

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

Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata - 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: 700,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,55 , Cukry: 5,58 , Tłuszcz ogółem: 17,74 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,49 , Białko: 33,61 , Błonnik: 4,1 , Sól: 1,76

**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 jarzynowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), wątróbka drobiowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 780,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,41 , Cukry: 12,99 , Tłuszcz ogółem: 12,11 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,51 , Białko: 42,14 , Błonnik: 14,94 , Sól: ,62

**PODWIECZOREK**

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

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

**Kolacja**

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kielbasa szynkowa+ pomidor+ rukolako - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 466,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,99 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 10,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,36 , Białko: 22,58 , Błonnik: 3,32 , Sól: 2,39

**Dobowa suma wartości odżywczych**

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 223,50	kcal
Węglowodny przyswajalne	320,41	g
Cukry (glukoza)	8,71	g
Cukry (fruktoza)	16,74	g
Cukry (sacharoza)	21,97	g
Tłuszcze (nasycone)	18,40	g
Tłuszcze (jednonasycone)	18,40	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,35	g
Białko	107,48	g
Błonnik	25,40	g
Sól	5,06	g

**Dieta: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

Chleb mieszany+ pasta z jaj+papryka+sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 648,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 75,89 , Cukry: 4,09 , Tłuszcz ogółem: 23,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,63 , Białko: 23,34 , Błonnik: 8,98 , 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 jarzynowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), wątróbka drobiowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten), surówka z kapusty kiszonej

Wartość energetyczna: 824,22 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,57 , Cukry: 10,24 , Tłuszcz ogółem: 21,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,82 , Białko: 39,13 , Błonnik: 13,99 , Sól: 1,67

## PODWIECZOREK

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

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb mieszany+ pasztetowa+ ogórek+ ruko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 766,1 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,86 , Cukry: 3,5 , Tłuszcz ogółem: 23,46 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,84 , Białko: 17,95 , Błonnik: 8,44 , Sól: 2,68

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 514,54	kcal
Węglowodany przyswajalne	312,78	g
Cukry (glukoza)	7,15	g
Cukry (fruktoza)	14,07	g
Cukry (sacharoza)	20,20	g
Tłuszcze (nasycone)	35,33	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,07	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,01	g
Białko	89,58	g
Błonnik	34,45	g
Sól	6,60	g

---

## Dieta: 10 Niskobiałkowa

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 586,03 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,76 , Cukry: 5,15 , Tłuszcz ogółem: 28,64 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,73 , Białko: 17,29 , Błonnik: 3,37 , Sól: 1,41

### 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 jarzynowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), wątróbka drobiowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 772,72 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,95 , Cukry: 12,97 , Tłuszcz ogółem: 11,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 41,83 , Błonnik: 14,94 , Sól: ,61

## 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), Weky+ paszтет+pomidor+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 651,98 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71,36 , Cukry: 5,32 , Tłuszcz ogółem: 27,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,21 , Białko: 24,32 , Błonnik: 3,56 , Sól: 2,1

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 184,93	kcal
Węglowodny przyswajalne	280,79	g
Cukry (glukoza)	9,71	g
Cukry (fruktoza)	19,44	g
Cukry (sacharoza)	26,43	g
Tłuszcze (nasycone)	29,19	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,80	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,61	g
Białko	84,28	g
Błonnik	25,88	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 jarzynowa z ziemniakami (bezgl/bezml) - w tym alergeny (Seler)

Wartość energetyczna: 287,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,42 , Cukry: 2,79 , Tłuszcz ogółem: ,3 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,07 , Białko: 9,55 , Błonnik: 5,9 , Sól: ,31

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	362,65	kcal
Węglowodny przyswajalne	73,57	g
Cukry (glukoza)	3,56	g
Cukry (fruktoza)	8,67	g
Cukry (sacharoza)	5,12	g
Tłuszcze (nasycone)	0,13	g
Tłuszcze (jednonasycone)	0,04	g
Tłuszcze (wielonasycone)	0,35	g
Białko	10,15	g
Błonnik	8,90	g
Sól	0,31	g

