

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

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), 3 wek+ kielbasa zielonogórska+ pomidor+sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 616,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,75 , Cukry: 6,16 , Tłuszcz ogółem: 16,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,85 , Białko: 27,4 , Błonnik: 5,53 , Sól: 2,39

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 673,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,86 , Cukry: 26,78 , Tłuszcz ogółem: 8,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,37 , Białko: 22,35 , Błonnik: 10,3 , Sól: ,39

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 100,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 9,4 , Cukry: 0 , Tłuszcz ogółem: 3,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,38 , Białko: 6,8 , Błonnik: 0 , Sól: ,19

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 503,19 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,08 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 8,29 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,58 , Białko: 34,86 , Błonnik: 3 , Sól: 1,34

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 038,82 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 324,78 | g |
| Cukry (glukoza) | 14,66 | g |
| Cukry (fruktoza) | 22,81 | g |
| Cukry (sacharoza) | 29,34 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 21,36 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 11,02 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 5,30 | g |
| Białko | 92,91 | g |
| Błonnik | 21,38 | g |
| Sól | 4,31 | g |

Dieta: 1 Podstawowa**ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+salceson+ogórek+musztarda+sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 502,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 76,81 , Cukry: 4,37 , Tłuszcz ogółem: 14,31 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,68 , Białko: 11,66 , Błonnik: 8,09 , Sól: 2,19

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Łazanki z kielbaską - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 742,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,46 , Cukry: 16,13 , Tłuszcz ogółem: 14,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,21 , Białko: 34,54 , Błonnik: 12,31 , Sól: 1,53

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 100,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 9,4 , Cukry: 0 , Tłuszcz ogółem: 3,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,38 , Białko: 6,8 , Błonnik: 0 , Sól: ,19

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb mieszany+ twarożek z ziołami+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 687,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,65 , Cukry: 4,6 , Tłuszcz ogółem: 18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,13 , Białko: 37,43 , Błonnik: 8,82 , Sól: 1,87

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 227,09 | kcal |
| Węglowodany przyswajalne | 325,92 | g |
| Cukry (glukoza) | 15,83 | g |
| Cukry (fruktoza) | 15,91 | g |
| Cukry (sacharoza) | 31,76 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 26,64 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 17,10 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 7,08 | g |
| Białko | 92,43 | g |
| Błonnik | 32,61 | g |
| Sól | 5,78 | g |

Dieta: 10 Niskobiałkowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+kielbasa zielonogorska+pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 555,95 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,67 , Cukry: 4,9 , Tłuszcz ogółem: 28,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,43 , Białko: 22,56 , Błonnik: 3,28 , Sól: 1,94

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 673,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,86 , Cukry: 26,78 , Tłuszcz ogółem: 8,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,37 , Białko: 22,35 , Błonnik: 10,3 , Sól: ,39

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 676,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,43 , Cukry: 6,06 , Tłuszcz ogółem: 19,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,51 , Białko: 15,31 , Błonnik: 3 , Sól: 1,25

| Dobowa suma wartości odżywczych | Ilość | jm. |
|---------------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 147,89 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 334,46 | g |
| Cukry (glukoza) | 17,46 | g |
| Cukry (fruktoza) | 28,41 | g |
| Cukry (sacharoza) | 40,28 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 35,55 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 16,25 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 5,44 | g |
| Białko | 62,73 | g |
| Błonnik | 23,53 | g |
| Sól | 3,74 | g |

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

Chleb bezgl+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 496,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 51,71 , Cukry: 16,76 , Tłuszcz ogółem: 19,64 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,36 , Białko: 23,31 , Błonnik: 3,73 , Sól: 1,41

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z makaronem bezgl - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 612,85 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 127,56 , Cukry: 31,75 , Tłuszcz ogółem: 1,79 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,81 , Białko: 14,39 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,32

PODWIECZOREK

Jogurt naturalny 150g - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Orzechy 40 g

Wartość energetyczna: 356,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,9 , Cukry: 2,38 , Tłuszcz ogółem: 25,67 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,41 , Białko: 12,85 , Błonnik: 2,6 , Sól: ,24

Kolacja

Herbata bez cukru, Chleb bezgl+ pasta z sera biały z ziołami+pomidor - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 344,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 6,54 , Cukry: 2,8 , Tłuszcz ogółem: 25,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,95 , Białko: 18,99 , Błonnik: 1,2 , Sól: ,19

| Dobowa suma wartości odżywczych | Ilość | jm. |
|---------------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 004,15 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 243,31 | g |
| Cukry (glukoza) | 15,86 | g |

| | | |
|--------------------------|-------|---|
| Cukry (fruktoza) | 21,96 | g |
| Cukry (sacharoza) | 54,28 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 34,77 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 18,98 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 19,19 | g |
| Białko | 71,53 | g |
| Błonnik | 19,88 | g |
| Sól | 2,17 | g |

