

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

Herbata bez cukru, zupa mleczna+z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), 3 wek + pasta z makreli+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 735,62 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 89,63 , Cukry: 4,28 , Tłuszcz ogółem: 23,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,92 , Białko: 34,39 , Błonnik: 3,95 , Sól: 3,51

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

OBIAD

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Jajko sadzone - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), Zupa koperkowa z lanym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 712,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,92 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 16,35 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,21 , Białko: 29,25 , Błonnik: 15,02 , Sól: 1

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 597,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,13 , Cukry: 23,46 , Tłuszcz ogółem: 5,86 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,6 , Białko: 19,36 , Błonnik: 4,3 , Sól: 1,65

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 208,85	kcal
Węglowodny przyswajalne	337,42	g
Cukry (glukoza)	16,77	g
Cukry (fruktoza)	20,73	g
Cukry (sacharoza)	39,34	g
Tłuszcze (nasycone)	13,82	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,21	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,31	g
Białko	84,90	g
Błonnik	30,52	g
Sól	6,32	g

Dieta: 1 Podstawowa**ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 700,78 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 74,68 , Cukry: 3,33 , Tłuszcz ogółem: 28,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,84 , Białko: 26,2 , Błonnik: 8,99 , Sól: 3,79

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

OBIAD

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Jajko sadzone - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa koperkowa z lanym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 712,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,92 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 16,35 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,21 , Białko: 29,25 , Błonnik: 15,02 , Sól: 1

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka + dżem+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 709,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,23 , Cukry: 23,46 , Tłuszcz ogółem: 17,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,81 , Białko: 19,46 , Błonnik: 4,3 , Sól: 1,66

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 286,19	kcal
Węglowodany przyswajalne	322,58	g
Cukry (glukoza)	16,78	g
Cukry (fruktoza)	20,73	g
Cukry (sacharoza)	38,39	g
Tłuszcze (nasycone)	26,95	g
Tłuszcze (jednonasycone)	24,94	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,29	g
Białko	76,82	g
Błonnik	35,56	g
Sól	6,61	g

Dieta: 10 Niskobiałkowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 575,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,23 , Cukry: 3,85 , Tłuszcz ogółem: 25,3 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,2 , Białko: 23,7 , Błonnik: 3,17 , Sól: 3,29

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

OBIAD

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), Zupa koperkowa z lanym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 692,78 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,83 , Cukry: 15,62 , Tłuszcz ogółem: 14,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,07 , Białko: 29,04 , Błonnik: 14,9 , Sól: 1

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 709,34 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,22 , Cukry: 23,46 , Tłuszcz ogółem: 17,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,81 , Białko: 19,47 , Błonnik: 4,3 , Sól: 1,66

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 141,12	kcal
Węglowodny przyswajalne	305,03	g
Cukry (glukoza)	16,74	g
Cukry (fruktoza)	20,69	g
Cukry (sacharoza)	38,90	g
Tłuszcze (nasycone)	22,17	g
Tłuszcze (jednonasycone)	24,22	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,30	g
Białko	74,11	g
Błonnik	29,62	g
Sól	6,11	g

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Pasta z makreli i marchewki (bezglutenowa, bezmle) - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Ryba, Musztarda/gorczyca), Chleb bezglutenowy+ masło+ roszponka - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 676,12 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,72 , Cukry: 15 , Tłuszcz ogółem: 36,26 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,68 , Białko: 27,88 , Błonnik: 2,09 , Sól: 2,6

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

Wartość energetyczna: 112,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,25 , Cukry: 23 , Tłuszcz ogółem: ,23 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,05 , Białko: 1,5 , Błonnik: 4,75 , Sól: ,01

OBIAD

Zupa koperkowa z ryżem (bezglut) - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Kompot z cukrem, Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 852,29 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 137,74 , Cukry: 45,3 , Tłuszcz ogółem: 16,96 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,68 , Białko: 24,86 , Błonnik: 17,37 , Sól: ,96

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Chleb bezgl+ dżem+ pomidor - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 295,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 34,04 , Cukry: 33,8 , Tłuszcz ogółem: 15,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11 , Białko: 1,44 , Błonnik: 1,6 , Sól: ,1

Dobowa suma wartości odżywczych

Ilość jm.

