

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

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), 3 wek+ pasta z jaj ze szczyp+ pomidor+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 817,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,08 , Cukry: 5,63 , Tłuszcz ogółem: 29,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,76 , Białko: 34,17 , Błonnik: 4,15 , Sól: 1,77

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Banan

Wartość energetyczna: 145,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 32,7 , Cukry: 28,8 , Tłuszcz ogółem: ,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,18 , Białko: 1,5 , Błonnik: 2,55 , Sól: 0

**OBIAD**

Kompot bez cukru, Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 683,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,25 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,73 , Białko: 33,02 , Błonnik: 11,33 , Sól: ,84

**PODWIECZOREK**

Sok owocowy

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

**Kolacja**

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), 3 wek+serek śmietankowy+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 654,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,48 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 7,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,31 , Białko: 21,44 , Błonnik: 3,28 , Sól: 1,84

**Dobowa suma wartości odżywczych**

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 396,75	kcal
Węglowodny przyswajalne	326,31	g
Cukry (glukoza)	15,94	g
Cukry (fruktoza)	20,10	g
Cukry (sacharoza)	38,79	g
Tłuszcze (nasycone)	21,04	g
Tłuszcze (jednonasycone)	18,97	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,50	g
Białko	91,13	g
Błonnik	25,71	g
Sól	4,60	g

**Dieta: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 702,12 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 76,52 , Cukry: 4,69 , Tłuszcz ogółem: 29,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,97 , Białko: 23,74 , Błonnik: 9,22 , Sól: 2,04

## DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

## OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grochowa z chlebem - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 767,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,37 , Cukry: 15,88 , Tłuszcz ogółem: 13,74 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,16 , Białko: 40,66 , Błonnik: 16,72 , Sól: ,87

## PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), chleb mieszany+ serek śmietankowy+ogórek + ros - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 832,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,28 , Cukry: 4,2 , Tłuszcz ogółem: 17,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,81 , Białko: 23,39 , Błonnik: 8 , Sól: 2,83

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 592,55	kcal
Węglowodany przyswajalne	335,57	g
Cukry (glukoza)	16,98	g
Cukry (fruktoza)	20,45	g
Cukry (sacharoza)	45,34	g
Tłuszcze (nasycone)	26,25	g
Tłuszcze (jednonasycone)	24,45	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,16	g
Białko	90,78	g
Błonnik	41,74	g
Sól	5,91	g

---

## Dieta: 10 Niskobiałkowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, wek+ pasta z jaj ze szczyt+ pomidor+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 560,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 59,12 , Cukry: 5 , Tłuszcz ogółem: 23,68 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,14 , Białko: 21,36 , Błonnik: 3,4 , Sól: 1,43

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

Wartość energetyczna: 145,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 32,7 , Cukry: 28,8 , Tłuszcz ogółem: ,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,18 , Białko: 1,5 , Błonnik: 2,55 , Sól: 0

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grycikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 683,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,25 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,73 , Białko: 33,02 , Błonnik: 11,33 , Sól: ,84

## PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 598,1 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,91 , Cukry: 23,76 , Tłuszcz ogółem: 19,7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,52 , Białko: 15,72 , Błonnik: 3,68 , Sól: 1,24

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 083,05	kcal
Węglowodny przyswajalne	304,77	g
Cukry (glukoza)	21,69	g
Cukry (fruktoza)	25,85	g
Cukry (sacharoza)	45,16	g
Tłuszcze (nasycone)	25,63	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,42	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,39	g
Białko	72,59	g
Błonnik	25,36	g
Sól	3,67	g

---

## Dieta: 11/GL Bezglutenowa

---

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

### OBIAD

Zupa grochowa z chlebem bezglutenowym - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Seler)

Wartość energetyczna: 229,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 27,99 , Cukry: 1,63 , Tłuszcz ogółem: 4,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,48 , Białko: 13,94 , Błonnik: 7,3 , Sól: ,29