Dieta: 11/ML Bezmleczna

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ kiełbasa zielonogórska+ pomidor+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 360,21 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 59,32 , Cukry: 4,9 , Tłuszcz ogółem: 10,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,17 , Białko: 15,55 , Błonnik: 3,28 , Sól: 2,05

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z tartym ciastem (bezmleczna) - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 617,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 116,38 , Cukry: 26,72 , Tłuszcz ogółem: 3,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,05 , Białko: 21,33 , Błonnik: 10,3 , Sól: ,35

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, wek+ miód+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 472,49 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,45 , Cukry: 5,7 , Tłuszcz ogółem: 4,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,16 , Białko: 9,3 , Błonnik: 3 , Sól: 1,1

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 1 740,52 | kcal |
| Węglowodany przyswajalne | 336,55 | g |
| Cukry (glukoza) | 19,66 | g |
| Cukry (fruktoza) | 30,26 | g |
| Cukry (sacharoza) | 45,41 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 9,68 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 4,98 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 4,62 | g |
| Białko | 49,18 | g |
| Błonnik | 24,38 | g |
| Sól | 3,66 | g |

Dieta: 11/NP Niskopurynowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 712,01 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,81 , Cukry: 4,62 , Tłuszcz ogółem: 26,36 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,35 , Białko: 29,46 , Błonnik: 11,41 , Sól: 2,69

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 658,54 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,86 , Cukry: 26,78 , Tłuszcz ogółem: 8,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,37 , Białko: 18,75 , Błonnik: 10,3 , Sól: ,18

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 100,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 9,4 , Cukry: 0 , Tłuszcz ogółem: 3,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,38 , Białko: 6,8 , Błonnik: 0 , Sól: ,19

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), graham + twarożek z ziołami+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 598,59 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,15 , Cukry: 3,52 , Tłuszcz ogółem: 17,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,08 , Białko: 36,92 , Błonnik: 8,88 , Sól: 1,64

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 214,63 | kcal |
| Węglowodany przyswajalne | 316,92 | g |
| Cukry (glukoza) | 14,66 | g |
| Cukry (fruktoza) | 22,81 | g |
| Cukry (sacharoza) | 26,26 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 36,35 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 14,92 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 5,52 | g |
| Białko | 93,44 | g |
| Błonnik | 33,14 | g |
| Sól | 4,70 | g |

Dieta: 11/WE Wegetariańska

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Wę+ miód+pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 845,26 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 133,7 , Cukry: 7,16 , Tłuszcz ogółem: 22,54 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,06 , Białko: 21,66 , Błonnik: 5,53 , Sól: 1,45

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 640,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 116,42 , Cukry: 26,72 , Tłuszcz ogółem: 7,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,79 , Białko: 17,76 , Błonnik: 10,3 , Sól: ,15

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 100,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 9,4 , Cukry: 0 , Tłuszcz ogółem: 3,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,38 , Białko: 6,8 , Błonnik: 0 , Sól: ,19

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 615,38 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 | 2 394,88 | kcal |
| Węglowodany przyswajalne | 373,30 | g |
| Cukry (glukoza) | 16,86 | g |
| Cukry (fruktoza) | 24,66 | g |
| Cukry (sacharoza) | 35,83 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 31,26 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 17,45 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 5,65 | g |
| Białko | 83,18 | g |
| Błonnik | 22,23 | g |
| Sól | 3,13 | g |

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Wek+ kielbasa zielonogorska+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 670,88 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71,81 , Cukry: 5,2 , Tłuszcz ogółem: 32,66 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 22,54 , Białko: 29,45 , Błonnik: 4,53 , Sól: 1,9

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan- mus

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

OBIAD

Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 673,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,86 , Cukry: 26,78 , Tłuszcz ogółem: 8,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,37 , Białko: 22,35 , Błonnik: 10,3 , Sól: ,39

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 100,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 9,4 , Cukry: 0 , Tłuszcz ogółem: 3,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,38 , Białko: 6,8 , Błonnik: 0 , Sól: ,19

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), wek + twarożek z ziołami+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 755,22 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,12 , Cukry: 5,56 , Tłuszcz ogółem: 24,65 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,03 , Białko: 43,74 , Błonnik: 4,53 , Sól: 1,28

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 345,12 | kcal |

| | |
|--------------------------|----------|
| Węglowodny przyswajalne | 315,88 g |
| Cukry (glukoza) | 14,58 g |
| Cukry (fruktoza) | 22,71 g |
| Cukry (sacharoza) | 29,06 g |
| Tłuszcze (nasycone) | 44,50 g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 20,08 g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 5,31 g |
| Białko | 103,84 g |
| Błonnik | 21,91 g |
| Sól | 3,77 g |

Dieta: 13 Płynna (kleikowa)

ŚNIADANIE

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

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

DRUGIE ŚNIADANIE

Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

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

OBIAD

Herbata bez cukru, Marchwianka z ryżem

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

PODWIECZOREK

Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

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

Kolacja

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

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

Dobowa suma wartości odżywczych

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

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Wek+ kielbasa zielonogorska+pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego,

Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 813,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,52 , Cukry: 6,16 , Tłuszcz ogółem: 34,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 23,11 , Białko: 34,53 , Błonnik: 5,53 , Sól: 2,29

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 673,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,86 , Cukry: 26,78 , Tłuszcz ogółem: 8,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,37 , Białko: 22,35 , Błonnik: 10,3 , Sól: ,39

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 100,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 9,4 , Cukry: 0 , Tłuszcz ogółem: 3,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,38 , Białko: 6,8 , Błonnik: 0 , Sól: ,19

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 615,38 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 | 2 347,76 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 323,66 | g |
| Cukry (glukoza) | 14,66 | g |
| Cukry (fruktoza) | 22,81 | g |
| Cukry (sacharoza) | 29,34 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 41,83 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 19,74 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 5,96 | g |
| Białko | 100,15 | g |
| Błonnik | 21,38 | g |
| Sól | 4,21 | g |

Dieta: 4 Wrzodowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 813,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,52 , Cukry: 6,16 , Tłuszcz ogółem: 34,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 23,11 , Białko: 34,53 , Błonnik: 5,53 , Sól: 2,29

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 673,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,86 , Cukry: 26,78 , Tłuszcz ogółem: 8,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,37 , Białko: 22,35 , Błonnik: 10,3 , Sól: ,39

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 100,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 9,4 , Cukry: 0 , Tłuszcz ogółem: 3,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,38 , Białko: 6,8 , Błonnik: 0 , Sól: ,19

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 615,38 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 | 2 347,76 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 323,66 | g |
| Cukry (glukoza) | 14,66 | g |
| Cukry (fruktoza) | 22,81 | g |
| Cukry (sacharoza) | 29,34 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 41,83 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 19,74 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 5,96 | g |
| Białko | 100,15 | g |
| Błonnik | 21,38 | g |
| Sól | 4,21 | g |

Dieta: 5 Bogatoresztkowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Graham 120 + kielbasa zielonog+ ogórek kons+sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 705,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,62 , Cukry: 4,02 , Tłuszcz ogółem: 26,18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,3 , Białko: 28,72 , Błonnik: 10,31 , Sól: 3,15

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 673,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,86 , Cukry: 26,78 , Tłuszcz ogółem: 8,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,37 , Białko: 22,35 , Błonnik: 10,3 , Sól: ,39

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 100,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 9,4 , Cukry: 0 , Tłuszcz ogółem: 3,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,38 , Białko: 6,8 , Błonnik: 0 , Sól: ,19

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), graham+ twarożek z ziołami+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 598,59 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,15 , Cukry: 3,52 , Tłuszcz ogółem: 17,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,08 , Białko: 36,92 , Błonnik: 8,88 , Sól: 1,64

Dobowa suma wartości odżywczych

Ilość jm.

| | | |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 222,62 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 316,72 | g |
| Cukry (glukoza) | 13,46 | g |
| Cukry (fruktoza) | 21,31 | g |
| Cukry (sacharoza) | 28,36 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 36,30 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 14,90 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 5,41 | g |
| Białko | 96,29 | g |
| Błonnik | 32,04 | g |
| Sól | 5,38 | g |

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Graham 120 + kiełbasa zielonog+ ogórek kons+sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 705,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,62 , Cukry: 4,02 , Tłuszcz ogółem: 26,18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,3 , Białko: 28,72 , Błonnik: 10,31 , Sól: 3,15

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 673,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,86 , Cukry: 26,78 , Tłuszcz ogółem: 8,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,37 , Białko: 22,35 , Błonnik: 10,3 , Sól: ,39

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 100,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 9,4 , Cukry: 0 , Tłuszcz ogółem: 3,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,38 , Białko: 6,8 , Błonnik: 0 , Sól: ,19

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham + twarożek z ziołami+ Pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 598,59 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,15 , Cukry: 3,52 , Tłuszcz ogółem: 17,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,08 , Białko: 36,92 , Błonnik: 8,88 , Sól: 1,64

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 152,12 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 299,17 | g |
| Cukry (glukoza) | 9,86 | g |
| Cukry (fruktoza) | 23,86 | g |
| Cukry (sacharoza) | 15,16 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 36,18 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 14,87 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 5,45 | g |
| Białko | 95,39 | g |
| Błonnik | 32,49 | g |
| Sól | 5,38 | g |

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

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 368,64 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 46,12 , Cukry: 2,53 , Tłuszcz ogółem: 13,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,59 , Białko: 9,92 , Błonnik: 7,27 , Sól: 1,28

DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 258,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,77 , Cukry: 15,48 , Tłuszcz ogółem: 5,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,01 , Białko: 5,97 , Błonnik: 7,09 , Sól: ,67

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 673,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,86 , Cukry: 26,78 , Tłuszcz ogółem: 8,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,37 , Białko: 22,35 , Błonnik: 10,3 , Sól: ,39

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 100,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 9,4 , Cukry: 0 , Tłuszcz ogółem: 3,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,38 , Białko: 6,8 , Błonnik: 0 , Sól: ,19

