

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

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

Wartość energetyczna: 794,27 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,56 , Cukry: 6,33 , Tłuszcz ogółem: 25,54 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,54 , Białko: 37,98 , Błonnik: 5,78 , Sól: 2,18

**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, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 745,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,54 , Cukry: 8,91 , Tłuszcz ogółem: 13,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,54 , Białko: 57,11 , Błonnik: 5,75 , Sól: ,81

**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+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 453,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,48 , Cukry: 3,86 , Tłuszcz ogółem: 9,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,69 , Białko: 24,69 , Błonnik: 2,68 , Sól: 2,2

**Dobowa suma wartości odżywczych**

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 158,02	kcal
Węglowodny przyswajalne	275,03	g
Cukry (glukoza)	6,41	g
Cukry (fruktoza)	13,67	g
Cukry (sacharoza)	15,08	g
Tłuszcze (nasycone)	20,61	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,27	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,62	g
Białko	126,83	g
Błonnik	17,21	g
Sól	5,43	g

**Dieta: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 606,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 78,53 , Cukry: 5,59 , Tłuszcz ogółem: 20,21 w tym nasycone kwasy

tłuszczowe 10,16 , Białko: 20,92 , Błonnik: 8,07 , Sól: 3,05

## **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, Barszcz czerwony z fasolą - w tym alergeny (Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 792,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 103,52 , Cukry: 9,92 , Tłuszcz ogółem: 12,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,18 , Białko: 56,68 , Błonnik: 11,91 , Sól: ,58

## **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+ kiełbasa drobiowa+ papryka+sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 644,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 83,91 , Cukry: 4,3 , Tłuszcz ogółem: 18,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,26 , Białko: 27,47 , Błonnik: 8,9 , Sól: 2,73

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 208,07	kcal
Węglowodny przyswajalne	290,41	g
Cukry (glukoza)	5,59	g
Cukry (fruktoza)	12,54	g
Cukry (sacharoza)	17,73	g
Tłuszcze (nasycone)	30,45	g
Tłuszcze (jednonasycone)	17,53	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,90	g
Białko	112,11	g
Błonnik	31,88	g
Sól	6,60	g

---

## **Dieta: 10 Niskobiałkowa**

---

### **ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 607,1 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,63 , Cukry: 5,07 , Tłuszcz ogółem: 28,52 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,16 , Białko: 22,36 , Błonnik: 3,53 , Sól: 1,73

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Jabłko

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

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 711,32 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 89,35 , Cukry: 8,91 , Tłuszcz ogółem: 15,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,29 , Białko: 47,46 , Błonnik: 5,75 , Sól: ,67

### **PODWIECZOREK**

## Banan, Galaretko owocowa

Wartość energetyczna: 394,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,6 , Cukry: 81,4 , Tłuszcz ogółem: ,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,27 , Białko: 7 , Błonnik: 5,15 , Sól: ,01

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 565,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,59 , Cukry: 3,86 , Tłuszcz ogółem: 20,88 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,9 , Białko: 24,8 , Błonnik: 2,68 , Sól: 2,2

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 353,02	kcal
Węglowodny przyswajalne	315,32	g
Cukry (glukoza)	17,46	g
Cukry (fruktoza)	23,32	g
Cukry (sacharoza)	73,02	g
Tłuszcze (nasycone)	32,67	g
Tłuszcze (jednonasycone)	24,56	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,26	g
Białko	102,22	g
Błonnik	20,11	g
Sól	4,63	g

---

## Dieta: 11/GL Bezglutenowa

---

### DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

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

### OBIAD

Barszcz czerwony z jajkiem (bezglutenowa) - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 175,26 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 14,34 , Cukry: 3,81 , Tłuszcz ogółem: 5,56 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,18 , Białko: 13,46 , Błonnik: 2,1 , Sól: ,53

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	250,26	kcal
Węglowodny przyswajalne	29,49	g
Cukry (glukoza)	3,38	g
Cukry (fruktoza)	8,44	g
Cukry (sacharoza)	6,55	g
Tłuszcze (nasycone)	2,24	g
Tłuszcze (jednonasycone)	2,82	g
Tłuszcze (wielonasycone)	0,71	g
Białko	14,06	g
Błonnik	5,10	g
Sól	0,54	g

---

## Dieta: 11/ML Bezmleczna

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 586,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71,21 , Cukry: 17,57 , Tłuszcz ogółem: 19,23 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,85 , Białko: 26,01 , Błonnik: 3,53 , Sól: 1,84

## DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

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

## OBIAD

Kompot bez cukru, Makaron z jabłkami (bezml) - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne)), Barszcz czerwony z jajkiem (bezmleczna) - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Seler)

