

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

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

Wartość energetyczna: 768,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,56 , Cukry: 6,33 , Tłuszcz ogółem: 22,25 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,49 , Białko: 39 , Błonnik: 5,78 , Sól: 6,2

**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 krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 654,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,98 , Cukry: 26,95 , Tłuszcz ogółem: 8,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,24 , Białko: 22,37 , Błonnik: 12,58 , Sól: ,5

**PODWIECZOREK**

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

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

**Kolacja**

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ serek biały + roszonek - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 488,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,89 , Cukry: 2,46 , Tłuszcz ogółem: 8,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,54 , Białko: 34,36 , Błonnik: 2,08 , Sól: 1,32

**Dobowa suma wartości odżywczych**

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 147,38	kcal
Węglowodny przyswajalne	317,43	g
Cukry (glukoza)	13,38	g
Cukry (fruktoza)	21,14	g
Cukry (sacharoza)	31,53	g
Tłuszcze (nasycone)	18,24	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,71	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,65	g
Białko	103,68	g
Błonnik	22,99	g
Sól	8,26	g

**Dieta: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+śledź w sosie pom.+sałata+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 613,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 78,73 , Cukry: 6,19 , Tłuszcz ogółem: 20,39 w tym nasycone kwasy

## **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), Łazanki z pieczarkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 728,88 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 100,23 , Cukry: 15,01 , Tłuszcz ogółem: 17 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,96 , Białko: 30,71 , Błonnik: 17,52 , Sól: ,72

## **PODWIECZOREK**

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

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

## **Kolacja**

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb mieszany+ ser biały ze słonecznikiem+ roszipo - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 701,75 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,41 , Cukry: 2,09 , Tłuszcz ogółem: 19,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,31 , Białko: 38,16 , Błonnik: 8,2 , Sól: 1,85

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 328,01	kcal
Węglowodny przyswajalne	318,27	g
Cukry (glukoza)	15,50	g
Cukry (fruktoza)	15,46	g
Cukry (sacharoza)	32,23	g
Tłuszcze (nasycone)	26,50	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,27	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,79	g
Białko	98,98	g
Błonnik	38,29	g
Sól	5,39	g

---

## **Dieta: 10 Niskobiałkowa**

---

### **ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 649,1 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,82 , Cukry: 5,07 , Tłuszcz ogółem: 30,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,06 , Białko: 26,12 , Błonnik: 3,53 , Sól: 1,84

### **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**

Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), Kompot bez cukru, Zupa krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 654,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,98 , Cukry: 26,95 , Tłuszcz ogółem: 8,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,24 , Białko: 22,37 , Błonnik: 12,58 , Sól: ,5

### **PODWIECZOREK**

## Kisiel i jabłko, Banan

Wartość energetyczna: 293,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,17 , Cukry: 55,99 , Tłuszcz ogółem: ,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,26 , Białko: 2,24 , Błonnik: 4,42 , Sól: ,05

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), wek+dżem+ pomidor+ roszonek - 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	2 389,33	kcal
Węglowodny przyswajalne	368,47	g
Cukry (glukoza)	32,33	g
Cukry (fruktoza)	40,34	g
Cukry (sacharoza)	77,51	g
Tłuszcze (nasycone)	29,32	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,40	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,93	g
Białko	68,44	g
Błonnik	27,61	g
Sól	3,64	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 krem z zielonego groszku z chlebem bezgluteno - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 154,75 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,95 , Cukry: 2,45 , Tłuszcz ogółem: 1,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,67 , Białko: 8,55 , Błonnik: 4,24 , Sól: ,3

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	348,75	kcal
Węglowodny przyswajalne	68,55	g
Cukry (glukoza)	9,15	g
Cukry (fruktoza)	7,71	g
Cukry (sacharoza)	24,00	g
Tłuszcze (nasycone)	0,91	g
Tłuszcze (jednonasycone)	0,43	g
Tłuszcze (wielonasycone)	0,22	g
Białko	10,55	g
Błonnik	7,64	g
Sól	0,30	g

---

## Dieta: 11/ML Bezmleczna

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, wek+ pasta z jaj i ryby+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 536,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,71 , Cukry: 5,07 , Tłuszcz ogółem: 19,23 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,85 , Białko: 26,01 , Błonnik: 3,53 , Sól: 1,84

## 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 krem z zielonego groszku z grzankami(bezml) - w tym alergeny (Gluten, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 599,22 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,5 , Cukry: 26,89 , Tłuszcz ogółem: 3,25 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,93 , Białko: 21,35 , Błonnik: 12,58 , Sól: ,47

## PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko, Banan

Wartość energetyczna: 293,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,17 , Cukry: 55,99 , Tłuszcz ogółem: ,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,26 , Białko: 2,24 , Błonnik: 4,42 , Sól: ,05

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 443,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 89,42 , Cukry: 35,9 , Tłuszcz ogółem: 4,57 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,17 , Białko: 9,7 , Błonnik: 3,68 , Sól: 1,1

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 067,02	kcal
Węglowodny przyswajalne	370,40	g
Cukry (glukoza)	32,33	g
Cukry (fruktoza)	40,34	g
Cukry (sacharoza)	89,59	g
Tłuszcze (nasycone)	7,45	g
Tłuszcze (jednonasycone)	13,11	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,39	g
Białko	61,30	g
Błonnik	27,61	g
Sól	3,46	g

---

## Dieta: 11/NP Niskopurynowa

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 721,21 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,44 , Cukry: 4,67 , Tłuszcz ogółem: 19,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,58 , Białko: 34,77 , Błonnik: 11,48 , Sól: 2,05

### 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 krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 653,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 115,84 , Cukry: 26,96 , Tłuszcz ogółem: 8,12 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,26 , Białko: 19,17 , Błonnik: 12,67 , Sól: ,29

### PODWIECZOREK

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

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

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ serek biały+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 508,97 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 63,89 , Cukry: ,92 , Tłuszcz ogółem: 9,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,56 , Białko: 36,36 , Błonnik: 7,96 , Sól: 1,62

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 119,34	kcal
Węglowodny przyswajalne	312,18	g
Cukry (glukoza)	13,33	g
Cukry (fruktoza)	21,08	g
Cukry (sacharoza)	28,44	g
Tłuszcze (nasycone)	21,36	g
Tłuszcze (jednonasycone)	13,82	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,83	g
Białko	98,25	g
Błonnik	34,66	g
Sól	4,20	g

---

## Dieta: 11/WE Wegetariańska

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (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: 94,8 , Cukry: 6,41 , Tłuszcz ogółem: 37,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,32 , Białko: 33,01 , Błonnik: 5,62 , 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 krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 639,92 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,98 , Cukry: 26,95 , Tłuszcz ogółem: 8,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,24 , Białko: 18,77 , Błonnik: 12,58 , Sól: ,29

### PODWIECZOREK

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

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

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ serek biały ze słonecznikiem+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 629,48 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,94 , Cukry: 2,55 , Tłuszcz ogółem: 21,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,97 , Białko: 35,69 , Błonnik: 2,38 , Sól: 1,32

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 438,85	kcal
Węglowodny przyswajalne	329,61	g
Cukry (glukoza)	15,53	g
Cukry (fruktoza)	22,93	g
Cukry (sacharoza)	37,35	g

Tłuszcze (nasycone)	34,55 g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,09 g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,02 g
Białko	95,91 g
Błonnik	23,97 g
Sól	3,72 g

---

## Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Wek+ masło+ jajko+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 649,04 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 72,1 , Cukry: 5,2 , Tłuszcz ogółem: 25,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,41 , Białko: 25,52 , Błonnik: 4,53 , Sól: 1,25

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan- mus

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 krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 654,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,98 , Cukry: 26,95 , Tłuszcz ogółem: 8,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,24 , Białko: 22,37 , Błonnik: 12,58 , Sól: ,5

### PODWIECZOREK

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

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

### Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ serek biały ze słonecznikiem+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 751,97 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 82,3 , Cukry: 2,99 , Tłuszcz ogółem: 25,33 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,08 , Białko: 43,72 , Błonnik: 3,73 , Sól: 1,26

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 291,44	kcal
Węglowodny przyswajalne	309,38	g
Cukry (glukoza)	13,23	g
Cukry (fruktoza)	20,96	g
Cukry (sacharoza)	31,26	g
Tłuszcze (nasycone)	35,69	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,60	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,93	g
Białko	99,57	g
Błonnik	23,39	g
Sól	3,25	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**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
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 kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Wek+ pasta z jaj z rybą+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 906,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,67 , Cukry: 6,33 , Tłuszcz ogółem: 37,28 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,74 , Białko: 38,09 , Błonnik: 5,78 , Sól: 2,18

### **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 krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 654,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,98 , Cukry: 26,95 , Tłuszcz ogółem: 8,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,24 , Białko: 22,37 , Błonnik: 12,58 , Sól: ,5

