

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

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

Wartość energetyczna: 670,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,17 , Cukry: 4,1 , Tłuszcz ogółem: 13,52 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,83 , Białko: 32,42 , Błonnik: 5,88 , Sól: 2,06

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, Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 661,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,59 , Cukry: 15,65 , Tłuszcz ogółem: 11,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,8 , Białko: 25,28 , Błonnik: 15,97 , Sól: 1,02

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 651,21 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,17 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 7,83 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,3 , Białko: 21,16 , Błonnik: 3 , Sól: 1,84

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 146,73	kcal
Węglowodny przyswajalne	305,68	g
Cukry (glukoza)	10,76	g
Cukry (fruktoza)	14,78	g
Cukry (sacharoza)	32,68	g
Tłuszcze (nasycone)	12,02	g
Tłuszcze (jednonasycone)	14,47	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,73	g
Białko	80,76	g
Błonnik	32,11	g
Sól	5,06	g

Dieta: 1 Podstawowa**ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 673,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 81,67 , Cukry: 3,09 , Tłuszcz ogółem: 24,44 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,26 , Białko: 23,3 , Błonnik: 9,63 , Sól: 2,35

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, Kotlet z jaj - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Nasiona sezamu), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 781,78 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,37 , Cukry: 16,4 , Tłuszcz ogółem: 17,34 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,04 , Białko: 30,54 , Błonnik: 16,68 , Sól: 1,29

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb mieszany+masło+ ser żółty+ogórek kons+pomido - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 751,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,45 , Cukry: 5,4 , Tłuszcz ogółem: 28,27 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,68 , Białko: 31,28 , Błonnik: 8,32 , Sól: 3,36

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 369,86	kcal
Węglowodny przyswajalne	313,24	g
Cukry (glukoza)	10,51	g
Cukry (fruktoza)	14,34	g
Cukry (sacharoza)	33,44	g
Tłuszcze (nasycone)	32,06	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,83	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,53	g
Białko	87,02	g
Błonnik	41,88	g
Sól	7,15	g

Dieta: 10 Niskobiałkowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 601,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 64,2 , Cukry: 3,55 , Tłuszcz ogółem: 26,48 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,92 , Białko: 20,83 , Błonnik: 3,81 , Sól: 1,82

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, Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kotlet z jaj - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Nasiona sezamu), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 781,78 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,37 , Cukry: 16,4 , Tłuszcz ogółem: 17,34 w tym nasycone kwasy

tłuszczowe 4,04 , Białko: 30,54 , Błonnik: 16,68 , Sól: 1,29

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 593,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,18 , Cukry: 23,56 , Tłuszcz ogółem: 19,66 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,51 , Białko: 15,31 , Błonnik: 3,82 , Sól: 1,24

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 140,25	kcal
Węglowodany przyswajalne	295,50	g
Cukry (glukoza)	16,86	g
Cukry (fruktoza)	20,84	g
Cukry (sacharoza)	39,21	g
Tłuszcze (nasycone)	26,56	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,05	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,23	g
Białko	68,58	g
Błonnik	31,56	g
Sól	4,50	g

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, chleb bezglut+ pasta z tuńczyka+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 651,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,78 , Cukry: 15,41 , Tłuszcz ogółem: 32,44 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,23 , Białko: 24,83 , Błonnik: 4,26 , Sól: 1,16

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki, Orzechy 40 g

Wartość energetyczna: 333,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 18,55 , Cukry: 14,68 , Tłuszcz ogółem: 22,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,65 , Białko: 7,3 , Błonnik: 5,45 , Sól: ,01

OBIAD

Zupa krem z białych warzyw (bezglut) - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, 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: 715,55 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 120,75 , Cukry: 44,27 , Tłuszcz ogółem: 11,08 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,71 , Białko: 22,14 , Błonnik: 16,19 , Sól: ,89

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, Chleb bezgl+ serek śmietankowy+ pomidor - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 464,62 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,14 , Cukry: 15,3 , Tłuszcz ogółem: 15,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,99 , Białko: 7,39 , Błonnik: 1,2 , Sól: ,69

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 261,89	kcal
Węglowodny przyswajalne	236,02	g
Cukry (glukoza)	11,93	g
Cukry (fruktoza)	16,98	g
Cukry (sacharoza)	80,36	g
Tłuszcze (nasycone)	32,65	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,87	g
Tłuszcze (wielonasycone)	23,06	g
Białko	62,66	g
Błonnik	31,50	g
Sól	2,90	g