Wartość energetyczna: 569,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 92,03 , Cukry: 25,75 , Tłuszcz ogółem: 7,66 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,59 , Białko: 23,91 , Błonnik: 8,48 , Sól: ,54

## PODWIECZOREK

Galaretką owocowa, Banan

Wartość energetyczna: 394,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,6 , Cukry: 81,4 , Tłuszcz ogółem: ,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,27 , Białko: 7 , Błonnik: 5,15 , Sól: ,01

## Kolacja

Herbata z cukrem, wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 420,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,55 , Cukry: 17,4 , Tłuszcz ogółem: 5,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,57 , Białko: 19,23 , Błonnik: 3,28 , Sól: 2,07

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 071,33	kcal
Węglowodny przyswajalne	340,59	g
Cukry (glukoza)	22,97	g
Cukry (fruktoza)	37,48	g
Cukry (sacharoza)	101,06	g
Tłuszcze (nasycone)	9,36	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,11	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,29	g
Białko	76,95	g
Błonnik	24,44	g
Sól	4,47	g

---

## Dieta: 11/NP Niskopurynowa

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 683,84 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,4 , Cukry: 4,67 , Tłuszcz ogółem: 15,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,84 , Białko: 34,73 , Błonnik: 11,49 , Sól: 2,05

### 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, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 767,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,58 , Cukry: 8,91 , Tłuszcz ogółem: 17,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,28 , Białko: 53,55 , Błonnik: 5,75 , Sól: ,6

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

Wartość energetyczna: 548,79 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 61,55 , Cukry: 2,32 , Tłuszcz ogółem: 18,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,18 , Białko: 26,76 , Błonnik: 8,56 , Sól: 2,5

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 165,36	kcal
Węglowodny przyswajalne	266,98	g
Cukry (glukoza)	6,36	g
Cukry (fruktoza)	13,61	g
Cukry (sacharoza)	11,98	g
Tłuszcze (nasycone)	29,15	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,57	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,69	g
Białko	122,09	g
Błonnik	28,79	g
Sól	5,40	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+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 886,42 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,22 , Cukry: 6,41 , Tłuszcz ogółem: 37,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,32 , Białko: 33,13 , Błonnik: 5,62 , Sól: 1,86

### DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

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

### OBIAD

Kompot bez cukru, Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 767,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,58 , Cukry: 8,91 , Tłuszcz ogółem: 17,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,28 , Białko: 53,55 , Błonnik: 5,75 , Sól: ,6

### 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+ papryka+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 527,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,84 , Cukry: 6,16 , Tłuszcz ogółem: 19,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,54 , Białko: 15,65 , Błonnik: 3,68 , Sól: 1,23

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 346,26	kcal
Węglowodny przyswajalne	278,08	g
Cukry (glukoza)	7,41	g

Cukry (fruktoza)	14,81 g
Cukry (sacharoza)	15,31 g
Tłuszcze (nasycone)	38,98 g
Tłuszcze (jednonasycone)	29,82 g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,06 g
Białko	109,37 g
Błonnik	18,04 g
Sól	3,94 g

---

## Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 391,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 36,25 , Cukry: 3,94 , Tłuszcz ogółem: 19,38 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,72 , Białko: 13,56 , Błonnik: 2,28 , Sól: ,91

### DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko- mus

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

### OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 782,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,58 , Cukry: 8,91 , Tłuszcz ogółem: 17,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,28 , Białko: 57,15 , Błonnik: 5,75 , Sól: ,81

### PODWIECZOREK

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

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

### Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 702,19 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 79,21 , Cukry: 4,16 , Tłuszcz ogółem: 25,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,13 , Białko: 33,29 , Błonnik: 3,93 , Sól: 2,14

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 041,52	kcal
Węglowodny przyswajalne	230,49	g
Cukry (glukoza)	6,18	g
Cukry (fruktoza)	13,39	g
Cukry (sacharoza)	13,50	g
Tłuszcze (nasycone)	36,97	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,97	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,63	g
Białko	111,04	g
Błonnik	14,96	g
Sól	4,10	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
Węglowodany przyswajalne	322,86	g
Cukry (glukoza)	3,20	g
Cukry (fruktoza)	2,80	g
Cukry (sacharoza)	4,84	g
Tłuszcze (nasycone)	1,09	g
Tłuszcze (jednonasycone)	0,90	g
Tłuszcze (wielonasycone)	3,20	g
Białko	35,69	g
Błonnik	25,92	g
Sól	2,28	g