### **PODWIECZOREK**

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

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

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ serek biały ze słonecznikiem+ rosłonka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 629,48 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,94 , Cukry: 2,55 , Tłuszcz ogółem: 21,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,97 , Białko: 35,69 , Błonnik: 2,38 , Sól: 1,32

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 474,91	kcal
Węglowodny przyswajalne	329,48	g
Cukry (glukoza)	15,58	g
Cukry (fruktoza)	22,99	g
Cukry (sacharoza)	37,16	g
Tłuszcze (nasycone)	34,98	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,91	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,67	g
Białko	104,59	g
Błonnik	24,14	g
Sól	4,25	g

---

## Dieta: 4 Wrzodowa

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 877,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,49 , Cukry: 6,16 , Tłuszcz ogółem: 33,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,69 , Białko: 38,69 , Błonnik: 5,53 , Sól: 6,21

### 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 krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 654,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,98 , Cukry: 26,95 , Tłuszcz ogółem: 8,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,24 , Białko: 22,37 , Błonnik: 12,58 , Sól: ,5

### PODWIECZOREK

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

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

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ serek biały + rosłonka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 600,62 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68 , Cukry: 2,46 , Tłuszcz ogółem: 19,88 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,75 , Białko: 34,46 , Błonnik: 2,08 , Sól: 1,32

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 368,30	kcal
Węglowodny przyswajalne	317,47	g
Cukry (glukoza)	13,30	g

Cukry (fruktoza)	21,06 g
Cukry (sacharoza)	31,51 g
Tłuszcze (nasycone)	34,64 g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,43 g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,94 g
Białko	103,48 g
Błonnik	22,74 g
Sól	8,27 g

---

## Dieta: 5 Bogatoresztkowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Graham + pasta z jaj z rybą+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 889,69 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,62 , Cukry: 4,79 , Tłuszcz ogółem: 35,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,03 , Białko: 40,05 , Błonnik: 11,66 , Sól: 2,48

### 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 krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 654,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,98 , Cukry: 26,95 , Tłuszcz ogółem: 8,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,24 , Białko: 22,37 , Błonnik: 12,58 , Sól: ,5

### PODWIECZOREK

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

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

### Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ serek biały ze słonecznikiem+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 612,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 64,9 , Cukry: 1,01 , Tłuszcz ogółem: 19,78 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,25 , Białko: 37,65 , Błonnik: 8,26 , Sól: 1,62

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 441,28	kcal
Węglowodny przyswajalne	321,40	g
Cukry (glukoza)	15,58	g
Cukry (fruktoza)	22,99	g
Cukry (sacharoza)	34,08	g
Tłuszcze (nasycone)	33,55	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,10	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,54	g
Białko	108,51	g
Błonnik	35,90	g
Sól	4,84	g

---

## Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb graham+śledź w sosie pom.+sałata+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja

(jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 781,71 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,07 , Cukry: 6,37 , Tłuszcz ogółem: 26,55 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,84 , Białko: 33,13 , Błonnik: 11,48 , Sól: 2,7

## **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, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 922,27 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 152,09 , Cukry: 26,41 , Tłuszcz ogółem: 12,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,32 , Białko: 34,38 , Błonnik: 20,88 , Sól: 1,45

## **PODWIECZOREK**

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

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

## **Kolacja**

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ ser biały ze słonecznikiem+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 612,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 64,89 , Cukry: 1,01 , Tłuszcz ogółem: 19,78 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,25 , Białko: 37,65 , Błonnik: 8,26 , Sól: 1,62

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 481,61	kcal
Węglowodny przyswajalne	334,50	g
Cukry (glukoza)	9,70	g
Cukry (fruktoza)	23,56	g
Cukry (sacharoza)	16,58	g
Tłuszcze (nasycone)	32,26	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,54	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,40	g
Białko	112,21	g
Błonnik	43,62	g
Sól	6,01	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb graham+śledź w sosie pom.+sałata+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 478,12 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 48,76 , Cukry: 5,05 , Tłuszcz ogółem: 19,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,09 , Białko: 19,5 , Błonnik: 7,95 , Sól: 2,14

### **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, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 922,27 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 152,09 , Cukry: 26,41 , Tłuszcz ogółem: 12,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,32 , Białko: 34,38 , Błonnik: 20,88 , Sól: 1,45

## PODWIECZOREK

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

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

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ ser biały ze słonecznikiem+ roszponk - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 566,42 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,43 , Cukry: ,95 , Tłuszcz ogółem: 19,43 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,19 , Białko: 35,99 , Błonnik: 6,98 , Sól: 1,4