---

## Dieta: 11/ML Bezmleczna

---

### ŚNIADANIE

wek+ pasta z jaj+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 515,03 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71,17 , Cukry: 17,51 , Tłuszcz ogółem: 14,09 w tym nasycone kwasy

tłuszczowe 4,04 , Białko: 20,84 , Błonnik: 3,36 , Sól: 1,44

## 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, Zupa jarzynowa z tartym ciastem (bezmleczna) - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Seler), Kurczak słodko kwaśny z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Surówka z kapusty pekińskiej 200 g - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 818,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 115,71 , Cukry: 19,52 , Tłuszcz ogółem: 17,27 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,83 , Białko: 38,45 , Błonnik: 13,14 , Sól: ,83

## 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+ paszтет+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 534,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,96 , Cukry: 16 , Tłuszcz ogółem: 10,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,14 , Białko: 9,22 , Błonnik: 2,72 , Sól: 1,99

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 308,94	kcal
Węglowodny przyswajalne	301,16	g
Cukry (glukoza)	11,77	g
Cukry (fruktoza)	20,67	g
Cukry (sacharoza)	53,61	g
Tłuszcze (nasycone)	16,72	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,61	g
Tłuszcze (wielonasycone)	26,56	g
Białko	75,74	g
Błonnik	25,84	g
Sól	4,32	g

---

## Dieta: 11/NP Niskopurynowa

---

### ŚNIADANIE

Graham+ pasta z jaj+ pomidor+sałata - 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: 868,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,87 , Cukry: 4,24 , Tłuszcz ogółem: 34,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,54 , Białko: 35,81 , Błonnik: 10 , Sól: 2,16

### 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 jarzynowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Fasolka szparagowa, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 701,42 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 110,83 , Cukry: 12,46 , Tłuszcz ogółem: 6,54 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,76 , Białko: 40,39 , Błonnik: 14,77 , Sól: ,33

## PODWIECZOREK

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

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ kiełbasa szynkowa+ pomidor+rukolako - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 562,09 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 63,06 , Cukry: 3,72 , Tłuszcz ogółem: 19,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,85 , Białko: 24,64 , Błonnik: 9,2 , Sól: 2,69

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 407,50	kcal
Węglowodny przyswajalne	311,22	g
Cukry (glukoza)	8,54	g
Cukry (fruktoza)	16,59	g
Cukry (sacharoza)	18,88	g
Tłuszcze (nasycone)	33,19	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,92	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,09	g
Białko	109,99	g
Błonnik	37,00	g
Sól	5,47	g

---

## Dieta: 11/WE Wegetariańska

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata - 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: 885,45 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,91 , Cukry: 5,78 , Tłuszcz ogółem: 36,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,26 , Białko: 33,85 , Błonnik: 4,12 , Sól: 1,86

### 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 jarzynowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Papryka nadziewana wege - w tym alergeny (Gluten, Seler), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 708,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 120,15 , Cukry: 23,07 , Tłuszcz ogółem: 5,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,12 , Białko: 29,79 , Błonnik: 21,56 , Sól: ,18

## PODWIECZOREK

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

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 598,92 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,59 , Cukry: 23,76 , Tłuszcz ogółem: 19,7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,52 , Białko: 15,83 , Błonnik: 3,72 , Sól: 1,24

### Dobowa suma wartości odżywczych

Ilość jm.

Wartość energetyczna kcal	2 467,91	kcal
Węglowodny przyswajalne	347,11	g
Cukry (glukoza)	19,09	g
Cukry (fruktoza)	27,68	g
Cukry (sacharoza)	29,43	g
Tłuszcze (nasycone)	31,94	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,57	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,96	g
Białko	88,63	g
Błonnik	32,43	g
Sól	3,58	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Wek+ pasta z jaj+ pomidor - 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: 764,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 73,68 , Cukry: 4,82 , Tłuszcz ogółem: 35,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,81 , Białko: 30,37 , Błonnik: 3,11 , Sól: 1,45

### **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 jarzynowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), wątróbka drobiowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 698,72 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,95 , Cukry: 8,57 , Tłuszcz ogółem: 11,28 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,07 , Białko: 37,03 , Błonnik: 9,74 , Sól: ,58

### **PODWIECZOREK**

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

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

### **Kolacja**

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ pasztet+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 786,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,98 , Cukry: 4,99 , Tłuszcz ogółem: 31,26 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,38 , Białko: 33,42 , Błonnik: 3,27 , Sól: 2,04