---

## **Dieta: 2 Łatwostrawna**

---

### **ŚNIADANIE**

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

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**

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, Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 782,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,58 , Cukry: 8,91 , Tłuszcz ogółem: 17,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,28 , Białko: 57,15 , Błonnik: 5,75 , Sól: ,81

### **PODWIECZOREK**

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

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

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 565,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,59 , Cukry: 3,86 , Tłuszcz ogółem: 20,88 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,9 , Białko: 24,8 , Błonnik: 2,68 , Sól: 2,2

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 419,83	kcal
Węglowodny przyswajalne	275,28	g
Cukry (glukoza)	6,41	g
Cukry (fruktoza)	13,67	g
Cukry (sacharoza)	15,08	g
Tłuszcze (nasycone)	39,76	g
Tłuszcze (jednonasycone)	30,11	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,03	g
Białko	127,08	g
Błonnik	17,21	g
Sól	5,44	g

---

## Dieta: 4 Wrzodowa

---

### 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

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, Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 782,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,58 , Cukry: 8,91 , Tłuszcz ogółem: 17,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,28 , Białko: 57,15 , Błonnik: 5,75 , Sól: ,81

### PODWIECZOREK

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

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

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 565,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,59 , Cukry: 3,86 , Tłuszcz ogółem: 20,88 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,9 , Białko: 24,8 , Błonnik: 2,68 , Sól: 2,2

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 398,78	kcal
Węglowodny przyswajalne	275,41	g

Cukry (glukoza)	6,36 g
Cukry (fruktoza)	13,61 g
Cukry (sacharoza)	15,26 g
Tłuszcze (nasycone)	39,34 g
Tłuszcze (jednonasycone)	30,30 g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,38 g
Białko	122,00 g
Błonnik	17,04 g
Sól	5,12 g

---

## Dieta: 5 Bogatoresztkowa

---

### ŚNIADANIE

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

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

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, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 782,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,58 , Cukry: 8,91 , Tłuszcz ogółem: 17,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,28 , Białko: 57,15 , Błonnik: 5,75 , Sól: ,81

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

Wartość energetyczna: 548,79 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 61,55 , Cukry: 2,32 , Tłuszcz ogółem: 18,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,18 , Białko: 26,76 , Błonnik: 8,56 , Sól: 2,5

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 386,21	kcal
Węglowodny przyswajalne	267,20	g
Cukry (glukoza)	6,41	g
Cukry (fruktoza)	13,67	g
Cukry (sacharoza)	12,00	g
Tłuszcze (nasycone)	38,33	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,30	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,90	g
Białko	131,00	g
Błonnik	28,96	g
Sól	6,03	g

---

## Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb graham+śledź w sosie pom.+sałata+ ogórek - 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: 776,72 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 92,57 , Cukry: 5,07 , Tłuszcz ogółem: 26,43 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,82 , Białko: 32,93 , Błonnik: 10,78 , 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, Barszcz czerwony z fasolą - w tym alergeny (Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 792,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 103,52 , Cukry: 9,92 , Tłuszcz ogółem: 12,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,18 , Białko: 56,68 , Błonnik: 11,91 , Sól: ,58

## **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+ kielbasa drobiowa+ papryka+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 555,27 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 62,4 , Cukry: 3,22 , Tłuszcz ogółem: 18,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,21 , Białko: 26,96 , Błonnik: 8,96 , Sól: 2,5

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 289,28	kcal
Węglowodny przyswajalne	282,94	g
Cukry (glukoza)	6,29	g
Cukry (fruktoza)	13,24	g
Cukry (sacharoza)	14,73	g
Tłuszcze (nasycone)	34,05	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,66	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,24	g
Białko	123,62	g
Błonnik	34,65	g
Sól	6,03	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 473,1 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 48,26 , Cukry: 3,75 , Tłuszcz ogółem: 19,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,07 , Białko: 19,3 , Błonnik: 7,25 , Sól: 2,15

### **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, Barszcz czerwony z fasolą - w tym alergeny (Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny

(Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 792,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 103,52 , Cukry: 9,92 , Tłuszcz ogółem: 12,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,18 , Białko: 56,68 , Błonnik: 11,91 , Sól: ,58

## **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+ kiełbasa drobiowa+ papryka+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 509,06 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 53,93 , Cukry: 3,16 , Tłuszcz ogółem: 18,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,14 , Białko: 25,3 , Błonnik: 7,68 , Sól: 2,28

## **DRUGA KOLACJA**

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

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

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 307,95	kcal
Węglowodny przyswajalne	283,64	g
Cukry (glukoza)	7,24	g
Cukry (fruktoza)	14,34	g
Cukry (sacharoza)	13,81	g
Tłuszcze (nasycone)	36,14	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,10	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,73	g
Białko	119,15	g
Błonnik	38,37	g
Sól	6,58	g