## 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	2 500,31	kcal
Węglowodny przyswajalne	335,21	g
Cukry (glukoza)	10,65	g
Cukry (fruktoza)	24,66	g
Cukry (sacharoza)	15,66	g
Tłuszcze (nasycone)	34,35	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,98	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,89	g
Białko	107,75	g
Błonnik	47,34	g
Sól	6,56	g

---

## Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham+ pasta z jaj z rybą+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 531,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,7 , Cukry: 3,53 , Tłuszcz ogółem: 17,67 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,83 , Białko: 29,02 , Błonnik: 9,41 , Sól: 6,16

### 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

Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), Kompot bez cukru, Zupa krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 632,51 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,95 , Cukry: 26,95 , Tłuszcz ogółem: 5,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,6 , Białko: 22,35 , Błonnik: 12,58 , Sól: ,5

## 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

Wek+ serek biały ze słonecznikiem+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 445,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 59,42 , Cukry: 2,13 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,22 , Białko: 28,97 , Błonnik: 2,2 , Sól: 1,18

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 774,32	kcal
Węglowodny przyswajalne	251,53	g
Cukry (glukoza)	9,78	g
Cukry (fruktoza)	23,69	g
Cukry (sacharoza)	15,20	g
Tłuszcze (nasycone)	15,50	g
Tłuszcze (jednonasycone)	13,78	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,65	g
Białko	87,40	g
Błonnik	27,19	g
Sól	8,09	g

---

## Dieta: 9 Bogatobiałkowa

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 880,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,67 , Cukry: 6,33 , Tłuszcz ogółem: 33,99 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,7 , Białko: 39,1 , Błonnik: 5,78 , Sól: 6,21

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 282,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 37,2 , Cukry: 28,8 , Tłuszcz ogółem: ,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,18 , Białko: 16,5 , Błonnik: 2,55 , Sól: ,06

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 654,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,98 , Cukry: 26,95 , Tłuszcz ogółem: 8,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,24 , Białko: 22,37 , Błonnik: 12,58 , Sól: ,5

### PODWIECZOREK

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

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

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ serek biały ze słonecznikiem+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 612,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,37 , Cukry: 2,49 , Tłuszcz ogółem: 20,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,84 , Białko: 34,95 , Błonnik: 2,2 , Sól: 1,32

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 519,79	kcal
Węglowodny przyswajalne	322,51	g
Cukry (glukoza)	13,38	g
Cukry (fruktoza)	21,14	g
Cukry (sacharoza)	31,56	g
Tłuszcze (nasycone)	34,74	g

Tłuszcze (jednonasycone)	23,60 g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,57 g
Białko	119,38 g
Błonnik	23,11 g
Sól	8,33 g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 880,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,67 , Cukry: 6,33 , Tłuszcz ogółem: 33,99 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,7 , Białko: 39,1 , Błonnik: 5,78 , Sól: 6,21

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 282,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 37,2 , Cukry: 28,8 , Tłuszcz ogółem: ,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,18 , Białko: 16,5 , Błonnik: 2,55 , Sól: ,06

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 654,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,98 , Cukry: 26,95 , Tłuszcz ogółem: 8,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,24 , Białko: 22,37 , Błonnik: 12,58 , Sól: ,5

### **PODWIECZOREK**

Jogurt naturalny 150g - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Rodzynki 50 g - w tym alergeny (Siarczyny i pochodna siarczynowa)

Wartość energetyczna: 233,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,65 , Cukry: 2,05 , Tłuszcz ogółem: 2,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,87 , Białko: 7,6 , Błonnik: 3,25 , Sól: ,26

### **Kolacja**

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ serek biały ze słonecznikiem+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 612,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,37 , Cukry: 2,49 , Tłuszcz ogółem: 20,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,84 , Białko: 34,95 , Błonnik: 2,2 , Sól: 1,32

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 662,79	kcal
Węglowodny przyswajalne	354,86	g
Cukry (glukoza)	13,38	g
Cukry (fruktoza)	21,14	g
Cukry (sacharoza)	32,11	g
Tłuszcze (nasycone)	34,82	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,61	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,64	g
Białko	120,53	g
Błonnik	26,36	g
Sól	8,36	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 kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Wek+ pasta z jaj z rybą+ pomidor+ sałata	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Śledź, solony *(4)	30,0	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 krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Makaron z jabłkami **(duszenie)	Jabłko	200,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ serek biały + roszonek	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Roszonek	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+śledź w sosie pom.+sałata+	Śledź w sosie pomidorowym *(4)	70,0	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
	Sałata	20,0	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	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
Łazanki z pieczarkami **(smażenie)	Kapusta kwaszona	40,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	60,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
	Kapusta biała	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Chleb mieszany+ ser biały ze słonecznikiem	Roszonka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g