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 525,49	kcal
Węglowodny przyswajalne	307,08	g
Cukry (glukoza)	7,15	g
Cukry (fruktoza)	14,54	g
Cukry (sacharoza)	20,28	g
Tłuszcze (nasycone)	39,29	g
Tłuszcze (jednonasycone)	33,04	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,38	g
Białko	109,97	g
Błonnik	19,16	g
Sól	4,37	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+ pasta z jaj+ pomidor+sałata - 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: 885,45 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,91 , Cukry: 5,78 , Tłuszcz ogółem: 36,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,26 , Białko: 33,85 , Błonnik: 4,12 , Sól: 1,86

### 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 jarzynowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), wątróbka drobiowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 772,72 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,95 , Cukry: 12,97 , Tłuszcz ogółem: 11,58 w tym nasycone kwasy

## PODWIECZOREK

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

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Bionnik: ,04 , Sol: ,28

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Weky+ paszтет drobiowy+ pomidor+rukolako - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 651,98 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71,36 , Cukry: 5,32 , Tłuszcz ogółem: 27,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,21 , Białko: 24,32 , Bionnik: 3,56 , Sol: 2,1

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 585,45	kcal
Węglowodny przyswajalne	324,67	g
Cukry (glukoza)	8,71	g
Cukry (fruktoza)	16,74	g
Cukry (sacharoza)	22,21	g
Tłuszcze (nasycone)	36,67	g
Tłuszcze (jednonasycone)	32,61	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,31	g
Białko	109,16	g
Bionnik	25,65	g
Sól	4,87	g

---

## Dieta: 4 Wrzodowa

---

### ŚNIADANIE

Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata - 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: 817,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,22 , Cukry: 5,63 , Tłuszcz ogółem: 29,66 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,82 , Białko: 34,02 , Bionnik: 4,03 , Sol: 1,78

### 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 , Bionnik: 3 , Sol: ,01

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), wątróbka drobiowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 772,72 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,95 , Cukry: 12,97 , Tłuszcz ogółem: 11,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 41,83 , Bionnik: 14,94 , Sol: ,61

## PODWIECZOREK

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

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Bionnik: ,04 , Sol: ,28

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Weky+ kiełbasa szynkowa+ pomidor+rukolako - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 578,88 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,1 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 22,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,57 , Białko: 22,68 , Bionnik: 3,32 , Sol: 2,39

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 444,71	kcal
Węglowodny przyswajalne	320,73	g
Cukry (glukoza)	8,69	g
Cukry (fruktoza)	16,72	g
Cukry (sacharoza)	22,05	g
Tłuszcze (nasycone)	34,59	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,01	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,68	g
Białko	107,69	g
Błonnik	25,33	g
Sól	5,07	g

---

## **Dieta: 5 Bogatoresztkowa**

---

### **ŚNIADANIE**

Graham+ pasta z jaj+ pomidor+sałata - 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: 868,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,87 , Cukry: 4,24 , Tłuszcz ogółem: 34,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,54 , Białko: 35,81 , Błonnik: 10 , Sól: 2,16

### **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 jarzynowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kurczak słodko kwaśny z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Surówka z kapusty pekińskiej 200 g - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 828,61 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 116,69 , Cukry: 19,56 , Tłuszcz ogółem: 17,65 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,07 , Białko: 39,13 , Błonnik: 13,14 , Sól: ,86

### **PODWIECZOREK**

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

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

### **Kolacja**

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ pasztet +pomidor+ rukolako - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 635,21 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,31 , Cukry: 3,78 , Tłuszcz ogółem: 24,92 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,49 , Białko: 26,28 , Błonnik: 9,44 , Sól: 2,4

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 607,80	kcal
Węglowodny przyswajalne	321,33	g
Cukry (glukoza)	11,37	g
Cukry (fruktoza)	18,72	g
Cukry (sacharoza)	21,08	g
Tłuszcze (nasycone)	35,14	g
Tłuszcze (jednonasycone)	33,56	g
Tłuszcze (wielonasycone)	13,58	g
Białko	110,37	g
Błonnik	35,62	g

## Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

### ŚNIADANIE

Chleb graham+ pasta z jaj+ papryka+ sałata - 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: 817,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,34 , Cukry: 3,64 , Tłuszcz ogółem: 29,64 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,2 , Białko: 35,64 , Błonnik: 9,79 , Sól: 2,08

### 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 jarzynowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), wątróbka drobiowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten), Kapusta zasmażana - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 832,21 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 116,65 , Cukry: 15,99 , Tłuszcz ogółem: 16,43 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,49 , Białko: 41,03 , Błonnik: 14,59 , Sól: ,67

### PODWIECZOREK

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

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

### Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ pasztetowa+ ogórek + rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 676,98 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 64,35 , Cukry: 2,42 , Tłuszcz ogółem: 23,31 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,78 , Białko: 17,44 , Błonnik: 8,5 , Sól: 2,45

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 601,71	kcal
Węglowodny przyswajalne	317,80	g
Cukry (glukoza)	10,27	g
Cukry (fruktoza)	16,71	g
Cukry (sacharoza)	18,66	g
Tłuszcze (nasycone)	38,51	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,89	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,89	g
Białko	103,27	g
Błonnik	35,92	g
Sól	5,49	g

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

### ŚNIADANIE

Chleb graham+ pasta z jaj+ papryka+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 513,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 45,92 , Cukry: 2,95 , Tłuszcz ogółem: 23,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,51 , Białko: 21,17 , Błonnik: 7,76 , Sól: 1,52

### 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 jarzynowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), wątróbka drobiowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten), surówka z kapusty kiszonej

Wartość energetyczna: 824,22 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,57 , Cukry: 10,24 , Tłuszcz ogółem: 21,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,82 , Białko: 39,13 , Błonnik: 13,99 , Sól: 1,67

## **PODWIECZOREK**

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

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

## **Kolacja**

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ pasztetowa+ ogórek+ ruko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 630,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 55,89 , Cukry: 2,36 , Tłuszcz ogółem: 22,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,72 , Białko: 15,78 , Błonnik: 7,22 , Sól: 2,23

## **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**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 612,47	kcal
Węglowodny przyswajalne	306,33	g
Cukry (glukoza)	8,10	g
Cukry (fruktoza)	15,17	g
Cukry (sacharoza)	18,38	g
Tłuszcze (nasycone)	41,00	g
Tłuszcze (jednonasycone)	29,64	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,81	g
Białko	96,07	g
Błonnik	40,54	g
Sól	7,03	g

---

## **Dieta: 8 Ubogoenergetyczna**

---

### **ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 417,57 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,06 , Cukry: 3,16 , Tłuszcz ogółem: 11,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,98 , Białko: 18,64 , Błonnik: 8,88 , Sól: 1,6

### **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 jarzynowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), wątróbka drobiowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 745,72 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,95 , Cukry: 12,97 , Tłuszcz ogółem: 8,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,97 , Białko: 41,83 , Błonnik: 14,94 , Sól: ,61

## PODWIECZOREK

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

Wartość energetyczna: 90,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 9,3 , Cukry: 1,5 , Tłuszcz ogółem: 2,82 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,79 , Białko: 6,45 , Błonnik: 0 , Sól: ,24

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 468,18 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,36 , Cukry: 3,42 , Tłuszcz ogółem: 13,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,88 , Białko: 20,3 , Błonnik: 9,44 , Sól: 2,26

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 796,47	kcal
Węglowodny przyswajalne	248,82	g
Cukry (glukoza)	8,61	g
Cukry (fruktoza)	16,61	g
Cukry (sacharoza)	10,38	g
Tłuszcze (nasycone)	15,68	g
Tłuszcze (jednonasycone)	13,87	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,98	g
Białko	87,82	g
Błonnik	36,26	g
Sól	4,72	g

## Dieta: 9 Bogatobiałkowa

### ŚNIADANIE

Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata - 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: 885,45 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,91 , Cukry: 5,78 , Tłuszcz ogółem: 36,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,26 , Białko: 33,85 , Błonnik: 4,12 , Sól: 1,86

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 165,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,45 , Cukry: 16,05 , Tłuszcz ogółem: 3,03 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,85 , Białko: 7,05 , Błonnik: 3 , Sól: ,24