Dieta: 11/ML Bezmleczna

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 538,83 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 76,59 , Cukry: 16,05 , Tłuszcz ogółem: 14,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,71 , Białko: 20,72 , Błonnik: 3,81 , Sól: 1,82

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, zupa krem z białych warzyw z grzankami (bezmleczna - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kotlet z jaj - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Nasiona sezamu), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 802,88 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 120,94 , Cukry: 16,38 , Tłuszcz ogółem: 16,63 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,62 , Białko: 28,99 , Błonnik: 16,53 , Sól: 1,27

PODWIECZOREK

Sok owocowy, Orzechy 40 g

Wartość energetyczna: 362,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,4 , Cukry: 20,48 , Tłuszcz ogółem: 23,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,68 , Białko: 7,4 , Błonnik: 7 , Sól: ,15

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 439,52 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,7 , Cukry: 35,7 , Tłuszcz ogółem: 4,53 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,17 , Białko: 9,3 , Błonnik: 3,4 , Sól: 1,1

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 211,13	kcal
Węglowodny przyswajalne	324,58	g
Cukry (glukoza)	16,86	g
Cukry (fruktoza)	20,84	g
Cukry (sacharoza)	64,71	g
Tłuszcze (nasycone)	10,22	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,74	g
Tłuszcze (wielonasycone)	26,16	g
Białko	67,31	g
Błonnik	33,59	g
Sól	4,34	g

Dieta: 11/NP Niskopurynowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 841,64 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,01 , Cukry: 3,27 , Tłuszcz ogółem: 30,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,89 , Białko: 34,76 , Błonnik: 11,94 , Sól: 2,46

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, Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 646,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,59 , Cukry: 15,65 , Tłuszcz ogółem: 11,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,8 , Białko: 21,68 , Błonnik: 15,97 , Sól: ,81

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 746,59 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,24 , Cukry: 3,52 , Tłuszcz ogółem: 17,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,8 , Białko: 23,23 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,14

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 392,41	kcal
Węglowodny przyswajalne	288,08	g
Cukry (glukoza)	8,13	g
Cukry (fruktoza)	9,33	g
Cukry (sacharoza)	20,29	g
Tłuszcze (nasycone)	29,30	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,85	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,29	g
Białko	87,01	g
Błonnik	39,65	g
Sól	5,64	g

Dieta: 11/WE Wegetariańska

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), wek+ sałatka jarzynowa z jajkiem+pomidor+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 850,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 118,73 , Cukry: 23 , Tłuszcz ogółem: 23,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,22 , Białko: 31,52 , Błonnik: 9,43 , Sól: 2,09

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, Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 646,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,59 , Cukry: 15,65 , Tłuszcz ogółem: 11,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,8 , Białko: 21,68 , Błonnik: 15,97 , Sól: ,81

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 763,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,28 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 19,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,51 , Białko: 21,26 , Błonnik: 3 , Sól: 1,84

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 424,52	kcal
Węglowodny przyswajalne	325,35	g
Cukry (glukoza)	12,43	g
Cukry (fruktoza)	16,65	g
Cukry (sacharoza)	48,04	g
Tłuszcze (nasycone)	26,62	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,35	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,31	g
Białko	76,36	g
Błonnik	35,65	g
Sól	4,89	g

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 855,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,75 , Cukry: 4,61 , Tłuszcz ogółem: 32,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,6 , Białko: 32,52 , Błonnik: 5,78 , Sól: 2,16

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, Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 661,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,59 , Cukry: 15,65 , Tłuszcz ogółem: 11,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,8 , Białko: 25,28 , Błonnik: 15,97 , Sól: 1,02

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 903,22 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,21 , Cukry: 5,56 , Tłuszcz ogółem: 24,19 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,75 , Białko: 30,04 , Błonnik: 4,53 , Sól: 1,78

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 591,18	kcal
Węglowodny przyswajalne	321,49	g
Cukry (glukoza)	11,30	g
Cukry (fruktoza)	20,83	g
Cukry (sacharoza)	27,85	g
Tłuszcze (nasycone)	32,27	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,07	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,54	g
Białko	89,43	g
Błonnik	33,69	g
Sól	5,11	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

zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Herbata bez cukru, wek+ sałatka z tuńczyka+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 858,42 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 100,05 , Cukry: 4,81 , Tłuszcz ogółem: 32,79 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,61 , Białko: 32,8 , Błonnik: 6,06 , Sól: 2,16