	Słonecznik, nasiona, łuskane	5,0 g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0 g
Inne składniki		

**Dieta: 10 Niskobiałkowa**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ pasta z jaj z rybą+ pomidor+ sałata	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Śledź w oleju *(4)	30,0	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	200,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Makaron z jabłkami	Jabłko	200,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	g
Banan **(obróbka wstępna)	Banan	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	Roszponka	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
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 krem z zielonego groszku z chlebem b	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Skrobia ziemniaczana	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Inne składniki			

**Dieta: 11/ML Bezmleczna**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+ pasta z jaj i ryby+ pomidor+ sałata **(g	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szcypiorek	10,0	g
	Śledź w oleju *(4)	30,0	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	200,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami(	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g



	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Chleb chrupki *(1)	20,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
Makaron z jabłkami **(duszenie)	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0 g
	Jabłko	200,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0 g	
	Kisiel w proszku	20,0 g	
Banan **(obróbka wstępna)	Banan	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+roszponka **(obróbka)	Roszponka	20,0 g	
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0 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 kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g	
	Mąka kukurydziana	30,0 g	
Graham+ pasta z jaj+ pomidor + sałata **(obr)	Jaja kurze całe *(3)	90,0 g	
	Szcypiorek	3,0 g	
	Masło ekstra *(7)	5,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 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 krem z zielonego groszku z grankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Groszek zielony, mrożony	50,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	



	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Chleb chrupki *(1)	20,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Makaron z jabłkami **(duszenie)	Masło ekstra *(7)	5,0 g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0 g
	Jabłko	200,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

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

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Graham+ serek biały+ roszponka	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Roszonka	20,0	g
Inne składniki			

#### Dieta: 11/WE Wegetariańska

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mąka kukurydziana	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	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	200,0	g
Inne składniki			

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g



	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Chleb chrupki *(1)	20,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Makaron z jabłkami **(duszenie)	Jabłko	200,0 g
	Masło ekstra *(7)	5,0 g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Wek+ serek biały ze słonecznikiem+ roszone	Roszonek	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Słonecznik, nasiona, łuskane	5,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	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 kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Wek+ masło+ jajko+ pomidor	Jaja kurze całe *(3)	60,0	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- mus **(obróbka wstępna)	Banan	150,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z zielonego groszku z grankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g



	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Chleb chrupki *(1)	20,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Makaron z jabłkami **(duszenie)	Jabłko	200,0 g
	Masło ekstra *(7)	5,0 g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

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

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ serek biały ze słonecznikiem+ roszonek	Roszonek	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Słonecznik, nasiona, łuskane	2,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow)	Mąka kukurydziana	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	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	Ryż biały	80,0	g
	Marchew	200,0	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 kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Wek+ pasta z jaj z rybą+ pomidor+ sałata	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szcypiorek	10,0	g
	Śledź w oleju *(4)	30,0	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	200,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Makaron z jabłkami **(duszenie)	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
	Jabłko	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

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



Inne składniki

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Wek+ serek biały ze słonecznikiem+ rozszpon	Roszponka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Słonecznik, nasiona, łuskane	5,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	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 kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Wek+ pasta z jaj z rybą+ pomidor+ sałata	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Śledź, solony *(4)	30,0	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 krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Makaron z jabłkami **(duszenie)	Jabłko	200,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g

Inne składniki

**PODWIECZOREK**



Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt naturalny 150g <b>**</b> (obróbka wstępna)	Jogurt naturalny, 2% tł. <b>*(7)</b>	150,0	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
Wek+ serek biały + roszonek	Roszonek	20,0	g
	Masło ekstra <b>*(7)</b>	15,0	g
	Bułki wrocławskie <b>*(1, 11)</b>	100,0	g
	Ser twarogowy chudy <b>*(7)</b>	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 kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. <b>*(7)</b>	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Graham+ pasta z jaj z rybą+ pomidor+ sałata	Jaja kurze całe <b>*(3)</b>	90,0	g
	Szcypiorek	10,0	g
	Śledź w oleju <b>*(4)</b>	30,0	g
	Masło ekstra <b>*(7)</b>	15,0	g
	Chleb graham <b>*(1, 3, 11)</b>	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona <b>*(9)</b>	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 <b>*(1)</b>	6,0	g
	Chleb chrupki <b>*(1)</b>	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. <b>*(7)</b>	30,0	g
Makaron z jabłkami <b>**</b> (duszenie)	Jabłko	200,0	g
	Masło ekstra <b>*(7)</b>	5,0	g
	Makaron czterojęczny <b>*(1, 3)</b>	80,0	g