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), wątróbka drobiowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 772,72 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,95 , Cukry: 12,97 , Tłuszcz ogółem: 11,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 41,83 , Błonnik: 14,94 , Sól: ,61

## PODWIECZOREK

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

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 578,88 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,1 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 22,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,57 , Białko: 22,68 , Błonnik: 3,32 , Sól: 2,39

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 602,35	kcal
Węglowodny przyswajalne	329,71	g
Cukry (glukoza)	8,71	g
Cukry (fruktoza)	16,74	g
Cukry (sacharoza)	23,65	g
Tłuszcze (nasycone)	36,82	g
Tłuszcze (jednonasycone)	30,44	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,18	g
Białko	113,96	g
Błonnik	25,41	g
Sól	5,39	g

---

## **Dieta: 9/WEN Bogatobiałkowa wysokoenerget**

---

### **ŚNIADANIE**

Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata - 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: 885,45 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,91 , Cukry: 5,78 , Tłuszcz ogółem: 36,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,26 , Białko: 33,85 , Błonnik: 4,12 , Sól: 1,86

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 165,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,45 , Cukry: 16,05 , Tłuszcz ogółem: 3,03 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,85 , Białko: 7,05 , Błonnik: 3 , Sól: ,24

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), wątróbka drobiowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 772,72 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,95 , Cukry: 12,97 , Tłuszcz ogółem: 11,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 41,83 , Błonnik: 14,94 , Sól: ,61

### **PODWIECZOREK**

Budyń bez cukru - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Orzechy 40 g

Wartość energetyczna: 466,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 34,91 , Cukry: 9,92 , Tłuszcz ogółem: 27,56 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,6 , Białko: 14,96 , Błonnik: 2,64 , Sól: ,29

### **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 578,88 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,1 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 22,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,57 , Białko: 22,68 , Błonnik: 3,32 , Sól: 2,39

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 868,75	kcal
Węglowodny przyswajalne	334,31	g
Cukry (glukoza)	8,71	g
Cukry (fruktoza)	16,74	g
Cukry (sacharoza)	24,53	g
Tłuszcze (nasycone)	39,44	g
Tłuszcze (jednonasycone)	34,20	g
Tłuszcze (wielonasycone)	27,64	g
Białko	120,36	g
Błonnik	28,01	g
Sól	5,40	g

---

.....  
sporządził  
/Morkisz Magdalena/

.....  
zatwierdził



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

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szcypiorek	3,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	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 jarzynowa z tartym ciastem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
wątróbka drobiowa z ziemniakami	Wątróbka kurczaka	100,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
Fasolka szparagowa	Fasola szparagowa	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Budyń w proszku	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

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

**Jadłospis na dzień: 10-04-2025**  
**szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0 g
Wek+ kiełbasa szynkowa+ pomidor+ rukolak	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Rukola	20,0 g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0 g
Inne składniki		

**Dieta: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb mieszany+ pasta z jaj+papryka+sałata	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0 g	
	Jaja kurze całe *(3)	90,0 g	
	Szcypiorek	3,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0 g	
	Papryka czerwona	50,0 g	
	Sałata	20,0 g	
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0 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 jarzynowa z tartym ciastem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Kości, wywar	300,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g	
	Makaron czterojęcyczny *(1, 3)	30,0 g	
	Fasola szparagowa	20,0 g	
	Groszek zielony	10,0 g	
	Kalafior	10,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	20,0 g	
wątróbka drobiowa z ziemniakami	Wątróbka kurczaka	100,0 g	
	Ziemniaki, późne	300,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Olej rzepakowy	5,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g	
surówka z kapusty kiszonej	Cebula	10,0 g	
	Kapusta kwaszona	160,0 g	



	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	10,0 g
	Cebula	10,0 g
	Marchew	20,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Budyń w proszku	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
Inne składniki			

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Chleb mieszany+ pasztetowa+ogórek+ ruko	Rukola	20,0	g
	Pasztetowa *(6)	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			

#### Dieta: 10 Niskobiałkowa

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	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 jarzynowa z tartym ciastem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g



