,65 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 15,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,07

### OBIAD

Kompot bez cukru, Kiełbasa biała w sosie pomidorowym - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), ziemniaki gotowane, Kalafior, Zupa krupnik z

jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 778,26 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 103,05 , Cukry: 14,61 , Tłuszcz ogółem: 11,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,38 , Białko: 29,91 , Błonnik: 14,46 , Sól: 2,38

## **PODWIECZOREK**

Jogurt naturalny 150g - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Orzechy 40 g

Wartość energetyczna: 446,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,2 , Cukry: 3,88 , Tłuszcz ogółem: 28,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,19 , Białko: 19,3 , Błonnik: 2,6 , Sól: ,48

## **Kolacja**

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ pasztet drobiowy+ pomidor+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 585,42 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,37 , Cukry: 5,32 , Tłuszcz ogółem: 23,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,61 , Białko: 19,51 , Błonnik: 3,4 , Sól: 2,15

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 705,10	kcal
Węglowodny przyswajalne	312,03	g
Cukry (glukoza)	10,20	g
Cukry (fruktoza)	17,68	g
Cukry (sacharoza)	16,02	g
Tłuszcze (nasycone)	33,38	g
Tłuszcze (jednonasycone)	28,83	g
Tłuszcze (wielonasycone)	23,96	g
Białko	113,72	g
Błonnik	27,49	g
Sól	7,91	g

.....  
sporządził  
/Morkisz Magdalena/

.....  
zatwierdził



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

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	330,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ roszone	Roszonek	20,0	g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Herbata z cukrem	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Jajko w sosie pomidorowym	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	15,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kalafior	Kalafior	200,0	g
Zupa krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	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
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
3 wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ roszone	Roszonek	20,0	g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g



Inne składniki

**Dieta: 1 Podstawowa**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+salceson+ogórek+musztarda	Musztarda *(10)	5,0	g
	Roszonka	20,0	g
	Salceson Śląski	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Ogórek	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Sałata z kapusty czerwonej	Olej rzepakowy	2,5	g
	Cebula	14,0	g
	Kapusta czerwona	140,0	g
	Marchew	60,0	g
Kielbasa biała w sosie chrzanowym	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kielbasa Biała *(6)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chrzan	10,0	g
	Koper ogrodowy	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	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
---------	----------	-------	----



Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0 g
Chleb mieszany+ pasztet pieczony+ pomidor	Pasztet wieprzowy, pieczony *(1, 6, 7)	60,0 g
	Roszonka	20,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0 g
	Pomidor	100,0 g
Inne składniki		

**Dieta: 10 Niskobiałkowa**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ kielbasa żywiecka+ pomidor+roszponk	Kielbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Roszonka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Kielbasa biała w sosie pomidorowym	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kielbasa Biała *(6)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	15,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kalafior	Kalafior	200,0	g
Zupa krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	g





Inne składniki

### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ paszтет drobiowy+ pomidor+roszponka	Roszponka	20,0	g
	Paszтет podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	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 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+ kielbasa żywiecka+ pomidor+ roszp	Kielbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Roszponka	20,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	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
Orzechy 40 g	Orzechy włoskie	40,0	g

Inne składniki

### OBIAD

**Jadłospis na dzień: 15-03-2025  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Kiełbasa biała w sosie pomidorowym	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kiełbasa Biała *(6)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kalafior	Kalafior	200,0	g
Zupa krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Wek+pasztet drob.+pomid+roszponka	Roszponka	20,0	g
	Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11)	60,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

**Dieta: 11/NP Niskopurynowa****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
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
Graham+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ rosz	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Roszponka	20,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	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
Jajko w sosie pomidorowym	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Jaja gotowane *(3)	60,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	15,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kalafior	Kalafior	200,0	g
Zupa krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	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
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Graham 120+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ r	Roszponka	20,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

**Dieta: 11/WE Wegetariańska****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ ogórek+ pomidor+ roszponka	Roszponka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Ogórek	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Herbata z cukrem	Herbata czarna, napar z cukrem	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
---------	----------	-------	----

**Jadłospis na dzień: 15-03-2025  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Jabłko	Jabłko	150,0 g
Inne składniki		

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Kotlety sojowe	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Kotlety Sojowe *(6)	100,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
sos pomidorowy	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kalafior	Kalafior	200,0	g
Zupa krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	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
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek +miód+pomidor+roszponka	Roszponka	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Miód pszczeli	50,0	g
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Wek+ kielbasa żywiecka+ pomidor	Kielbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	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
Kiełbasa biała w sosie pomidorowym	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kiełbasa Biała *(6)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	15,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kalafior	Kalafior	200,0	g
Zupa krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	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
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
12 wek+ paszтет+ pomidor	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Paszтет z kurczaka pieczony *(1, 3, 6, 7, 9, 10)	60,0	g
Inne składniki			

**Dieta: 2 Łatwostrawna****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Wek+ kiełbasa żywiecka+ pomidor+roszponk	Kiełbasa żywiecka *(6)	50,0	g