Wartość energetyczna kcal	2 032,02	kcal
Węglowodny przyswajalne	267,55	g
Cukry (glukoza)	19,76	g
Cukry (fruktoza)	24,42	g
Cukry (sacharoza)	92,52	g
Tłuszcze (nasycone)	32,47	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,83	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,31	g
Białko	56,68	g
Błonnik	30,21	g
Sól	3,81	g

Dieta: 11/ML Bezmleczna

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 535,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,88 , Cukry: 3,8 , Tłuszcz ogółem: 21,29 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,4 , Białko: 23,45 , Błonnik: 3,17 , Sól: 3,28

DRUGIE ŚNIADANIE

Rodzynki 50 g - w tym alergeny (Siarczyn i pochodna siarczynowa), Mandarynki

Wartość energetyczna: 210,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 46,3 , Cukry: 14,35 , Tłuszcz ogółem: ,3 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,11 , Białko: 2,05 , Błonnik: 6,1 , Sól: ,03

OBIAD

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), Zupa koperkowa z lanym ciastem (bezmleczna) - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Seler), Marchew z groszkiem (bezml) - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 676,98 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,01 , Cukry: 15,77 , Tłuszcz ogółem: 13,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,32 , Białko: 28,39 , Błonnik: 15,5 , Sól: ,96

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 555,01 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,75 , Cukry: 35,6 , Tłuszcz ogółem: 2,48 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,46 , Białko: 13,45 , Błonnik: 4,3 , Sól: 1,51

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 073,61	kcal
Węglowodny przyswajalne	339,75	g
Cukry (glukoza)	16,75	g
Cukry (fruktoza)	20,70	g
Cukry (sacharoza)	51,67	g
Tłuszcze (nasycone)	8,35	g
Tłuszcze (jednonasycone)	18,20	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,00	g
Białko	68,34	g
Błonnik	33,47	g
Sól	5,94	g

Dieta: 11/NP Niskopurynowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 831,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,69 , Cukry: 2,74 , Tłuszcz ogółem: 33,31 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,41 , Białko: 36,45 , Błonnik: 9,83 , Sól: 3,81

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

OBIAD

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa koperkowa z lanym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 677,78 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,83 , Cukry: 15,62 , Tłuszcz ogółem: 14,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,07 , Białko: 25,44 , Błonnik: 14,9 , Sól: ,79

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), bułka+dżem+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 709,34 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,22 , Cukry: 23,46 , Tłuszcz ogółem: 17,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,81 , Białko: 19,47 , Błonnik: 4,3 , Sól: 1,66

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 375,64	kcal
Węglowodany przyswajalne	322,99	g
Cukry (glukoza)	13,94	g
Cukry (fruktoza)	15,09	g
Cukry (sacharoza)	28,09	g
Tłuszcze (nasycone)	31,11	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,19	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,98	g
Białko	88,71	g
Błonnik	31,88	g
Sól	6,50	g

Dieta: 11/WE Wegetariańska

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, wek+ sałatka jarzynowa+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), zupa mleczna+z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 823,49 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,38 , Cukry: 9,99 , Tłuszcz ogółem: 32,34 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,88 , Białko: 22,99 , Błonnik: 8,02 , Sól: 1,92

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

OBIAD

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Jajko sadzone - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), Zupa koperkowa z lanym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 697,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,92 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 16,35 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,21 , Białko: 25,65 , Błonnik: 15,02 , Sól: ,79

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka + dżem+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 709,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,23 , Cukry: 23,46 , Tłuszcz ogółem: 17,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,81 , Białko: 19,46 , Błonnik: 4,3 , Sól: 1,66

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 393,90	kcal
Węglowodny przyswajalne	350,27	g
Cukry (glukoza)	18,18	g
Cukry (fruktoza)	22,40	g
Cukry (sacharoza)	41,98	g
Tłuszcze (nasycone)	27,99	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,51	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,16	g
Białko	70,00	g
Błonnik	34,59	g
Sól	4,53	g

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna+z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), 12 wek + pasta z makreli - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 847,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 89,73 , Cukry: 4,28 , Tłuszcz ogółem: 35,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,13 , Białko: 34,49 , Błonnik: 3,95 , Sól: 3,51

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, ziemniaki gotowane, Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), Zupa koperkowa z lanym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 692,78 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,83 , Cukry: 15,62 , Tłuszcz ogółem: 14,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,07 , Białko: 29,04 , Błonnik: 14,9 , Sól: 1