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, Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 661,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,59 , Cukry: 15,65 , Tłuszcz ogółem: 11,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,8 , Białko: 25,28 , Błonnik: 15,97 , Sól: 1,02

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 763,44 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,28 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 19,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,51 , Białko: 21,27 , Błonnik: 3 , Sól: 1,84

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 447,04	kcal
Węglowodny przyswajalne	306,66	g
Cukry (glukoza)	10,93	g
Cukry (fruktoza)	14,93	g
Cukry (sacharoza)	33,07	g
Tłuszcze (nasycone)	29,00	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,74	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,49	g
Białko	81,24	g
Błonnik	32,29	g
Sól	5,17	g

Dieta: 4 Wrzodowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 771,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,28 , Cukry: 3,89 , Tłuszcz ogółem: 25,18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,03 , Białko: 31,49 , Błonnik: 4,96 , Sól: 1,99

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 krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 661,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,59 , Cukry: 15,65 , Tłuszcz ogółem: 11,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,8 , Białko: 25,28 , Błonnik: 15,97 , Sól: 1,02

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 763,44 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,28 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 19,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,51 , Białko: 21,27 , Błonnik: 3 , Sól: 1,84

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 361,78	kcal
Węglowodny przyswajalne	295,59	g
Cukry (glukoza)	8,34	g
Cukry (fruktoza)	15,10	g
Cukry (sacharoza)	17,22	g
Tłuszcze (nasycone)	30,18	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,08	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,02	g
Białko	85,08	g
Błonnik	26,94	g
Sól	5,09	g

Dieta: 5 Bogatoresztkowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 841,64 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,01 , Cukry: 3,27 , Tłuszcz ogółem: 30,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,89 , Białko: 34,76 , Błonnik: 11,94 , Sól: 2,46

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, Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 661,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,59 , Cukry: 15,65 , Tłuszcz ogółem: 11,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,8 , Białko: 25,28 , Błonnik: 15,97 , Sól: 1,02

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 746,59 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,24 , Cukry: 3,52 , Tłuszcz ogółem: 17,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,8 , Białko: 23,23 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,14

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 413,41	kcal
Węglowodny przyswajalne	298,58	g
Cukry (glukoza)	10,93	g
Cukry (fruktoza)	14,93	g
Cukry (sacharoza)	29,99	g
Tłuszcze (nasycone)	27,58	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,93	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,36	g
Białko	85,16	g
Błonnik	44,05	g
Sól	5,77	g

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Graham 120+ sałatka z tuńczyka+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 843,44 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,12 , Cukry: 3,27 , Tłuszcz ogółem: 30,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,89 , Białko: 34,99 , Błonnik: 11,98 , Sól: 2,46

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, Kotlet z jaj - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Nasiona sezamu), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 781,78 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,37 , Cukry: 16,4 , Tłuszcz ogółem: 17,34 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,04 , Białko: 30,54 , Błonnik: 16,68 , Sól: 1,29

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+masło+ ser żółty+ogórek kons+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 662,12 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 63,94 , Cukry: 4,32 , Tłuszcz ogółem: 28,12 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,62 , Białko: 30,78 , Błonnik: 8,38 , Sól: 3,13

Dobowa suma wartości odżywczych

Ilość jm.

Wartość energetyczna kcal	2 450,84	kcal
Węglowodny przyswajalne	306,18	g
Cukry (glukoza)	10,51	g
Cukry (fruktoza)	14,34	g
Cukry (sacharoza)	32,54	g
Tłuszcze (nasycone)	35,64	g
Tłuszcze (jednonasycone)	29,96	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,84	g
Białko	98,21	g
Błonnik	44,29	g
Sól	7,04	g

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

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 539,86 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 51,8 , Cukry: 1,95 , Tłuszcz ogółem: 23,94 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,14 , Białko: 21,36 , Błonnik: 8,45 , Sól: 1,9

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, Kotlet z jaj - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Nasiona sezamu), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 781,78 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,37 , Cukry: 16,4 , Tłuszcz ogółem: 17,34 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,04 , Białko: 30,54 , Błonnik: 16,68 , Sól: 1,29

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+masło+ ser żółty+ogórek kons+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 615,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 55,48 , Cukry: 4,26 , Tłuszcz ogółem: 27,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,55 , Białko: 29,12 , Błonnik: 7,1 , Sól: 2,92