	Roszponka	20,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
Inne składniki		

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Kiełbasa biała w sosie pomidorowym	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kiełbasa Biała *(6)	80,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	15,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kalafior	Kalafior	200,0	g
Zupa krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	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
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Wek+ pasztet drobiowy+ pomidor+ roszonek	Roszonek	20,0	g
	Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

#### Dieta: 4 Wrzodowa

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	330,0	g



	Kasza manna *(1)	30,0 g
Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ roszone	Roszonek	20,0 g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
Herbata z cukrem	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0 g
Inne składniki		

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Jajko w sosie pomidorowym	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	15,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Jarzyny duszone	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
Zupa krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	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
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
wek+ kielbasa drobiowa+pomidor+ roszonek	Roszonek	20,0	g
	Kielbasa Drobiowa Gruba *(1, 6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			



**Dieta: 5 Bogatoresztkowa**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
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
Graham+ kielbasa żywiecka+ pomidor+roszp	Kielbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Roszpodka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Kielbasa biała w sosie pomidorowym	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kielbasa Biała *(6)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	15,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kalafior	Kalafior	200,0	g
Zupa krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	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
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Graham+ pasztet piecz+pomidor+roszpodka	Pasztet wieprzowy, pieczony *(1, 6, 7)	60,0	g
	Roszpodka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g





	Pomidor	100,0 g
Inne składniki		

**Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+ salceson+ ogórek+musztarda	Musztarda *(10)	5,0	g
	Roszonka	20,0	g
	Salceson Śląski	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Ogórek	100,0	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
Sałata z kapusty czerwonej	Olej rzepakowy	2,5	g
	Cebula	14,0	g
	Kapusta czerwona	140,0	g
	Marchew	60,0	g
Kielbasa biała w sosie chrzanowym	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kielbasa Biała *(6)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chrzan	10,0	g
	Koper ogrodowy	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	g
	ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0
Zupa krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	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
Graham 120+ pasztet piecz+pomidor+rukola	Pasztet wieprzowy, pieczony *(1, 6, 7)	60,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+ salceson+ ogórek+musztarda	Musztarda *(10)	5,0	g
	Roszonka	20,0	g
	Salceson Śląski	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Ogórek	100,0	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
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Ogórek	50,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Sałata z kapusty czerwonej	Olej rzepakowy	2,5	g
	Cebula	14,0	g
	Kapusta czerwona	140,0	g
	Marchew	60,0	g
Kiełbasa biała w sosie chrzanowym	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kiełbasa Biała *(6)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chrzan	10,0	g
	Koper ogrodowy	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g



	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 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
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Graham 120+ pasztet piecz+pomidor+rukola	Pasztet wieprzowy, pieczony *(1, 6, 7)	60,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

#### 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
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham+ kielbasa drobiowa+ pomidor+roszp	Roszpodka	20,0	g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Kielbasa biała w sosie pomidorowym	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g



	Kiełbasa Biała *(6)	80,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0 g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	15,0 g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0 g
Kalafior	Kalafior	200,0 g
Zupa krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Kości, wywar	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 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
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham 120+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ r	Roszponka	20,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

**Dieta: 9 Bogatobiałkowa**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
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
Wek+ kiełbasa żywiecka+ pomidor+roszponk	Kiełbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Roszponka	20,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

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



Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g
Kiełbasa biała w sosie pomidorowym	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Kiełbasa Biała *(6)	80,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0 g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	25,0 g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0 g
Kalafior	Kalafior	200,0 g
Zupa krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Kości, wywar	300,0 g
	Kasza jęczmienna, perlowa *(1)	30,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	40,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt naturalny 150g	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	300,0	g
Inne składniki			

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Wek+ pasztet drobiowy+ pomidor+ roszonek	Roszonek	20,0	g
	Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

#### Dieta: 9/WEN Bogatobiałkowa wysokoenerget

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
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
Wek+ kiełbasa żywiecka+ pomidor+roszonek	Kiełbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Roszonek	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko	Jabłko	150,0	g



serek homogenizowany	Serek Homogenizowany Naturalny *(7)	150,0 g
Inne składniki		

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Kiełbasa biała w sosie pomidorowym	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kiełbasa Biała *(6)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	25,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kalafior	Kalafior	200,0	g
Zupa krupnik z jarzyną	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	40,0	g
Inne składniki			

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt naturalny 150g	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	300,0	g
Orzechy 40 g	Orzechy włoskie	40,0	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+ pasztet drobiowy+ pomidor+ roszponk	Roszponka	20,0	g
	Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

\* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

1	Gluten	2	Skorupiaki	3	Jaja (jadalne)
4	Ryba	5	Orzeszki ziemne	6	Białko sojowe
7	Białko mleka krowiego	8	Orzechy i nasiona	9	Seler



10	Musztarda/gorczyca	11	Nasiona sezamu	12	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				

.....  
sporządził  
/Morkisz Magdalena/

.....  
zatwierdził