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), graham + twarożek z ziołami+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 552,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,69 , Cukry: 3,46 , Tłuszcz ogółem: 17,51 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,01 , Białko: 35,26 , Błonnik: 7,6 , Sól: 1,42

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 | 2 138,08 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 299,70 | g |
| Cukry (glukoza) | 11,51 | g |
| Cukry (fruktoza) | 25,66 | g |
| Cukry (sacharoza) | 12,66 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 32,31 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 15,52 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 6,05 | g |
| Białko | 85,76 | g |
| Błonnik | 36,69 | g |
| Sól | 4,62 | g |

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 444,17 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 53,36 , Cukry: 3,16 , Tłuszcz ogółem: 15,48 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,6 , Białko: 24,91 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,22

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

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

OBIAD

Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 673,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,86 , Cukry: 26,78 , Tłuszcz ogółem: 8,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,37 , Białko: 22,35 , Błonnik: 10,3 , Sól: ,39

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 100,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 9,4 , Cukry: 0 , Tłuszcz ogółem: 3,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,38 , Białko: 6,8 , Błonnik: 0 , Sól: ,19

Kolacja

Herbata bez cukru, graham+ twarożek z ziołami+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 431,59 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,2 , Cukry: 3,16 , Tłuszcz ogółem: 6,64 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,46 , Białko: 30,95 , Błonnik: 8,88 , Sól: 1,5

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 1 724,29 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 252,96 | g |
| Cukry (glukoza) | 10,98 | g |
| Cukry (fruktoza) | 25,26 | g |
| Cukry (sacharoza) | 11,42 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 21,87 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 7,78 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 4,94 | g |
| Białko | 85,61 | g |
| Błonnik | 31,06 | g |
| Sól | 4,30 | g |

Dieta: 9 Bogatobiałkowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Wek+ kielbasa zielonogorska+pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 813,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,52 , Cukry: 6,16 , Tłuszcz ogółem: 34,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 23,11 , Białko: 34,53 , Błonnik: 5,53 , Sól: 2,29

DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 348,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 30,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,13

OBIAD

Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 673,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,86 , Cukry: 26,78 , Tłuszcz ogółem: 8,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,37 , Białko: 22,35 , Błonnik: 10,3 , Sól: ,39

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 100,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 9,4 , Cukry: 0 , Tłuszcz ogółem: 3,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,38 , Białko: 6,8 , Błonnik: 0 , Sól: ,19

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 615,38 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 | 2 550,26 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 315,11 | g |
| Cukry (glukoza) | 11,06 | g |
| Cukry (fruktoza) | 25,36 | g |
| Cukry (sacharoza) | 16,14 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 41,71 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 19,71 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 6,00 | g |
| Białko | 129,25 | g |
| Błonnik | 21,83 | g |
| Sól | 4,33 | g |

Dieta: 9/WEN Bogatobiałkowa wysokoenerget

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Wek+ kielbasa zielonogorska+pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 813,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,52 , Cukry: 6,16 , Tłuszcz ogółem: 34,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 23,11 , Białko: 34,53 , Błonnik: 5,53 , Sól: 2,29

DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 348,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 30,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,13

OBIAD

Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 673,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,86 , Cukry: 26,78 , Tłuszcz ogółem: 8,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,37 , Białko: 22,35 , Błonnik: 10,3 , Sól: ,39

PODWIECZOREK

Orzechy 40 g, Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 366,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 14 , Cukry: ,88 , Tłuszcz ogółem: 26,61 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5 , Białko: 13,2 , Błonnik: 2,6 , Sól: ,19

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 615,38 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 | 2 816,66 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 319,71 | g |
| Cukry (glukoza) | 11,06 | g |

| | |
|--------------------------|----------|
| Cukry (fruktoza) | 25,36 g |
| Cukry (sacharoza) | 17,02 g |
| Tłuszcze (nasycone) | 44,34 g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 23,47 g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 22,47 g |
| Białko | 135,65 g |
| Błonnik | 24,43 g |
| Sól | 4,34 g |

.....
sporządził
/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził



Dieta: 03 Z ogr. tłuszczu (wątrobowa)

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| zupa mleczna z kaszą kukurydzianą | Mąka kukurydziana | 30,0 | g |
| | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 | g |
| 3 wek+ kielbasa zielonogórska+ pomidor+sał | Kielbasa Zielonogórska *(1, 6) | 50,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Sałata | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|----------------------------------|---|-------|----|
| Zupa szparagowa z tartym ciastem | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 300,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Fasola szparagowa | 40,0 | g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 | g |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| Kompot bez cukru | Jabłko | 50,0 | g |
| Makaron z jabłkami **(duszenie) | Jabłko | 200,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 5,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 80,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---------------------------|--------------------|-------|----|
| Kefir **(obróbka wstępna) | Kefir, 2% tł. *(7) | 200,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa bez cukru | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |
| | Kawa, napar bez cukru *(1) | 20,0 | g |
| wek + twarożek z ziołami+ pomidor **(obróbka) | Ser twarogowy chudy *(7) | 100,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| Inne składniki | | | |