	Makaron czterojęczny *(1, 3)	30,0 g
	Fasola szparagowa	20,0 g
	Groszek zielony	10,0 g
	Kalafior	10,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	20,0 g
wątróbka drobiowa z ziemniakami	Wątróbka kurczaka	100,0 g
	Ziemniaki, późne	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Cebula	10,0 g
Fasolka szparagowa	Fasola szparagowa	200,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko	Kisiel w proszku	20,0	g
	Jabłko	50,0	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
Weky+ pasztet+pomidor+rukola	Pasztet z kurczaka pieczony *(1, 3, 6, 7, 9, 10)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Rukola	20,0	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 ziemniakami (bezgl/bezml)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Skrobia ziemniaczana	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g



Pietruszka, liście

5,0 g

Inne składniki

**Dieta: 11/ML Bezmleczna**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
wek+ pasta z jaj+ pomidor+ sałata	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	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**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa z tartym ciastem (bezmleczna)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Kurczak słodko kwaśny z ryżem	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	2,0	g
	Ananas	30,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Marchew	20,0	g
	Papryka czerwona	30,0	g
	Surówka z kapusty pekińskiej 200 g	Musztarda *(10)	3,0
Mieszanka Ziół		2,0	g
Olej rzepakowy		5,0	g
Kapusta pekińska		100,0	g



	Koper ogrodowy	4,0 g
	Ogórek	40,0 g
	Rzodkiewka	50,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

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

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
wek+ paszтет+ pomidor+ rukola	Paszтетowa *(6)	60,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Rukola	20,0	g
Inne składniki			

#### Dieta: 11/NP Niskopurynowa

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Graham+ pasta z jaj+ pomidor+sałata	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	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 jarzynowa z tartym ciastem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojęczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g



	Kalafior	10,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	20,0 g
Fasolka szparagowa	Fasola szparagowa	200,0 g
Mięso gotowane w sosie własnym	Wieprzowina, szynka surowa	100,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Budyń w proszku	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
Inne składniki			

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Graham+ kielbasa szynkowa+pomidor+rukola	Rukola	20,0	g
	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(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
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szcypiorek	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Salata	20,0	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 jarzynowa z ziemniakami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0 g
	Fasola szparagowa	20,0 g
	Groszek zielony	10,0 g
	Kalafior	10,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
Papryka nadziewana wege	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0 g
	Soczewica czerwona, nasiona suche	40,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	2,0 g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0 g
	Ryż biały	30,0 g
	Brokuły	20,0 g
	Kalafior	20,0 g
Papryka czerwona	200,0 g	
Fasolka szparagowa	Fasola szparagowa	200,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Budyń w proszku	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+masło+ dżem+ pomidor+rukola	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Inne składniki			

**Dieta: 12 Papkowata (przecierana)**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ pasta z jaj+ pomidor	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szcypiorek	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g

**Jadłospis na dzień: 10-04-2025  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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 jarzynowa z tartym ciastem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterościany *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	20,0	g
	wątróbka drobiowa z ziemniakami	Wątróbka kurczaka	100,0
Ziemniaki, późne		300,0	g
Mieszanka Ziół		2,0	g
Olej rzepakowy		5,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		10,0	g
Cebula		10,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Budyń w proszku	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ paszтет+ pomidor	Paszтет z kurczaka pieczony *(1, 3, 6, 7, 9, 10)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	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
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+ pasta z jaj+ pomidor+sałata	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	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 jarzynowa z tartym ciastem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	20,0	g
	wątróbka drobiowa z ziemniakami	Wątróbka kurczaka	100,0
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		10,0	g
Cebula		10,0	g
Olej rzepakowy		5,0	g
Ziemniaki, późne		300,0	g
Mieszanka Ziół		2,0	g
Fasolka szparagowa	Fasola szparagowa	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Budyń w proszku	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Weky+ pasztet drobiowy+pomidor+rukolako	Rukola	20,0	g
	Pasztet z kurczaka pieczony *(1, 3, 6, 7, 9, 10)	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
Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g