---

## **Dieta: 8 Ubogoenergetyczna**

---

### **ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 557,51 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,7 , Cukry: 3,53 , Tłuszcz ogółem: 20,96 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,87 , Białko: 28,01 , Błonnik: 9,41 , Sól: 2,13

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Jabłko

Wartość energetyczna: 70,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 14,14 , Cukry: 13,58 , Tłuszcz ogółem: ,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,56 , Błonnik: 2,8 , Sól: ,01

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 698,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,16 , Cukry: 8,91 , Tłuszcz ogółem: 9,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,78 , Białko: 55,1 , Błonnik: 5,75 , Sól: ,8

## **PODWIECZOREK**

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

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

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 381,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,6 , Cukry: 1,96 , Tłuszcz ogółem: 7,48 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,57 , Białko: 20,78 , Błonnik: 8,56 , Sól: 2,36

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 797,45	kcal
Węglowodny przyswajalne	220,90	g
Cukry (glukoza)	6,20	g
Cukry (fruktoza)	13,12	g
Cukry (sacharoza)	10,15	g
Tłuszcze (nasycone)	16,06	g
Tłuszcze (jednonasycone)	17,33	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,90	g
Białko	110,89	g
Błonnik	26,51	g
Sól	5,53	g

---

## Dieta: 9 Bogatobiałkowa

---

### ŚNIADANIE

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

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

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

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

### OBIAD

Kompot bez cukru, Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 782,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,58 , Cukry: 8,91 , Tłuszcz ogółem: 17,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,28 , Białko: 57,15 , Błonnik: 5,75 , Sól: ,81

### PODWIECZOREK

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

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

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 565,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,59 , Cukry: 3,86 , Tłuszcz ogółem: 20,88 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,9 , Białko: 24,8 , Błonnik: 2,68 , Sól: 2,2

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 556,33	kcal
Węglowodny przyswajalne	279,78	g
Cukry (glukoza)	6,41	g
Cukry (fruktoza)	13,67	g
Cukry (sacharoza)	15,08	g

Tłuszcze (nasycone)	39,76	g
Tłuszcze (jednonasycone)	30,11	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,03	g
Białko	142,08	g
Błonnik	17,21	g
Sól	5,50	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

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

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**

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

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

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 782,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,58 , Cukry: 8,91 , Tłuszcz ogółem: 17,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,28 , Białko: 57,15 , Błonnik: 5,75 , Sól: ,81

### **PODWIECZOREK**

Jogurt naturalny 150g - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Rodzynki 50 g - w tym alergeny (Siarczyn 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+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 565,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,59 , Cukry: 3,86 , Tłuszcz ogółem: 20,88 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,9 , Białko: 24,8 , Błonnik: 2,68 , Sól: 2,2

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 699,33	kcal
Węglowodny przyswajalne	312,13	g
Cukry (glukoza)	6,41	g
Cukry (fruktoza)	13,67	g
Cukry (sacharoza)	15,63	g
Tłuszcze (nasycone)	39,84	g
Tłuszcze (jednonasycone)	30,12	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,10	g
Białko	143,23	g
Błonnik	20,46	g
Sól	5,53	g

---

.....  
sporządził  
/Morkisz Magdalena/

.....  
zatwierdził



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

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
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
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	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
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	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+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ sałata	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g



	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	50,0 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+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
	Sałata	20,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	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
Barszcz czerwony z fasolą **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Fasola biała, nasiona suche	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	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
chleb mieszany+ kiełbasa drobiowa+ papryk	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g



	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0 g
	Papryka czerwona	50,0 g
	Sałata	20,0 g
Inne składniki		

**Dieta: 10 Niskobiałkowa**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ pasta z jaj z rybą+ pomidor+ sałata	Jaja kurze całe *(3)	60,0	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
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	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
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	120,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan **(obróbka wstępna)	Banan	200,0	g
Galaretko owocowa **(gotowanie)	Truskawki w galaretko	250,0	g



Inne składniki

### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ sałata	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Sałata	20,0	g

Inne składniki

### Dieta: 11/GL Bezglutenowa

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

Inne składniki

### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Barszcz czerwony z jajkiem (bezglutenowa) *	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Skrobia ziemniaczana	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	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+ pasta z jaj i ryby+ pomidor+ sałata **(g)	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	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
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	200,0	g