Dieta: 1 Podstawowa

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru **(gotowanie) | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Chleb mieszany+salceson+ogórek+musztarda | Ogórki, konserwowe *(10) | 50,0 | g |
| | Musztarda *(10) | 5,0 | g |
| | Roszonka | 20,0 | g |
| | Salceson Śląski | 60,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb zwykły *(1, 7) | 90,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 60,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|----------------------------------|---|-------|----|
| Kompot bez cukru | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa szparagowa z tartym ciastem | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 300,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Fasola szparagowa | 40,0 | g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 | g |
| | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| Łazanki z kielbaską **(smażenie) | Kapusta kwaszona | 40,0 | g |
| | Kielbasa toruńska *(6, 7) | 40,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Olej rzepakowy | 5,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 80,0 | g |
| | Cebula | 10,0 | g |
| Kapusta biała | 200,0 | g | |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---------------------------|--------------------|-------|----|
| Kefir **(obróbka wstępna) | Kefir, 2% tł. *(7) | 200,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa bez cukru | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |
| | Kawa, napar bez cukru *(1) | 20,0 | g |
| Chleb mieszany+ twarożek z ziołami+ pomid | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |



| | | |
|----------------|--------------------------|---------|
| | Chleb zwykły *(1, 7) | 90,0 g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 60,0 g |
| | Pomidor | 100,0 g |
| | Ser twarogowy chudy *(7) | 100,0 g |
| Inne składniki | | |

Dieta: 10 Niskobiałkowa

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Wek+kiełbasa zielonogorska+pomidor+ sałat | Kiełbasa Zielonogórska *(1, 6) | 50,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Sałata | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|----------------------------------|---|-------|----|
| Zupa szparagowa z tartym ciastem | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 300,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Fasola szparagowa | 40,0 | g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 | g |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| Kompot bez cukru | Jabłko | 50,0 | g |
| Makaron z jabłkami **(duszenie) | Masło ekstra *(7) | 5,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 80,0 | g |
| | Jabłko | 200,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

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

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|------------------------|------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa bez cukru | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |
| | Kawa, napar bez cukru *(1) | 20,0 | g |
| wek+ miód+pomidor | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |



| | | |
|----------------|---------------|---------|
| | Pomidor | 100,0 g |
| | Miód pszczeli | 50,0 g |
| Inne składniki | | |

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------------|-------|----|
| Chleb bezgl+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ s | Chleb Bezglutenowy *(3, 6) | 100,0 | g |
| | Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6) | 50,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Salata | 20,0 | g |
| zupa mleczna z kaszą kukurydzianą | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 | g |
| | Mąka kukurydziana | 30,0 | g |
| Herbata z cukrem **(gotowanie) | Herbata czarna, napar z cukrem | 250,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-----------------------------------|---|-------|----|
| Kompot bez cukru | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa szparagowa z makaronem bezgl | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Skrobia ziemniaczana | 10,0 | g |
| | Kości, wywar | 300,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Makaron ryżowy | 30,0 | g |
| | Fasola szparagowa | 40,0 | g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 | g |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| Ryż z jabłkami **(gotowanie) | Ryż biały | 80,0 | g |
| | Jabłko | 150,0 | g |
| | Cukier | 10,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|-------------------------------|-------|----|
| Jogurt naturalny 150g **(obróbka wstępna) | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7) | 150,0 | g |
| Orzechy 40 g **(obróbka wstępna) | Orzechy włoskie | 40,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Chleb bezgl+ pasta z sera biały z ziołami+pomi | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Chleb Bezglutenowy *(3, 6) | 100,0 | g |



| | | |
|----------------|----------------------|---------|
| | Masło ekstra *(7) | 20,0 g |
| | Pomidor | 100,0 g |
| | Ser twarogowy tłusty | 100,0 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+ kiełbasa zielonogórska+ pomidor+ ros | Roszonka | 20,0 | g |
| | Kiełbasa Zielonogórska *(1, 6) | 50,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa szparagowa z tartym ciastem (bezmlecz) | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 300,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 | g |
| | Makaron czterojęczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Fasola szparagowa | 40,0 | g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 | g |
| Makaron z jabłkami **(duszenie) | Makaron czterojęczny *(1, 3) | 80,0 | g |
| | Jabłko | 200,0 | 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 |
| wek+ miód+ pomidor **(obróbka wstępna) | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Miód pszczeli | 50,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Dieta: 11/NP Niskopurynowa

ŚNIADANIE

Jadłospis na dzień: 12-07-2025
szczegółowy**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| zupa mleczna z kaszą kukurydzianą | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 | g |
| | Mąka kukurydziana | 30,0 | g |
| Graham 120 + kielbasa zielonog+ pomidor+s | Kielbasa Zielonogórska *(1, 6) | 50,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Sałata | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|----------------------------------|---|-------|----|
| Zupa szparagowa z tartym ciastem | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Fasola szparagowa | 40,0 | g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 | g |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| Kompot bez cukru | Jabłko | 50,0 | g |
| Makaron z jabłkami **(duszenie) | Jabłko | 200,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 5,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 80,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---------------------------|--------------------|-------|----|
| Kefir **(obróbka wstępna) | Kefir, 2% tł. *(7) | 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 + twarożek z ziołami+ pomidor **(obr | Ser twarogowy chudy *(7) | 100,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Dieta: 11/WE Wegetariańska**ŚNIADANIE**