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	423,30	kcal
Węglowodny przyswajalne	71,59	g
Cukry (glukoza)	9,14	g
Cukry (fruktoza)	7,66	g
Cukry (sacharoza)	23,24	g
Tłuszcze (nasycone)	1,72	g
Tłuszcze (jednonasycone)	2,48	g
Tłuszcze (wielonasycone)	0,71	g
Białko	15,94	g
Błonnik	10,70	g
Sól	0,30	g

---

## Dieta: 11/ML Bezmleczna

---

### ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Wek+pastą z jaj ze szczypiorkiem+ rukola(bezmlecz) - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 660,86 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,66 , Cukry: 14,85 , Tłuszcz ogółem: 30,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,58 , Białko: 20,38 , Błonnik: 2,21 , Sól: 1,5

## DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

## OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 683,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,25 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,73 , Białko: 33,02 , Błonnik: 11,33 , Sól: ,84

## PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

## Kolacja

Herbata z cukrem, Wek+dżem+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 444,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 89,11 , Cukry: 35,9 , Tłuszcz ogółem: 4,57 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,17 , Białko: 9,82 , Błonnik: 3,72 , Sól: 1,1

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 078,56	kcal
Węglowodny przyswajalne	328,42	g
Cukry (glukoza)	22,69	g
Cukry (fruktoza)	26,20	g
Cukry (sacharoza)	75,40	g
Tłuszcze (nasycone)	15,78	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,43	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,41	g
Białko	66,21	g
Błonnik	25,06	g
Sól	3,60	g

---

## Dieta: 11/NP Niskopurynowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham 120+ pasta z jaj ze szczyb.+pomidor+ruko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 870,46 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,97 , Cukry: 4,24 , Tłuszcz ogółem: 34,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,54 , Białko: 36,04 , Błonnik: 10,03 , Sól: 2,16

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

Wartość energetyczna: 145,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 32,7 , Cukry: 28,8 , Tłuszcz ogółem: ,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,18 , Białko: 1,5 , Błonnik: 2,55 , Sól: 0

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 668,19 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,25 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,73 , Białko: 29,42 , Błonnik: 11,33 , Sól: ,63

### PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham 120+ serek śmietankowy+pomidor+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 751,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,66 , Cukry: 3,72 , Tłuszcz ogółem: 17,43 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,8 , Białko: 23,74 , Błonnik: 9,2 , Sól: 2,14

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 531,75	kcal
Węglowodny przyswajalne	318,38	g
Cukry (glukoza)	15,94	g
Cukry (fruktoza)	20,10	g
Cukry (sacharoza)	35,86	g
Tłuszcze (nasycone)	28,31	g
Tłuszcze (jednonasycone)	24,03	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,94	g
Białko	91,71	g
Błonnik	37,51	g
Sól	5,08	g

---

## Dieta: 11/WE Wegetariańska

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 887,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,02 , Cukry: 5,78 , Tłuszcz ogółem: 36,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,26 , Białko: 34,08 , Błonnik: 4,16 , Sól: 1,86

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grochowa z chlebem - w tym alergeny (Gluten, Seler), Papryka nadziewana wege - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 652,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,78 , Cukry: 17,74 , Tłuszcz ogółem: 7,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,96 , Białko: 21,73 , Błonnik: 18,38 , Sól: ,16

### PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+serek śmietankowy+pomidor+sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 766,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,58 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 19,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,52 , Białko: 21,55 , Błonnik: 3,28 , Sól: 1,84

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 596,08	kcal
Węglowodny przyswajalne	342,78	g
Cukry (glukoza)	20,32	g

Cukry (fruktoza)	24,52 g
Cukry (sacharoza)	41,94 g
Tłuszcze (nasycone)	29,04 g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,54 g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,09 g
Białko	80,36 g
Błonnik	33,61 g
Sól	4,01 g

---

## Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 764,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 73,69 , Cukry: 4,82 , Tłuszcz ogółem: 35,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,81 , Białko: 30,37 , Błonnik: 3,12 , Sól: 1,45