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), bułka+ dżem+ pomidor - w

tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 491,01 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,51 , Cukry: 22,5 , Tłuszcz ogółem: 16,43 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,59 , Białko: 12,99 , Błonnik: 2,86 , Sól: ,9

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 202,61	kcal
Węglowodny przyswajalne	294,02	g
Cukry (glukoza)	17,19	g
Cukry (fruktoza)	26,69	g
Cukry (sacharoza)	32,67	g
Tłuszcze (nasycone)	29,91	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,40	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,47	g
Białko	78,12	g
Błonnik	29,11	g
Sól	5,57	g

Dieta: 13 Płynna (kleikowa)

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Kleik, Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 388,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 81,99 , Cukry: ,22 , Tłuszcz ogółem: 1,25 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,26 , Białko: 8,82 , Błonnik: 4,8 , Sól: ,49

DRUGIE ŚNIADANIE

Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 216,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,74 , Cukry: ,12 , Tłuszcz ogółem: ,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,19 , Białko: 5,22 , Błonnik: 3,6 , Sól: ,41

OBIAD

Herbata bez cukru, Marchwianka z ryżem

Wartość energetyczna: 341,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71,4 , Cukry: 10,16 , Tłuszcz ogółem: ,79 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,2 , Białko: 7,61 , Błonnik: 9,12 , Sól: ,49

PODWIECZOREK

Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 216,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,74 , Cukry: ,12 , Tłuszcz ogółem: ,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,19 , Białko: 5,22 , Błonnik: 3,6 , Sól: ,41

Kolacja

Herbata bez cukru, Kleik, Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 388,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 81,99 , Cukry: ,22 , Tłuszcz ogółem: 1,25 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,26 , Białko: 8,82 , Błonnik: 4,8 , Sól: ,49

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 549,20	kcal
Węglowodny przyswajalne	322,86	g
Cukry (glukoza)	3,20	g
Cukry (fruktoza)	2,80	g
Cukry (sacharoza)	4,84	g
Tłuszcze (nasycone)	1,09	g
Tłuszcze (jednonasycone)	0,90	g
Tłuszcze (wielonasycone)	3,20	g
Białko	35,69	g
Błonnik	25,92	g
Sól	2,28	g

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 847,83 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 89,73 , Cukry: 4,28 , Tłuszcz ogółem: 35,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,13 , Białko: 34,49 , Błonnik: 3,95 , Sól: 3,51

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

OBIAD

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), Zupa koperkowa z lanym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 692,78 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,83 , Cukry: 15,62 , Tłuszcz ogółem: 14,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,07 , Białko: 29,04 , Błonnik: 14,9 , Sól: 1

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 709,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,23 , Cukry: 23,46 , Tłuszcz ogółem: 17,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,81 , Białko: 19,47 , Błonnik: 4,3 , Sól: 1,66

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 413,54	kcal
Węglowodny przyswajalne	337,54	g
Cukry (glukoza)	16,74	g
Cukry (fruktoza)	20,69	g
Cukry (sacharoza)	39,33	g
Tłuszcze (nasycone)	30,10	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,67	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,11	g
Białko	84,90	g
Błonnik	30,40	g
Sól	6,33	g

Dieta: 4 Wrzodowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 847,83 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 89,73 , Cukry: 4,28 , Tłuszcz ogółem: 35,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,13 , Białko: 34,49 , Błonnik: 3,95 , Sól: 3,51

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, ziemniaki gotowane, Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), Zupa koperkowa z lanym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 692,78 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,83 , Cukry: 15,62 , Tłuszcz ogółem: 14,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,07 , Białko: 29,04 , Błonnik: 14,9 , Sól: 1

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 709,34 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,22 , Cukry: 23,46 , Tłuszcz ogółem: 17,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,81 , Białko: 19,47 , Błonnik: 4,3 , Sól: 1,66

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 420,95	kcal
Węglowodany przyswajalne	338,73	g
Cukry (glukoza)	17,19	g
Cukry (fruktoza)	26,69	g
Cukry (sacharoza)	33,63	g
Tłuszcze (nasycone)	30,13	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,64	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,19	g
Białko	84,60	g
Błonnik	30,55	g
Sól	6,33	g

Dieta: 5 Bogatoresztkowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 831,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,69 , Cukry: 2,74 , Tłuszcz ogółem: 33,31 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,41 , Białko: 36,45 , Błonnik: 9,83 , Sól: 3,81