Inne składniki

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt naturalny 150g <b>**</b> (obróbka wstępna)	Jogurt naturalny, 2% tł. <b>*(7)</b>	150,0	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+ serek biały ze słonecznikiem+ ros	Roszonka	20,0	g
	Masło ekstra <b>*(7)</b>	15,0	g
	Chleb graham <b>*(1, 3, 11)</b>	120,0	g
	Słonecznik, nasiona, łuskane	5,0	g
	Ser twarogowy chudy <b>*(7)</b>	100,0	g
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+śledź w sosie pom.+sałata+ p	Śledź w sosie pomidorowym <b>*(4)</b>	70,0	g
	Masło ekstra <b>*(7)</b>	15,0	g
	Chleb graham <b>*(1, 3, 11)</b>	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą <b>**</b> (gotow	Mąka kukurydziana	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. <b>*(7)</b>	300,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grochowa z grahamem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona <b>*(9)</b>	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Słonina	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 <b>*(1)</b>	6,0	g
	Chleb graham <b>*(1, 3, 11)</b>	100,0	g
	Groch, nasiona suche	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Makaron z jabłkami <b>**</b> (duszenie)	Jabłko	200,0
Masło ekstra <b>*(7)</b>		5,0	g



	Makaron czterojęczny *(1, 3)	80,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

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

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Chleb graham+ ser biały ze słonecznikiem+ r	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Słonecznik, nasiona, łuskane	5,0	g
	Roszponka	20,0	g
Inne składniki			

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

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+śledź w sosie pom.+sałata+ p	Śledź w sosie pomidorowym *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	150,0	g
graham 60 g+ masło+ ogórek 50 g **(obróbka	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	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 grochowa z grahamem	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

**Jadłospis na dzień: 09-05-2025  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Makaron z jabłkami **(duszenie)	Jabłko	200,0 g
	Masło ekstra *(7)	5,0 g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Chleb graham+ ser biały ze słonecznikiem+ r	Roszonka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Słonecznik, nasiona, łuskane	5,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGA KOLACJA**

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

**Dieta: 8 Ubogoenergetyczna****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham+ pasta z jaj z rybą+ pomidor+ sałata	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Śledź, solony *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Makaron z jabłkami	Jabłko	200,0	g
	Masło ekstra *(7)	2,0	g



	Makaron czterojęczny *(1, 3)	80,0 g
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Kości, wywar	300,0 g
	Groszek zielony, mrożony	50,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Chleb chrupki *(1)	20,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Inne składniki		

### PODWIECZOREK

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

### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ serek biały ze słonecznikiem+ roszone	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0 g	
	Masło ekstra *(7)	5,0 g	
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g	
	Słonecznik, nasiona, łuskane	2,0 g	
	Roszonek	20,0 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 kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g	
	Mąka kukurydziana	30,0 g	
Wek+ pasta z jaj z rybą+ pomidor+ sałata	Jaja kurze całe *(3)	90,0 g	
	Śledź, solony *(4)	30,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
	Sałata	20,0 g	
	Szczypiorek	10,0 g	
Inne składniki			

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

### OBIAD

**Jadłospis na dzień: 09-05-2025**  
**szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Makaron z jabłkami **(duszenie)	Jabłko	200,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Wek+ serek biały ze słonecznikiem+ roszone	Roszonek	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Słonecznik, nasiona, łuskane	2,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	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 kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Wek+ pasta z jaj z rybą+ pomidor+ sałata	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Śledź, solony *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
	Szcypiorek	10,0	g
	Inne składniki		

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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



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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Makaron z jabłkami **(duszenie)	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Makaron czterojęczny *(1, 3)	80,0	g
	Jabłko	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt naturalny 150g **(obróbka wstępna)	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	150,0	g
Rodzynki 50 g **(obróbka wstępna)	Rodzynki, suszone *(12)	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
Wek+ serek biały ze słonecznikiem+ roszpon	Roszponka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Słonecznik, nasiona, łuskane	2,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	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/gorzyczka	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	Mąтва
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