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	2 469,55	kcal
Węglowodny przyswajalne	306,89	g
Cukry (glukoza)	11,46	g
Cukry (fruktoza)	15,44	g
Cukry (sacharoza)	31,62	g
Tłuszcze (nasycone)	37,73	g

Tłuszcze (jednonasycone)	30,40	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,33	g
Białko	93,74	g
Błonnik	48,01	g
Sól	7,59	g

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 436,84 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 59,84 , Cukry: 1,81 , Tłuszcz ogółem: 8,96 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,18 , Białko: 22,59 , Błonnik: 9,68 , Sól: 2,02

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, Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 634,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,59 , Cukry: 15,65 , Tłuszcz ogółem: 8,63 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,6 , Białko: 25,28 , Błonnik: 15,97 , Sól: 1,02

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 579,64 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,29 , Cukry: 3,16 , Tłuszcz ogółem: 6,18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,18 , Białko: 17,25 , Błonnik: 8,88 , Sól: 1,99

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 814,65	kcal
Węglowodny przyswajalne	253,46	g
Cukry (glukoza)	10,93	g
Cukry (fruktoza)	14,93	g
Cukry (sacharoza)	28,17	g
Tłuszcze (nasycone)	10,05	g
Tłuszcze (jednonasycone)	8,78	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,32	g
Białko	67,01	g
Błonnik	41,79	g
Sól	5,18	g

Dieta: 9 Bogatobiałkowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 858,47 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 100,05 , Cukry: 4,81 , Tłuszcz ogółem: 32,79 w tym nasycone kwasy

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, Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 644,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99 , Cukry: 15,64 , Tłuszcz ogółem: 11,43 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,78 , Białko: 24,77 , Błonnik: 15,86 , Sól: 1,02

PODWIECZOREK

serek homogenizowany - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 136,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 4,5 , Cukry: 0 , Tłuszcz ogółem: 0 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 0 , Białko: 15 , Błonnik: 0 , Sól: ,06

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 763,44 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,28 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 19,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,51 , Białko: 21,27 , Błonnik: 3 , Sól: 1,84

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 560,44	kcal
Węglowodny przyswajalne	297,08	g
Cukry (glukoza)	8,13	g
Cukry (fruktoza)	9,33	g
Cukry (sacharoza)	23,36	g
Tłuszcze (nasycone)	30,71	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,66	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,38	g
Białko	101,18	g
Błonnik	27,77	g
Sól	5,32	g

Dieta: 9/WEN Bogatobiałkowa wysokoenerget

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 858,47 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 100,05 , Cukry: 4,81 , Tłuszcz ogółem: 32,79 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,61 , Białko: 32,8 , Błonnik: 6,06 , Sól: 2,16

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, Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 644,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99 , Cukry: 15,64 , Tłuszcz ogółem: 11,43 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,78 , Białko: 24,77 , Błonnik: 15,86 , Sól: 1,02

PODWIECZOREK

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

Wartość energetyczna: 402,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 9,1 , Cukry: ,88 , Tłuszcz ogółem: 22,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,62 , Białko: 21,4 , Błonnik: 2,6 , Sól: ,06

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 763,44 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,28 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 19,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,51 , Białko: 21,27 , Błonnik: 3 , Sól: 1,84

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 826,84	kcal
Węglowodny przyswajalne	301,68	g
Cukry (glukoza)	8,13	g
Cukry (fruktoza)	9,33	g
Cukry (sacharoza)	24,24	g
Tłuszcze (nasycone)	33,34	g
Tłuszcze (jednonasycone)	30,42	g
Tłuszcze (wielonasycone)	25,84	g
Białko	107,58	g
Błonnik	30,37	g
Sól	5,32	g