Inne składniki

### OBIAD



Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru <b>**</b> (gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Makaron z jabłkami (bezmiel) <b>**</b> (duszenie)	Makaron czterojęczny *(1, 3)	80,0	g
	Jabłko	200,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem (bezmleczna) <b>**</b>	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Galaretka owocowa <b>**</b> (gotowanie)	Truskawki w galaretkce	250,0	g
Banan <b>**</b> (obróbka wstępna)	Banan	200,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem <b>**</b> (gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ sałata <b>**</b>	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	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 kukurydzianą	Mąka kukurydziana	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Graham 120+ pasta z jaj+ pomidor+ sałata <b>**</b>	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	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 <b>**</b> (obróbka wstępna)	Jabłko	150,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem <b>**</b> (gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g



	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Buraki, got. w wodzie	40,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0 g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0 g
	Ziemniaki, późne	30,0 g
	Masło ekstra *(7)	10,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0 g
	Kasza manna *(1)	10,0 g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0 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
Graham+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ sałata	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Sałata	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	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Wek+pasta z jaj+ pomidor+ roszponka **(obr)	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Roszponka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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



Inne składniki

### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 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
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ papryka+ pomidor+ sałata	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Papryka czerwona	50,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Sałata	20,0	g

Inne składniki

### Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ 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
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g

Inne składniki

### DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko- mus **(obróbka wstępna)	Jabłko	150,0	g



Inne składniki

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0
Ziemniaki, późne		30,0	g
Masło ekstra *(7)		10,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		80,0	g
Kasza manna *(1)		10,0	g
Ser twarogowy chudy *(7)		150,0	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+ kiełbasa drobiowa+ pomidor	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	50,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

**Dieta: 13 Płynna (kleikowa)****ŚNIADANIE**

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

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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



Inne składniki

### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Marchwianka z ryżem	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
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
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

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
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g



Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g
	Kości, wywar	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Buraki, got. w wodzie	40,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 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
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ sałata	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Sałata	20,0	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+ pomidor+sałata **(obróbka	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Sałata	20,0	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



Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0 g
	Ziemniaki, późne	30,0 g
	Masło ekstra *(7)	10,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0 g
	Kasza manna *(1)	10,0 g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0 g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g
	Kości, wywar	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Buraki, got. w wodzie	40,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 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
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ sałata	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Sałata	20,0	g
Inne składniki			

#### Dieta: 5 Bogatoresztkowa

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Graham+ 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
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	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
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0
Ziemniaki, późne		30,0	g
Masło ekstra *(7)		10,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		80,0	g
Kasza manna *(1)		10,0	g
Ser twarogowy chudy *(7)		150,0	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
Graham+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ sałat	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Sałata	20,0	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+ o	Śledź w sosie pomidorowym *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Ogórek	100,0	g
	Sałata	20,0	g

**Jadłospis na dzień: 19-05-2025**  
**szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	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
Barszcz czerwony z fasolą **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Fasola biała, nasiona suche	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	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
chleb graham+ kiełbasa drobiowa+ papryka+	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Papryka czerwona	50,0	g
	Sałata	20,0	g
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+ o	Śledź w sosie pomidorowym *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g



	Ogórek	100,0 g
	Salata	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
Barszcz czerwony z fasolą **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Fasola biała, nasiona suche	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	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+ kielbasa drobiowa+ papryka+	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Papryka czerwona	50,0	g
	Salata	20,0	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**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
graham+ 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)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	140,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	140,0	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
graham+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ sałat	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	50,0	g



	Salata	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
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
	Salata	20,0	g
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
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	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+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ sałata	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Sałata	20,0	g
Inne składniki			

### Dieta: 9/WEN Bogatobiałkowa wysokoenerget

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
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
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
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g



	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 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
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+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ sałata	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Sałata	20,0	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/gorczyca	11	Nasiona sezamu	12	Siarczyn i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza	P15	Albumina
P16	Ananas	P17	Arbuz	P18	Aspartam
P19	Banan	P20	Białko jaja kurzego	P21	Borówka
P22	Bób	P23	Brzoskwinia	P24	Cebula
P25	Cynamon	P26	Cytrynian	P27	Czekolada
P28	Czosnek	P29	Dodatek do żywności	P30	Dorsz
P31	Drób	P32	Figi	P33	Gałka muszkatołowa
P34	Glutaminian	P35	Goździk	P36	Grzyb
P37	Homar	P38	Imbir	P39	Jabłko
P40	Kalmar	P41	Kokos	P42	Koncentrat białek jaja kurzego
P43	Krab	P44	Krewetki	P45	Kukurudzka
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

**Jadłospis na dzień: 19-05-2025**  
**szczegółowy**



**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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