Jadłospis na dzień: 12-07-2025
szczegółowy**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru **(gotowanie) | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 | g |
| | Mąka kukurydziana | 30,0 | g |
| Wek+miód+pomidor+ sałata **(obróbka wstę | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Sałata | 20,0 | g |
| | Miód pszczeli | 50,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa szparagowa z tartym ciastem **(gotow | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Fasola szparagowa | 40,0 | g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 | g |
| Makaron z jabłkami **(duszenie) | Jabłko | 200,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 5,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 80,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---------------------------|--------------------|-------|----|
| Kefir **(obróbka wstępna) | Kefir, 2% tł. *(7) | 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 |
| wek + twarożek z ziołami+ pomidor **(obrób | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Ser twarogowy chudy *(7) | 100,0 | g |
| Inne składniki | | | |

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

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



| | | |
|---|---------------------------------|---------|
| Herbata bez cukru | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 g |
| zupa mleczna z kaszą kukurydzianą | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 g |
| | Mąka kukurydziana | 30,0 g |
| Wek+kiełbasa zielonogorska+pomidor **(obr | Kiełbasa Zielonogórska *(1, 6) | 50,0 g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 60,0 g |
| | Pomidor | 100,0 g |
| Inne składniki | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|----------------------------------|---|---------|----|
| Zupa szparagowa z tartym ciastem | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 g | |
| | Kości, wywar | 300,0 g | |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 g | |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 g | |
| | Makaron czterojęczny *(1, 3) | 30,0 g | |
| | Fasola szparagowa | 40,0 g | |
| | Pietruszka, liście | 5,0 g | |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 g | |
| Kompot bez cukru | Jabłko | 50,0 g | |
| Makaron z jabłkami **(duszenie) | Masło ekstra *(7) | 5,0 g | |
| | Makaron czterojęczny *(1, 3) | 80,0 g | |
| | Jabłko | 200,0 g | |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---------------------------|--------------------|---------|----|
| Kefir **(obróbka wstępna) | Kefir, 2% tł. *(7) | 200,0 g | |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|------------------------------|---------|----|
| Kawa zbożowa bez cukru | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 g | |
| | Kawa, napar bez cukru *(1) | 20,0 g | |
| zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 g | |
| | Mąka kukurydziana | 30,0 g | |
| wek + twaróg z ziołami+ pomidor **(obrób | Mieszanka Ziół | 2,0 g | |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 g | |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 60,0 g | |
| | Pomidor | 100,0 g | |
| | Ser twarogowy chudy *(7) | 100,0 g | |
| Inne składniki | | | |

Dieta: 13 Płynna (kleikowa)



ŚNIADANIE

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

DRUGIE ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|----------------|--------------------|-------|----|
| Sucharki | Chleb chrupki *(1) | 60,0 | g |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---------------------|---------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Marchwianka z ryżem | Ryż biały | 80,0 | g |
| | Marchew | 200,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|----------------|--------------------|-------|----|
| Sucharki | Chleb chrupki *(1) | 60,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

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

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| zupa mleczna z kaszą kukurydzianą | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 | g |
| | Mąka kukurydziana | 30,0 | g |
| Wek+kielbasa zielonogorska+pomidor+ sałat | Kielbasa Zielonogórska *(1, 6) | 50,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Sałata | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD



| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|----------------------------------|---|-------|----|
| Zupa szparagowa z tartym ciastem | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 300,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Fasola szparagowa | 40,0 | g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 | g |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| Kompot bez cukru | Jabłko | 50,0 | g |
| Makaron z jabłkami **(duszenie) | Jabłko | 200,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 5,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 80,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---------------------------|--------------------|-------|----|
| Kefir **(obróbka wstępna) | Kefir, 2% tł. *(7) | 200,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa bez cukru | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |
| | Kawa, napar bez cukru *(1) | 20,0 | g |
| wek + twarożek z ziołami+ pomidor **(obróbka) | Ser twarogowy chudy *(7) | 100,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | 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+ kielbasa zielonogórska+ pomidor+ sał | Kielbasa Zielonogórska *(1, 6) | 50,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Salata | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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



OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|----------------------------------|---|-------|----|
| Zupa szparagowa z tartym ciastem | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 300,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Fasola szparagowa | 40,0 | g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 | g |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| Kompot bez cukru | Jabłko | 50,0 | g |
| Makaron z jabłkami **(duszenie) | Masło ekstra *(7) | 5,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 80,0 | g |
| | Jabłko | 200,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---------------------------|--------------------|-------|----|
| Kefir **(obróbka wstępna) | Kefir, 2% tł. *(7) | 200,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa bez cukru | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |
| | Kawa, napar bez cukru *(1) | 20,0 | g |
| wek + twarożek z ziołami+ pomidor **(obróbka) | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Ser twarogowy chudy *(7) | 100,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Dieta: 5 Bogatoresztkowa