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

Wartość energetyczna: 145,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 32,7 , Cukry: 28,8 , Tłuszcz ogółem: ,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,18 , Białko: 1,5 , Błonnik: 2,55 , Sól: 0

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 683,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,25 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,73 , Białko: 33,02 , Błonnik: 11,33 , Sól: ,84

### PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

### Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ serek śmietankowy+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 903,24 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,33 , Cukry: 4,93 , Tłuszcz ogółem: 23,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,69 , Białko: 30,87 , Błonnik: 3,03 , Sól: 1,78

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 592,62	kcal
Węglowodny przyswajalne	318,76	g
Cukry (glukoza)	15,78	g
Cukry (fruktoza)	19,90	g
Cukry (sacharoza)	38,01	g
Tłuszcze (nasycone)	32,46	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,30	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,31	g
Białko	96,76	g
Błonnik	24,43	g
Sól	4,23	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**

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ pasta z jaj ze szczypt.+pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 887,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,02 , Cukry: 5,78 , Tłuszcz ogółem: 36,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,26 , Białko: 34,08 , Błonnik: 4,16 , Sól: 1,86

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Banan

Wartość energetyczna: 145,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 32,7 , Cukry: 28,8 , Tłuszcz ogółem: ,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,18 , Białko: 1,5 , Błonnik: 2,55 , Sól: 0

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 683,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,25 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,73 , Białko: 33,02 , Błonnik: 11,33 , Sól: ,84

## PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ serek śmietankowy+ pomidor+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 767,62 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 19,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,52 , Białko: 21,66 , Błonnik: 3,28 , Sól: 1,84

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 579,57	kcal
Węglowodany przyswajalne	326,77	g
Cukry (glukoza)	15,94	g
Cukry (fruktoza)	20,10	g
Cukry (sacharoza)	38,94	g
Tłuszcze (nasycone)	29,74	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,85	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,07	g
Białko	91,27	g
Błonnik	25,72	g
Sól	4,70	g

---

## Dieta: 4 Wrzodowa

---

### ŚNIADANIE

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

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

Banan

Wartość energetyczna: 145,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 32,7 , Cukry: 28,8 , Tłuszcz ogółem: ,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,18 , Białko: 1,5 , Błonnik: 2,55 , Sól: 0

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 683,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,25 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,73 , Białko: 33,02 , Błonnik: 11,33 , Sól: ,84

## PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ serek śmietankowy+ pomidor+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 767,62 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 19,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,52 , Białko: 21,66 , Błonnik: 3,28 , Sól: 1,84

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 577,77	kcal

Węglowodny przyswajalne	326,66 g
Cukry (glukoza)	15,94 g
Cukry (fruktoza)	20,10 g
Cukry (sacharoza)	38,94 g
Tłuszcze (nasycone)	29,74 g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,85 g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,07 g
Białko	91,03 g
Błonnik	25,68 g
Sól	4,70 g

---

## Dieta: 5 Bogatoresztkowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb mieszany+ pasta z jaj ze szczy+pomid+ ruko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 959,52 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 113,48 , Cukry: 5,32 , Tłuszcz ogółem: 34,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,6 , Białko: 36,55 , Błonnik: 9,97 , Sól: 2,39

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

Wartość energetyczna: 145,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 32,7 , Cukry: 28,8 , Tłuszcz ogółem: ,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,18 , Białko: 1,5 , Błonnik: 2,55 , Sól: 0

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 683,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,25 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,73 , Białko: 33,02 , Błonnik: 11,33 , Sól: ,84

### PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

### Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham 120+ serek śmietankowy+pomidor+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 751,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,66 , Cukry: 3,72 , Tłuszcz ogółem: 17,43 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,8 , Białko: 23,74 , Błonnik: 9,2 , Sól: 2,14

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 635,82	kcal
Węglowodny przyswajalne	339,89	g
Cukry (glukoza)	15,94	g
Cukry (fruktoza)	20,10	g
Cukry (sacharoza)	36,94	g
Tłuszcze (nasycone)	28,37	g
Tłuszcze (jednonasycone)	24,01	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,06	g
Białko	95,81	g
Błonnik	37,45	g
Sól	5,52	g