	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	10,0 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 jarzynowa z tartym ciastem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	20,0	g
	wątróbka drobiowa z ziemniakami	Wątróbka kurczaka	100,0
Ziemniaki, późne		300,0	g
Mieszanka Ziół		2,0	g
Olej rzepakowy		5,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		10,0	g
Cebula		10,0	g
Fasolka szparagowa	Fasola szparagowa	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Budyń w proszku	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Weky+ kielbasa szynkowa+pomidor+rukolak	Rukola	20,0	g
	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(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
Graham+ pasta z jaj+ pomidor+sałata	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Salata	20,0	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 jarzynowa z tartym ciastem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	20,0	g
Kurczak słodko kwaśny z ryżem	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	2,0	g
	Ananas	30,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Marchew	20,0	g
	Papryka czerwona	30,0	g
	Surówka z kapusty pekińskiej 200 g	Musztarda *(10)	3,0
Mieszanka Ziół		2,0	g
Olej rzepakowy		5,0	g



	Kapusta pekińska	100,0	g
	Koper ogrodowy	4,0	g
	Ogórek	40,0	g
	Rzodkiewka	50,0	g
Inne składniki			

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Budyń w proszku	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
Inne składniki			

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Graham+ pasztet +pomidor+rukolako	Rukola	20,0	g
	Pasztet z kurczaka pieczony *(1, 3, 6, 7, 9, 10)	60,0	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
Chleb graham+ pasta z jaj+ papryka+ sałata	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Papryka czerwona	50,0	g
	Sałata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	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 jarzynowa z tartym ciastem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g



	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0 g
	Fasola szparagowa	20,0 g
	Groszek zielony	10,0 g
	Kalafior	10,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	20,0 g
wątróbka drobiowa z ziemniakami	Wątróbka kurczaka	100,0 g
	Ziemniaki, późne	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Cebula	10,0 g
Kapusta zasmażana	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0 g
	Kapusta biała	180,0 g
	Koper ogrodowy	5,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Budyń w proszku	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
Inne składniki			

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Chleb graham+ pasztetowa+ ogórek + rukola	Rukola	20,0	g
	Pasztetowa *(6)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Ogórek	100,0	g
Inne składniki			

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

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb graham+ pasta z jaj+ papryka+ sałata	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szcypiorek	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Papryka czerwona	50,0	g
	Sałata	20,0	g



	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0 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
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
Zupa jarzynowa z tartym ciastem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	20,0	g
	wątróbka drobiowa z ziemniakami	Wątróbka kurczaka	100,0
Ziemniaki, późne		300,0	g
Mieszanka Ziół		2,0	g
Olej rzepakowy		5,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		10,0	g
Cebula		10,0	g
surówka z kapusty kiszzonej	Kapusta kwaszona	160,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Cebula	10,0	g
	Marchew	20,0	g
Inne składniki			

### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Budyń w proszku	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
Inne składniki			

### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Chleb graham+ pasztetowa+ ogórek+ ruko	Rukola	20,0	g



	Pasztetowa *(6)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Ogórek	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+ pomidor+ sałata	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa z tartym ciastem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojęcny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	20,0	g
wątróbka drobiowa z ziemniakami	Wątróbka kurczaka	100,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
Fasolka szparagowa	Fasola szparagowa	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
Graham+ pasztet+ pomidor+ rukola	Rukola	20,0	g
	Pasztet z kurczaka pieczony *(1, 3, 6, 7, 9, 10)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

#### Dieta: 9 Bogatobiałkowa

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
	Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0
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
Jogurt naturalny 150g	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	150,0	g
Inne składniki			

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa z tartym ciastem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g



	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	20,0 g
wątróbka drobiowa z ziemniakami	Wątróbka kurczaka	100,0 g
	Ziemniaki, późne	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Cebula	10,0 g
Fasolka szparagowa	Fasola szparagowa	200,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Budyń w proszku	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
Inne składniki			

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ paszтет+ pomidor+ rukola	Rukola	20,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

#### Dieta: 9/WEN Bogatobiałkowa wysokoenerget

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Salata	20,0	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
Jogurt naturalny 150g	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	150,0	g
Inne składniki			



### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa z tartym ciastem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	20,0	g
	wątróbka drobiowa z ziemniakami	Wątróbka kurczaka	100,0
Ziemniaki, późne		300,0	g
Mieszanka Ziół		2,0	g
Olej rzepakowy		5,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		10,0	g
Cebula		10,0	g
Fasolka szparagowa	Fasola szparagowa	200,0	g
Inne składniki			

### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru	Budyń w proszku	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
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+ paszтет+ pomidor+ rukola	Rukola	20,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

\* ALERGIE POKARMOWE - legenda:



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