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| zupa mleczna z kaszą kukurydzianą | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 | g |
| | Mąka kukurydziana | 30,0 | g |
| Graham 120 + kielbasa zielonog+ ogórek ko | Ogórki, konserwowe *(10) | 50,0 | g |
| | Kielbasa Zielonogórska *(1, 6) | 50,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 | g |
| | Salata | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---------------------------|----------|-------|----|
| Banan **(obróbka wstępna) | Banan | 150,0 | g |



Inne składniki

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|----------------------------------|---|-------|----|
| Zupa szparagowa z tartym ciastem | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 300,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Fasola szparagowa | 40,0 | g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 | g |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| Kompot bez cukru | Jabłko | 50,0 | g |
| Makaron z jabłkami **(duszenie) | Jabłko | 200,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 5,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 80,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---------------------------|--------------------|-------|----|
| Kefir **(obróbka wstępna) | Kefir, 2% tł. *(7) | 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+ twarożek z ziołami+ pomidor **(obr) | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Ser twarogowy chudy *(7) | 100,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 | g |
| | Mąka kukurydziana | 30,0 | g |
| Graham 120 + kielbasa zielonog+ ogórek ko | Salata | 20,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Kielbasa Zielonogórska *(1, 6) | 50,0 | g |
| | Ogórki, konserwowe *(10) | 50,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

Jadłospis na dzień: 12-07-2025
szczegółowy**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

| | | |
|------------------------------------|--------|---------|
| Jabłko ** (obróbka wstępna) | Jabłko | 150,0 g |
| Inne składniki | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|--|-------|----|
| Kompot bez cukru | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa szparagowa z tartym ciastem | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 300,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 | g |
| | Makaron czterojęczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Fasola szparagowa | 40,0 | g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 | g |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| Makaron z jabłkami ** (duszenie) | Jabłko | 200,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 5,0 | g |
| | Makaron czterojęczny *(1, 3) | 80,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-----------------------------------|---------------------------|-------|----|
| Kefir ** (obróbka wstępna) | Kefir, 2% tł. *(7) | 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 + twarożek z ziołami+ Pomidor ** (ob | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | 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 + salceson+ ogórek+ musztarda+sa | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 100,0 | g |
| | Ogórek | 100,0 | g |
| | Salata | 20,0 | g |
| | Musztarda *(10) | 5,0 | g |
| | Salceson Śląski | 60,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

**Jadłospis na dzień: 12-07-2025
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

| | | |
|---|--------------------------|---------|
| Jabłko **(obróbka wstępna) | Jabłko | 150,0 g |
| graham 60 g+ masło+ ogórek 50 g **(obróbka) | Masło ekstra *(7) | 5,0 g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 60,0 g |
| | Ogórek | 50,0 g |
| Inne składniki | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|----------------------------------|---|---------|----|
| Kompot bez cukru | Jabłko | 50,0 g | |
| Zupa szparagowa z tartym ciastem | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 g | |
| | Kości, wywar | 300,0 g | |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 g | |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 g | |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 g | |
| | Fasola szparagowa | 40,0 g | |
| | Pietruszka, liście | 5,0 g | |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 g | |
| Makaron z jabłkami **(duszenie) | Jabłko | 200,0 g | |
| | Masło ekstra *(7) | 5,0 g | |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 80,0 g | |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---------------------------|--------------------|---------|----|
| Kefir **(obróbka wstępna) | Kefir, 2% tł. *(7) | 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 + twarożek z ziołami+ pomidor **(obróbka) | Mieszanka Ziół | 2,0 g | |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 g | |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 100,0 g | |
| | Pomidor | 100,0 g | |
| | Ser twarogowy chudy *(7) | 100,0 g | |
| Inne składniki | | | |

DRUGA KOLACJA

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

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna**ŚNIADANIE**

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-------------------|---------------------------------|---------|----|
| Herbata bez cukru | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 g | |



| | | |
|---|--------------------------------|---------|
| Graham+kielbasa zielonogorska+pomidor **(| Kielbasa Zielonogórska *(1, 6) | 50,0 g |
| | Masło ekstra *(7) | 5,0 g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 g |
| | Pomidor | 100,0 g |
| Inne składniki | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|----------------------------------|---|-------|----|
| Zupa szparagowa z tartym ciastem | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 300,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Fasola szparagowa | 40,0 | g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 | g |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| Kompot bez cukru | Jabłko | 50,0 | g |
| Makaron z jabłkami **(duszenie) | Jabłko | 200,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 5,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 80,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---------------------------|--------------------|-------|----|
| Kefir **(obróbka wstępna) | Kefir, 2% tł. *(7) | 200,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru **(gotowanie) | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| graham+ twarożek z ziołami+ pomidor **(obr | Ser twarogowy chudy *(7) | 100,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 5,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Dieta: 9 Bogatobiałkowa