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

OBIAD

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), Zupa koperkowa z lanym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 692,78 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,83 , Cukry: 15,62 , Tłuszcz ogółem: 14,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,07 , Białko: 29,04 , Błonnik: 14,9 , Sól: 1

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), graham + dżem+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 577,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 81,14 , Cukry: 22,02 , Tłuszcz ogółem: 17,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,8 , Białko: 17,28 , Błonnik: 9,28 , Sól: 1,54

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 264,42	kcal
Węglowodny przyswajalne	300,41	g
Cukry (glukoza)	16,74	g
Cukry (fruktoza)	20,69	g
Cukry (sacharoza)	36,35	g
Tłuszcze (nasycone)	29,38	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,24	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,95	g
Białko	84,67	g
Błonnik	41,26	g
Sól	6,51	g

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 831,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,69 , Cukry: 2,74 , Tłuszcz ogółem: 33,31 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,41 , Białko: 36,45 , Błonnik: 9,83 , Sól: 3,81

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

OBIAD

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Jajko sadzone - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa koperkowa z lanym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 712,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,92 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 16,35 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,21 , Białko: 29,25 , Błonnik: 15,02 , Sól: 1

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham 120 + ser biały+ ogórek kons+pomid - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 601,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,39 , Cukry: 4,32 , Tłuszcz ogółem: 17,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,06 , Białko: 36,63 , Błonnik: 8,38 , Sól: 2,12

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 308,13	kcal
Węglowodny przyswajalne	286,75	g
Cukry (glukoza)	10,43	g
Cukry (fruktoza)	14,23	g

Cukry (sacharoza)	31,51 g
Tłuszcze (nasycone)	29,77 g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,64 g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,40 g
Białko	104,22 g
Błonnik	40,48 g
Sól	7,09 g

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

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 565,54 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 44,72 , Cukry: 2,19 , Tłuszcz ogółem: 28,35 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,72 , Białko: 24,03 , Błonnik: 7,77 , Sól: 3,35

DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 250,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 40,57 , Cukry: 14,73 , Tłuszcz ogółem: 5,12 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 6,27 , Błonnik: 6,94 , Sól: ,67

OBIAD

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Jajko sadzone - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), Zupa koperkowa z lanym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 712,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,92 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 16,35 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,21 , Białko: 29,25 , Błonnik: 15,02 , Sól: 1

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham + ser biały+ ogórek kons+ pomid - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 554,86 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,93 , Cukry: 4,26 , Tłuszcz ogółem: 17,43 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,99 , Białko: 34,97 , Błonnik: 7,1 , Sól: 1,9

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	2 364,92	kcal
Węglowodny przyswajalne	290,80	g
Cukry (glukoza)	11,38	g
Cukry (fruktoza)	15,33	g
Cukry (sacharoza)	31,36	g
Tłuszcze (nasycone)	32,92	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,61	g
Tłuszcze (wielonasycone)	12,01	g
Białko	100,98	g
Błonnik	45,67	g

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham 120+ pasta z makreli+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 486,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,94 , Cukry: 2,11 , Tłuszcz ogółem: 15,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,93 , Białko: 25,53 , Błonnik: 9,04 , Sól: 3,49

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

OBIAD

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), Zupa koperkowa z lanym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Marchew z groszkiem (bezml) - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 634,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,98 , Cukry: 15,77 , Tłuszcz ogółem: 13,51 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,56 , Białko: 27,37 , Błonnik: 15,15 , Sól: ,98

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Herbata bez cukru, Graham+dżem+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 410,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 72,19 , Cukry: 21,66 , Tłuszcz ogółem: 6,26 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,19 , Białko: 11,3 , Błonnik: 9,28 , Sól: 1,39

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 694,32	kcal
Węglowodany przyswajalne	247,86	g
Cukry (glukoza)	16,75	g
Cukry (fruktoza)	20,70	g
Cukry (sacharoza)	35,49	g
Tłuszcze (nasycone)	12,77	g
Tłuszcze (jednonasycone)	14,61	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,39	g
Białko	66,10	g
Błonnik	40,72	g
Sól	6,02	g

Dieta: 9 Bogatobiałkowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 847,83 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 89,73 , Cukry: 4,28 , Tłuszcz ogółem: 35,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,13 , Białko: 34,49 , Błonnik: 3,95 , Sól: 3,51

DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 157,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,25 , Cukry: 15,3 , Tłuszcz ogółem: 2,96 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,82 , Białko: 7,35 , Błonnik: 2,85 , Sól: ,24

OBIAD

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), Zupa koperkowa z lanym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 692,78 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,83 , Cukry: 15,62 , Tłuszcz ogółem: 14,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,07 , Białko: 29,04 , Błonnik: 14,9 , Sól: 1

PODWIECZOREK

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

Wartość energetyczna: 186,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 29,1 , Cukry: 21,1 , Tłuszcz ogółem: 3,06 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,85 , Białko: 7,45 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,39

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ ser twarogowy+ pomidor + sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 540,64 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,12 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 12,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,32 , Białko: 34,9 , Błonnik: 3 , Sól: 1,34

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 424,75	kcal
Węglowodny przyswajalne	312,03	g
Cukry (glukoza)	10,99	g
Cukry (fruktoza)	14,94	g
Cukry (sacharoza)	35,43	g
Tłuszcze (nasycone)	29,18	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,85	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,10	g
Białko	113,23	g
Błonnik	29,10	g
Sól	6,49	g

Dieta: 9/WEN Bogatobiałkowa wysokoenerget

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 847,83 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 89,73 , Cukry: 4,28 , Tłuszcz ogółem: 35,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,13 , Białko: 34,49 , Błonnik: 3,95 , Sól: 3,51

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki, serek homogenizowany - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Rodzynki 50 g - w tym alergeny (Siarczyn i pochodna siarczynowa)

Wartość energetyczna: 347,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 50,8 , Cukry: 14,35 , Tłuszcz ogółem: ,3 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,11 , Białko: 17,05 , Błonnik: 6,1 , Sól: ,09

OBIAD

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa koperkowa z lanym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 692,78 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,83 , Cukry: 15,62 , Tłuszcz ogółem: 14,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,07 , Białko: 29,04 , Błonnik: 14,9 , Sól: 1

PODWIECZOREK

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

Wartość energetyczna: 186,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 29,1 , Cukry: 21,1 , Tłuszcz ogółem: 3,06 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,85 , Białko: 7,45 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,39

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ ser biały + pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 615,44 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,19 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 20,04 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,79 , Białko: 34,97 , Błonnik: 3 , Sól: 1,34

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 689,05	kcal
Węglowodny przyswajalne	339,65	g
Cukry (glukoza)	10,99	g
Cukry (fruktoza)	14,94	g
Cukry (sacharoza)	34,48	g
Tłuszcze (nasycone)	32,94	g
Tłuszcze (jednonasycone)	29,16	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,19	g
Białko	123,00	g
Błonnik	32,35	g
Sól	6,34	g

.....
sporządził

/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził



Dieta: 03 Z ogr. tłuszczu (wątrobowa)

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna+z makaronem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
3 wtek + pasta z makreli+ sałata **(obróbka w	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	7,0	g
	Makrela, wędzona *(4)	70,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Marchew	30,0	g
	Sałata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Jajko sadzone **(smażenie)	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szcypiorek	5,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
Zupa koperkowa z lanym ciastem **(gotowan	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)	25,0	g
	Koper ogrodowy	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Groszek zielony	20,0	g
	Marchew	160,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

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



	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0 g
bułka+ dżem+ pomidor **(obróbka wstępna)	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0 g
Inne składniki		

Dieta: 1 Podstawowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+ pasta z makreli+sałata **(o	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	7,0	g
	Makrela, wędzona *(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
	Marchew	30,0	g
	Sałata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Jajko sadzone **(smażenie)	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Groszek zielony	20,0	g
	Marchew	160,0	g
Zupa koperkowa z lanym ciastem **(gotowan	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)	25,0	g
	Koper ogrodowy	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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



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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Bułka + dżem+ pomidor **(obróbka wstępna)	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	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 makreli+ sałata **(obróbka wst)	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Makrela, wędzona *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Marchew	30,0	g
	Sałata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Jajko gotowane	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
Zupa koperkowa z lanym ciastem **(gotowan)	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)	25,0	g
	Koper ogrodowy	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Marchew z groszkiem **(duszenie)	Olej rzepakowy	5,0
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Groszek zielony	20,0	g
	Marchew	160,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g