.....
sporządził
/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek + pasta z tuńczyka z jajkiem+ sałata **(o	Fasolka flageolet, konserwowa	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Tuńczyk w sosie własnym *(4)	30,0	g
	Ryż biały	6,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Sałata	20,0	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
Zupa krem z białych warzyw	Kości, wywar	300,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Kalafior	20,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
Jajko gotowane	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	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	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Wek+ serek śmietankowy+ pomidor	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: 1 Podstawowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+ sałatka z tuńczyka+ sałata	Fasolka flageolet, konserwowa	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Tuńczyk w sosie własnym *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Ryż biały	6,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Cebula	10,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Sałata	20,0	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
Kotlet z jaj	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	3,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	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 krem z białych warzyw **(gotowanie)	Kości, wywar	300,0 g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Chleb chrupki *(1)	20,0 g
	Kalafior	20,0 g
	Pietruszka, korzeń	10,0 g
	Pietruszka, liście	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
Chleb mieszany+masło+ ser żółty+ogórek ko	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Ser, gouda tłusty *(7)	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 tuńczyka+ sałata **(obróbka w	Fasolka flageolet, konserwowa	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Tuńczyk w sosie własnym *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Ryż biały	6,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Cebula	10,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Sałata	20,0	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
Zupa krem z białych warzyw	Kości, wywar	300,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Kalafior	20,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
	Kotlet z jaj	Jaja kurze całe *(3)	90,0
Szczypiorek		2,0	g
Mieszanka Ziół		2,0	g
Olej rzepakowy		3,0	g
Bułka tarta *(1)		5,0	g
Bułki wrocławskie *(1, 11)		10,0	g
Cebula		10,0	g
ziemniaki gotowane ** (gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	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
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

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

Dieta: 11/GL Bezglutenowa



ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
chleb bezglut+ pasta z tuńczyka+ sałata **(o	Fasolka flageolet, konserwowa	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Tuńczyk w sosie własnym *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Ryż biały	6,0	g
	Cebula	10,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Sałata	20,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Mandarynki **(obróbka wstępna)	Mandarynki	150,0	g
Orzechy 40 g **(obróbka wstępna)	Orzechy włoskie	40,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Zupa krem z białych warzyw (bezglut) **(gotow	Skrobia ziemniaczana	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	20,0	g
	Kalafior	20,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	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)	Marchew	160,0	g
	Groszek zielony	20,0	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
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Chleb bezgl+ serek śmietankowy+ pomidor *	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/ML Bezmleczna**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
wek + pasta z tuńczyka+ sałata **(obróbka w	Fasolka flageolet, konserwowa	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Tuńczyk w sosie własnym *(4)	30,0	g
	Ryż biały	6,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Cebula	10,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Sałata	20,0	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 **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
zupa krem z białych warzyw z grzankami (be	Skrobia ziemniaczana	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Kalafior	20,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Kotlet z jaj	Jaja kurze całe *(3)	90,0
Szczypiorek		2,0	g
Mieszanka Ziół		2,0	g
Olej rzepakowy		3,0	g
Bułka tarta *(1)		5,0	g



	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0 g
	Cebula	10,0 g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0 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
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
Orzechy 40 g **(obróbka wstępna)	Orzechy włoskie	40,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
wek+dżem+ pomidor **(obróbka wstępna)	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/NP Niskopurynowa

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham 120 + pasta z tuńczyka+ sałata **(o	Fasolka flageolet, konserwowa	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Tuńczyk w sosie własnym *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Ryż biały	6,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Cebula	10,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Sałata	20,0	g
	Inne składniki		

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Jadłospis na dzień: 15-08-2025
szczegółowy**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z białych warzyw	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Kalafior	20,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	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)	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
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Graham+ serek śmietankowy+ pomidor	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/WE Wegetariańska**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
wek+ sałatka jarzynowa z jajkiem+pomidor+r	Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	20,0	g
	Ziemniaki, got. w wodzie	30,0	g
	Roszonka	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g

**Jadłospis na dzień: 15-08-2025
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

	Masło ekstra *(7)	10,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Marchew	30,0 g
	Pietruszka, korzeń	10,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0 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 **(gotowanie)	Jabłko	50,0 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)	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 krem z białych warzyw **(gotowanie)	Seler korzeniowy *(9)	10,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g	
	Chleb chrupki *(1)	20,0 g	
	Kalafior	20,0 g	
	Pietruszka, korzeń	10,0 g	
	Pietruszka, liście	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 **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g	
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0 g	
Wek+ serek śmietankowy+ pomidor **(obróbka)	Serek Śmietankowy *(7)	100,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
Inne składniki			

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek + pasta z tuńczyka **(obróbka wstępna)	Fasolka flageolet, konserwowa	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Tuńczyk w sosie własnym *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Ryż biały	6,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Cebula	10,0	g
	Ogórek	20,0	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
Zupa krem z białych warzyw	Kości, wywar	300,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Kalafior	20,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
Jajko gotowane	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	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
Wek+ serek śmietankowy+ pomidor	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

Dieta: 13 Płynna (kleikowa)