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| zupa mleczna z kaszą kukurydzianą | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 | g |
| | Mąka kukurydziana | 30,0 | g |
| Wek+kielbasa zielonogorska+pomidor+ sałat | Kielbasa Zielonogórska *(1, 6) | 50,0 | g |



| | | |
|----------------|----------------------------|---------|
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 g |
| | Pomidor | 100,0 g |
| | Salata | 20,0 g |
| Inne składniki | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|----------------------------|-------------------------------------|---------|----|
| Jabłko **(obróbka wstępna) | Jabłko | 150,0 g | |
| serek homogenizowany | Serek Homogenizowany Naturalny *(7) | 300,0 g | |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|----------------------------------|---|---------|----|
| Zupa szparagowa z tartym ciastem | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 g | |
| | Kości, wywar | 300,0 g | |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 g | |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 g | |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 g | |
| | Fasola szparagowa | 40,0 g | |
| | Pietruszka, liście | 5,0 g | |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 g | |
| Kompot bez cukru | Jabłko | 50,0 g | |
| Makaron z jabłkami **(duszenie) | Jabłko | 200,0 g | |
| | Masło ekstra *(7) | 5,0 g | |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 80,0 g | |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---------------------------|--------------------|---------|----|
| Kefir **(obróbka wstępna) | Kefir, 2% tł. *(7) | 200,0 g | |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|------------------------------|---------|----|
| Kawa zbożowa bez cukru | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 g | |
| | Kawa, napar bez cukru *(1) | 20,0 g | |
| wek + twarożek z ziołami+ pomidor **(obróbka) | Mieszanka Ziół | 2,0 g | |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 g | |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 g | |
| | Pomidor | 100,0 g | |
| | Ser twarogowy chudy *(7) | 100,0 g | |
| Inne składniki | | | |

Dieta: 9/WEN Bogatobiałkowa wysokoenerget

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-----------------------------------|---------------------------------|---------|----|
| Herbata bez cukru | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 g | |
| zupa mleczna z kaszą kukurydzianą | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 g | |



| | | |
|--|--------------------------------|---------|
| | Mąka kukurydziana | 30,0 g |
| Wek+kiełbasa zielonogorska+pomidor+ sałata | Masło ekstra *(7) | 15,0 g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 g |
| | Pomidor | 100,0 g |
| | Sałata | 20,0 g |
| | Kiełbasa Zielonogórska *(1, 6) | 50,0 g |
| Inne składniki | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|----------------------------|-------------------------------------|---------|----|
| Jabłko **(obróbka wstępna) | Jabłko | 150,0 g | |
| serek homogenizowany | Serek Homogenizowany Naturalny *(7) | 300,0 g | |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|----------------------------------|---|---------|----|
| Zupa szparagowa z tartym ciastem | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 g | |
| | Kości, wywar | 300,0 g | |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 g | |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 g | |
| | Makaron czterojęczny *(1, 3) | 30,0 g | |
| | Fasola szparagowa | 40,0 g | |
| | Pietruszka, liście | 5,0 g | |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 g | |
| Kompot bez cukru | Jabłko | 50,0 g | |
| Makaron z jabłkami **(duszenie) | Masło ekstra *(7) | 5,0 g | |
| | Makaron czterojęczny *(1, 3) | 80,0 g | |
| | Jabłko | 200,0 g | |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|----------------------------------|--------------------|---------|----|
| Orzechy 40 g **(obróbka wstępna) | Orzechy włoskie | 40,0 g | |
| Kefir **(obróbka wstępna) | Kefir, 2% tł. *(7) | 200,0 g | |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|------------------------------|---------|----|
| Kawa zbożowa bez cukru | Kawa, napar bez cukru *(1) | 20,0 g | |
| | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 g | |
| wek + twarożek z ziołami+pomidor **(obróbka) | Ser twarogowy chudy *(7) | 100,0 g | |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 g | |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 g | |
| | Pomidor | 100,0 g | |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 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 | Kukurydza |
| P46 | Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego | P47 | Laktoza | P48 | Maliny |
| P49 | Małże | P50 | Marchew | P51 | Mątwą |
| P52 | Melon | P53 | Mięso | P54 | Mięso czerwone |
| P55 | Migdał | P56 | Nabiał | P57 | Nasiona |
| P58 | Olej rybi | P59 | Olejek migdałowy | P60 | Orzech |
| P61 | Orzech laskowy | P62 | Orzech nerkowca | P63 | Orzech włoski - orzech |
| P64 | Orzeszki piniowe | P65 | Ostryga | P66 | Ośmiornica |
| P67 | Owies | P68 | Owoc | P69 | Owoc cytrusowy |
| P70 | Owoc kiwi | P71 | Owoc mango | P72 | Papryka |
| P73 | Pistacja | P74 | Pomarańcza - owoc | P75 | Pomidor |
| P76 | Pszemica | 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