Inne składniki

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Bułka+dżem+pomidor **(obróbka wstępna)	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/GL Bezglutenowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Pasta z makreli i marchewki (bezglutenowa,	Makrela, wędzona *(4)	70,0	g
	Marchew	30,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	7,0	g
Chleb bezglutenowy+ masło+ roszponka **(o	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Roszponka	20,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Mandarynki **(obróbka wstępna)	Mandarynki	250,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Zupa koperkowa z ryżem (bezglut) **(gotowa	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Skrobia ziemniaczana	10,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Koper ogrodowy	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kompot z cukrem **(gotowanie)	Kompot z jabłek, z cukrem	250,0	g
Jajko gotowane	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	g



	Olej rzepakowy	10,0 g
	Groszek zielony	20,0 g
	Marchew	180,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb bezgl+ dżem+ pomidor **(obróbka wst	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	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 makreli+sałata **(obróbka wst	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Makrela, wędzona *(4)	70,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Marchew	30,0	g
	Sałata	20,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Rodzynki 50 g **(obróbka wstępna)	Rodzynki, suszone *(12)	50,0	g
Mandarynki **(obróbka wstępna)	Mandarynki	150,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Jajko gotowane	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
Zupa koperkowa z lanym ciastem (bezmlecz	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	25,0	g
	Koper ogrodowy	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Marchew z groszkiem (bezml) **(duszenie)	Olej rzepakowy	5,0
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g



	Groszek zielony	30,0 g
	Marchew	160,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
bułka+ dżem+ pomidor (bezml) **(obróbka w	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	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 makaronem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
Graham 120+ pasta z makreli+ sałata **(obrób	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	7,0	g
	Makrela, wędzona *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Marchew	30,0	g
	Sałata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Jajko gotowane	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Groszek zielony	20,0	g
	Marchew	160,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
Zupa koperkowa z lanym ciastem **(gotowan	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g



	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	25,0 g
	Koper ogrodowy	10,0 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
bułka+dżem+pomidor **(obróbka wstępna)	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/WE Wegetariańska

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+ sałatka jarzynowa+ pomidor+ rukola **(Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	20,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	15,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	20,0	g
	Ziemniaki, got. w wodzie	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Marchew	30,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Pomidor	100,0	g
zupa mleczna+z makaronem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0	g
	Makaron czterojęcyczny *(1, 3)	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

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

Jadłospis na dzień: 11-07-2025
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny
ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów
338752446
338752446
NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0 g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0 g
Jajko sadzone **(smażenie)	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g
	Olej rzepakowy	2,0 g
	Szcypiorek	5,0 g
Zupa koperkowa z lanym ciastem **(gotowan	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	25,0 g
	Koper ogrodowy	10,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0 g
	Groszek zielony	20,0 g
	Marchew	160,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Bułka + dżem+ pomidor **(obróbka wstępna)	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna+z makaronem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
12 wek + pasta z makreli **(obróbka wstępna)	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	7,0	g
	Makrela, wędzona *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Marchew	30,0	g
	Salata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0	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
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Jajko gotowane	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
Zupa koperkowa z lanym ciastem **(gotowan	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	25,0	g
	Koper ogrodowy	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Groszek zielony	20,0	g
	Marchew	160,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
bułka+ dżem+ pomidor **(obróbka wstępna)	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	70,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	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 makaronem	Makaron czterojęczny *(1, 3)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0	g
Wek+ pasta z makreli+ sałata **(obróbka wst)	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	7,0	g
	Makrela, wędzona *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Marchew	30,0	g
	Sałata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Jajko gotowane	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
Zupa koperkowa z lanym ciastem **(gotowan	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)	25,0 g
	Koper ogrodowy	10,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0 g
	Groszek zielony	20,0 g
	Marchew	160,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
bułka+ dżem+ pomidor **(obróbka wstępna)	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	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 makaronem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0	g
	Makaron czterojęcyczny *(1, 3)	30,0	g
Wek+ pasta z makreli+ sałata **(obróbka wst	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	7,0	g
	Makrela, wędzona *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Marchew	30,0	g
	Sałata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0	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



ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0 g
Jajko gotowane	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g
Zupa koperkowa z lanym ciastem **(gotowan	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)	25,0 g
	Koper ogrodowy	10,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
	Marchew z groszkiem **(duszenie)	Marchew
Groszek zielony		20,0 g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		8,0 g
Olej rzepakowy		5,0 g
Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)		10,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g	
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0 g	
bułka+dżem+pomidor **(obróbka wstępna)	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0 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 makaronem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0 g	
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0 g	
Graham 120+ pasta z makreli+ sałata **(obróbka wstępna)	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	7,0 g	
	Makrela, wędzona *(4)	70,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g	
	Marchew	30,0 g	
	Sałata	20,0 g	
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0 g	
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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