---

## Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham 120+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor+ruko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 870,46 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,97 , Cukry: 4,24 , Tłuszcz ogółem: 34,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,54 , Białko: 36,04 , Błonnik: 10,03 , 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 grochowa z grahamem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Seler, Nasiona sezamu), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 998,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 149,67 , Cukry: 16,18 , Tłuszcz ogółem: 15,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,49 , Białko: 48,96 , Błonnik: 23,12 , Sól: 1,96

### PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

### Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham 120+ serek śmietankowy+ ogórek+ roszpó - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 743,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,77 , Cukry: 3,12 , Tłuszcz ogółem: 17,26 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,76 , Białko: 22,88 , Błonnik: 8,06 , Sól: 2,6

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 783,79	kcal
Węglowodny przyswajalne	343,36	g
Cukry (glukoza)	11,18	g
Cukry (fruktoza)	21,15	g
Cukry (sacharoza)	25,36	g
Tłuszcze (nasycone)	29,91	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,73	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,34	g
Białko	109,47	g
Błonnik	48,61	g
Sól	6,88	g

---

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

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidorruko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 566,88 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 46,56 , Cukry: 3,55 , Tłuszcz ogółem: 28,55 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,85 , Białko: 21,57 , Błonnik: 8,01 , Sól: 1,6

### 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 grochowa z grahamem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Seler, Nasiona sezamu), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 998,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 149,67 , Cukry: 16,18 , Tłuszcz ogółem: 15,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,49 , Białko: 48,96 , Błonnik: 23,12 , Sól: 1,96

## PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ serek śmietankowy+ ogórek+ roszpo - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 697,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,3 , Cukry: 3,06 , Tłuszcz ogółem: 16,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,69 , Białko: 21,22 , Błonnik: 6,78 , Sól: 2,39

## DRUGA KOLACJA

graham 60 g+ masło+ pomidor 50 g - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 185,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 26,87 , Cukry: 1,58 , Tłuszcz ogółem: 5,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,96 , Białko: 5,47 , Błonnik: 4,44 , Sól: ,66

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 802,51	kcal
Węglowodny przyswajalne	342,96	g
Cukry (glukoza)	12,13	g
Cukry (fruktoza)	22,25	g
Cukry (sacharoza)	25,07	g
Tłuszcze (nasycone)	32,06	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,34	g
Tłuszcze (wielonasycone)	12,02	g
Białko	104,18	g
Błonnik	53,83	g
Sól	7,43	g

---

## Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham 120+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor+ruko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 613,06 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 55,01 , Cukry: 3,61 , Tłuszcz ogółem: 28,9 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,92 , Białko: 23,23 , Błonnik: 9,28 , Sól: 1,81

### 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 grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 683,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,25 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,73 , Białko: 33,02 , Błonnik: 11,33 , Sól: ,84

## PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

## Kolacja

Graham z dżemem+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 415,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 72,61 , Cukry: 21,86 , Tłuszcz ogółem: 6,3 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,2 , Białko: 11,81 , Błonnik: 9,6 , Sól: 1,4

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 882,33	kcal
Węglowodny przyswajalne	269,82	g
Cukry (glukoza)	18,09	g
Cukry (fruktoza)	28,40	g
Cukry (sacharoza)	28,67	g
Tłuszcze (nasycone)	16,96	g
Tłuszcze (jednonasycone)	18,71	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,48	g
Białko	69,67	g
Błonnik	37,61	g
Sól	4,21	g

---

## Dieta: 9 Bogatobiałkowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 887,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,02 , Cukry: 5,78 , Tłuszcz ogółem: 36,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,26 , Białko: 34,08 , Błonnik: 4,16 , Sól: 1,86

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 235,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 42 , Cukry: 30,3 , Tłuszcz ogółem: 3,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,97 , Białko: 7,95 , Błonnik: 2,55 , Sól: ,24

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 683,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,25 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,73 , Białko: 33,02 , Błonnik: 11,33 , Sól: ,84

## PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ serek śmietankowy+ pomidor+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 767,62 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 19,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,52 , Białko: 21,66 , Błonnik: 3,28 , Sól: 1,84

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 669,57	kcal
Węglowodny przyswajalne	336,07	g

Cukry (glukoza)	15,94 g
Cukry (fruktoza)	20,10 g
Cukry (sacharoza)	40,44 g
Tłuszcze (nasycone)	31,53 g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,79 g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,16 g
Białko	97,72 g
Błonnik	25,72 g
Sól	4,93 g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 887,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,02 , Cukry: 5,78 , Tłuszcz ogółem: 36,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,26 , Białko: 34,08 , Błonnik: 4,16 , Sól: 1,86

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 235,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 42 , Cukry: 30,3 , Tłuszcz ogółem: 3,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,97 , Białko: 7,95 , Błonnik: 2,55 , Sól: ,24

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 656,19 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,25 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 6,64 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,53 , Białko: 33,02 , Błonnik: 11,33 , Sól: ,84

### **PODWIECZOREK**

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

Wartość energetyczna: 232,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,3 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 16 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,21

### **Kolacja**

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ serek śmietankowy+ pomidor+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 767,62 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71 , Cukry: 5,26 , Tłuszcz ogółem: 19,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,52 , Białko: 21,66 , Błonnik: 3,28 , Sól: 1,84

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 779,06	kcal
Węglowodny przyswajalne	340,57	g
Cukry (glukoza)	15,94	g
Cukry (fruktoza)	20,10	g
Cukry (sacharoza)	40,44	g
Tłuszcze (nasycone)	31,33	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,90	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,38	g
Białko	112,72	g
Błonnik	25,72	g
Sól	4,99	g

---

.....  
sporządził  
/Morkisz Magdalena/

.....  
zatwierdził



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

**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
3 wek+ pasta z jaj ze szczy+ pomidor+rukol	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szcypiorek	3,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Cebula	10,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g



	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0 g
3 wek+serek śmietankowy+pomidor+ sałata *	Serek Śmietankowy *(7)	100,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Sałata	20,0 g
Inne składniki		

**Dieta: 1 Podstawowa**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+ pasta z jaj ze szczyb+ pom	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szcypiorek	3,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan **(obróbka wstępna)	Banan	200,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grochowa z chlebem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Słonina	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Groch, nasiona suche	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Cebula	10,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
chleb mieszany+ serek śmietankowy+ogórek	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Roszonka	20,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
Inne składniki			

**Dieta: 10 Niskobiałkowa****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+ pasta z jaj ze szczypt+ pomidor+rukola	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szcypiorek	3,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g



	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Ryż biały	80,0 g
	Bułka tarta *(1)	5,0 g
	Cebula	10,0 g

Inne składniki

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g

Inne składniki

#### Kolacja

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

Inne składniki

#### Dieta: 11/GL Bezglutenowa

#### DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan **(obróbka wstępna)	Banan	200,0	g

Inne składniki

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Zupa grochowa z chlebem bezglutenowym **	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Skrobia ziemniaczana	10,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Słonina	5,0	g
	Groch, nasiona suche	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g

Inne składniki

#### Dieta: 11/ML Bezmleczna

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Wek+pastą z jaj ze szczypiorkiem+ rukola(be	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g



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

#### DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan **(obróbka wstępna)	Banan	200,0	g
Inne składniki			

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Cebula	10,0	g
Inne składniki			

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
Inne składniki			

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Wek+dżem+ pomidor+ rukola **(obróbka wst)	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Rukola	20,0	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 120+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0 g
	Szczypiorek	3,0 g
	Rukola	20,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g
	Pomidor	100,0 g
Inne składniki		

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Cebula	10,0	g
Inne składniki			