ŚNIADANIE

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

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

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

PODWIECZOREK

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

Kolacja

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

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g



Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g
wek+ sałatka z tuńczyka+ sałata **(obróbka	Fasolka flageolet, konserwowa	10,0 g
	Kukurydza, konserwowa	10,0 g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0 g
	Szcypiorek	10,0 g
	Tuńczyk w sosie własnym *(4)	30,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Ryż biały	6,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Cebula	10,0 g
	Ogórek	20,0 g
	Salata	20,0 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
Zupa krem z białych warzyw	Kości, wywar	300,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Kalafior	20,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
	Jajko gotowane	Jaja kurze całe *(3)	60,0
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	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	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g



	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g
Wek+ serek śmietankowy+ pomidor	Serek Śmietankowy *(7)	100,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
Inne składniki		

Dieta: 4 Wrzodowa

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+ pasta z tuńczyka+ sałata **(obróbka w	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Tuńczyk w sosie własnym *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Ryż biały	6,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Sałata	20,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z białych warzyw	Kości, wywar	300,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Kalafior	20,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	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
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ serek śmietankowy+ pomidor	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: 5 Bogatoresztkowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham 120 + pasta z tuńczyka+ sałata ** (o	Fasolka flageolet, konserwowa	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Tuńczyk w sosie własnym *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Ryż biały	6,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Cebula	10,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Sałata	20,0	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
Zupa krem z białych warzyw	Kości, wywar	300,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g



	Kalafior	20,0 g
	Pietruszka, korzeń	10,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0 g
Jajko gotowane	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0 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+ serek śmietankowy+ pomidor	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Graham 120+ sałatka z tuńczyka+ rukola **()	Fasolka flageolet, konserwowa	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Rukola	20,0	g
	Tuńczyk w sosie własnym *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Ryż biały	6,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Cebula	10,0	g
Ogórek	20,0	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
Kotlet z jaj	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	3,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	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 krem z białych warzyw **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Kalafior	20,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Chleb graham+masło+ ser żółty+ogórek kon	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, gouda tłusty *(7)	50,0	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+ sałatka z tuńczyka+ rukola **(obró	Fasolka flageolet, konserwowa	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Rukola	20,0	g
	Tuńczyk w sosie własnym *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Ryż biały	6,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Cebula	10,0	g
Ogórek	20,0	g	
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
graham 60 g+ masło+ ogórek 50 g **(obróbk	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
Kotlet z jaj	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Olej rzepakowy	3,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	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 krem z białych warzyw **(gotowanie)	Kości, wywar	300,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Kalafior	20,0	g



	Pietruszka, korzeń	10,0 g
	Pietruszka, liście	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
Chleb graham+masło+ ser żółty+ogórek kon	Ser, gouda tłusty *(7)	50,0	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 tuńczyka+ sałata **(o	Fasolka flageolet, konserwowa	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Tuńczyk w sosie własnym *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Ryż biały	6,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Cebula	10,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Sałata	20,0	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
Zupa krem z białych warzyw	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Kalafior	20,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Jajko gotowane	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Olej rzepakowy	2,0	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
Graham+ serek śmietankowy+ pomidor	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

Dieta: 9 Bogatobiałkowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+ pasta z tuńczyka+ sałata **(obróbka w	Fasolka flageolet, konserwowa	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Tuńczyk w sosie własnym *(4)	30,0	g



	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Ryż biały	6,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Cebula	10,0 g
	Ogórek	20,0 g
	Salata	20,0 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
Zupa krem z białych warzyw	Kości, wywar	300,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Kalafior	20,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
Jajko gotowane	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	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
serek homogenizowany	Serek Homogenizowany Naturalny *(7)	150,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ serek śmietankowy+ pomidor	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
Inne składniki			



Dieta: 9/WEN Bogatobiałkowa wysokoenerget

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek + pasta z tuńczyka+ sałata **(obróbka w	Fasolka flageolet, konserwowa	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Tuńczyk w sosie własnym *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Ryż biały	6,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Cebula	10,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Sałata	20,0	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
Zupa krem z białych warzyw	Kości, wywar	300,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Kalafior	20,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
Jajko gotowane	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	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
serek homogenizowany	Serek Homogenizowany Naturalny *(7)	150,0	g
Orzechy 40 g **(obróbka wstępna)	Orzechy włoskie	40,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Wek+ serek śmietankowy+ pomidor	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
Inne składniki			

** Sposób obróbki potrawy

* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

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

Jadłospis na dzień: 15-08-2025
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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