Mandarynki **(obróbka wstępna)	Mandarynki	150,0 g
Inne składniki		

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Jajko gotowane	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
Zupa koperkowa z lanym ciastem **(gotowan	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)	25,0	g
	Koper ogrodowy	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Groszek zielony	20,0	g
	Marchew	160,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
graham + dżem+ pomidor **(obróbka wstępna)	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna+z makaronem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
Graham 120+ pasta z makreli+ sałata **(obró	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	7,0	g
	Makrela, wędzona *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Marchew	30,0	g



	Salata	20,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0 g
Inne składniki		

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Jajko sadzone **(smażenie)	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Groszek zielony	20,0	g
	Marchew	160,0	g
Zupa koperkowa z lanym ciastem **(gotowan	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)	25,0	g
	Koper ogrodowy	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie)	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Graham 120 + ser biały+ ogórek kons+pomid	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
Inne składniki			

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

ŚNIADANIE

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



Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g
Graham+ pasta z makreli+ sałata **(obróbka	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	7,0 g
	Makrela, wędzona *(4)	70,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0 g
	Marchew	30,0 g
	Sałata	20,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0 g
Inne składniki		

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g	
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0 g	
Jajko sadzone **(smażenie)	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g	
	Olej rzepakowy	2,0 g	
	Szcypiorek	5,0 g	
Zupa koperkowa z lanym ciastem **(gotowan	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g	
	Jaja kurze całe *(3)	30,0 g	
	Kości, wywar	300,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	25,0 g	
	Koper ogrodowy	10,0 g	
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Olej rzepakowy	5,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0 g	
	Groszek zielony	20,0 g	
	Marchew	160,0 g	
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0 g	
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g	
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0 g	
Graham + ser biały+ ogórek kons+ pomid **	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0 g	



	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0 g
	Pomidor	50,0 g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0 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 120+ pasta z makreli+ sałata **(obrób	Makrela, wędzona *(4)	70,0 g	
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0 g	
	Sałata	20,0 g	
	Marchew	30,0 g	
	Masło ekstra *(7)	5,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g	
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g	
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0 g	
Jajko gotowane	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g	
Zupa koperkowa z lanym ciastem **(gotowan	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)	10,0 g	
	Koper ogrodowy	10,0 g	
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	15,0 g	
	Marchew z groszkiem (bezml) **(duszenie)	Olej rzepakowy	5,0 g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		8,0 g	
Groszek zielony		30,0 g	
Marchew		160,0 g	
Inne składniki			

PODWIECZOREK



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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham+dżem+pomidor **(obróbka wstępna)	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	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 makaronem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
Wek+ pasta z makreli+ sałata **(obróbka wst)	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	7,0	g
	Makrela, wędzona *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Marchew	30,0	g
	Sałata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Jajko gotowane	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
Zupa koperkowa z lanym ciastem **(gotowan	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)	25,0	g
	Koper ogrodowy	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Marchew z groszkiem **(duszenie)	Olej rzepakowy	5,0
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g



	Groszek zielony	20,0 g
	Marchew	160,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
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+ ser twarogowy+ pomidor+ sałata **(ob	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: 9/WEN Bogatobiałkowa wysokoenerget

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna+z makaronem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
Wek+ pasta z makreli+ sałata **(obróbka wst	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	7,0	g
	Makrela, wędzona *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Marchew	30,0	g
	Sałata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Mandarynki **(obróbka wstępna)	Mandarynki	150,0	g
serek homogenizowany	Serek Homogenizowany Naturalny *(7)	150,0	g
Rodzynki 50 g **(obróbka wstępna)	Rodzynki, suszone *(12)	50,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Jajko gotowane	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Groszek zielony	20,0	g



	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0 g
	Marchew	160,0 g
Zupa koperkowa z lanym ciastem **(gotowan	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)	25,0 g
	Koper ogrodowy	10,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
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+ ser biały + pomidor **(obróbka wstępna)	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

** Sposób obróbki potrawy

* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

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

Jadłospis na dzień: 11-07-2025
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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