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	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 120+ serek śmietankowy+pomidor+r	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	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: 11/WE Wegetariańska**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie)	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Wek+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor+ rukola	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan **(obróbka wstępna)	Banan	200,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa grochowa z chlebem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Groch, nasiona suche	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Papryka nadziewana wege **(pieczenie)	Papryka czerwona	200,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	50,0	g
	Ryż biały	50,0	g
	Kalafior	20,0	g
	Brokuły	20,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie)	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Wek+serek śmietankowy+pomidor+sałata **(	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g



	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Salata	20,0 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+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor **(obróbka)	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)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Cebula	10,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
Inne składniki			



### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie)	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Wek+ serek śmietankowy+ pomidor **(obrób)	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	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
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+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor+ rukola	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0 g
	Szczypiorek	3,0 g
	Rukola	20,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
Inne składniki		

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Cebula	10,0	g
Inne składniki			

### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
Inne składniki			

### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ serek śmietankowy+ pomidor+ roszipo	Roszponka	20,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	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
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+ pasta z jaj+ pomidor+sałata **(obróbka	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
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Cebula	10,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

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



Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0 g
Wek+ serek śmietankowy+ pomidor+ rozspo	Roszponka	20,0 g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0 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
Chleb mieszany+ pasta z jaj ze szczy+pom	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szcypiorek	3,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Cebula	10,0	g



Inne składniki

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Graham 120+ serek śmietankowy+pomidor+r	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	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 Z ogr. węglowodanów****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie)	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Graham 120+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Szczypiorek	3,0	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			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grochowa z grahamem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Słonina	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Groch, nasiona suche	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g



Ryba w jarzynach z ryżem <b>**</b> (duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona <b>*(9)</b>	150,0 g
	Koncentrat pomidorowy, 30% <b>*(5, 6, 9, 10)</b>	20,0 g
	Jaja kurze całe <b>*(3)</b>	20,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Morszczuk, świeży <b>*(4)</b>	80,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 <b>*(1)</b>	5,0 g
	Ryż biały	80,0 g
	Bułka tarta <b>*(1)</b>	5,0 g
	Cebula	10,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy <b>**</b> (obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0 g	
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. <b>*(7)</b>	180,0 g	
	Kawa, napar bez cukru <b>*(1)</b>	20,0 g	
Graham 120+ serek śmietankowy+ ogórek+ r	Ogórki, konserwowe <b>*(10)</b>	50,0 g	
	Roszonka	20,0 g	
	Serek Śmietankowy <b>*(7)</b>	100,0 g	
	Masło ekstra <b>*(7)</b>	15,0 g	
	Chleb graham <b>*(1, 3, 11)</b>	120,0 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	
Graham+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidorruko	Majonez domowy z olejem rzepakowym <b>*(3, 10)</b>	10,0 g	
	Jaja kurze całe <b>*(3)</b>	90,0 g	
	Szczypiorek	3,0 g	
	Rukola	20,0 g	
	Masło ekstra <b>*(7)</b>	15,0 g	
	Chleb graham <b>*(1, 3, 11)</b>	100,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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



### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grochowa z grahamem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Słonina	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Groch, nasiona suche	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Cebula	10,0	g
Inne składniki			

### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
Inne składniki			

### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Graham+ serek śmietankowy+ ogórek+ rosół	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Roszonka	20,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
Inne składniki			

### DRUGA KOLACJA

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

**Dieta: 8 Ubogoenergetyczna**

### ŚNIADANIE

**Jadłospis na dzień: 25-04-2025**  
**szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham 120+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
Cebula	10,0	g	
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Graham z dżemem+ pomidor+ rukola	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	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	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Wek+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor+ rukola	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Cebula	10,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	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+ serek śmietankowy+ pomidor+ roszipo	Rosziponka	20,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	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
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+ pasta z jaj ze szczyb.+pomidor+ rukola	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szcypiorek	3,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g



	Cebula	10,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
serek homogenizowany	Serek Homogenizowany Naturalny *(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+ serek śmietankowy+ pomidor+ roszipo	Rosziponka	20,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

\*\* Sposób obróbki potrawy

\* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

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

**Jadłospis na dzień: 25-04-2025**  
**szczegółowy**



**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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