

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

Herbata bez cukru, zupa mleczna+z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), 3 wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 591,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,98 , Cukry: 5,39 , Tłuszcz ogółem: 10,46 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,2 , Białko: 30,11 , Błonnik: 4,06 , Sól: 2,32

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Banan

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

**OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka marchew z jabłkiem 200 g, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 757,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,09 , Cukry: 21,02 , Tłuszcz ogółem: 12,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,55 , Białko: 40,49 , Błonnik: 17,77 , Sól: ,85

**PODWIECZOREK**

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

**Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 504,97 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,16 , Cukry: 5,14 , Tłuszcz ogółem: 8,33 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,59 , Białko: 35,06 , Błonnik: 3,13 , Sól: 1,34

**Dobowa suma wartości odżywczych**

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 147,10	kcal
Węglowodny przyswajalne	336,41	g
Cukry (glukoza)	17,14	g
Cukry (fruktoza)	21,85	g
Cukry (sacharoza)	48,56	g
Tłuszcze (nasycone)	11,60	g
Tłuszcze (jednonasycone)	12,82	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,30	g
Białko	107,90	g
Błonnik	29,37	g
Sól	4,56	g

**Dieta: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+pieczeń rzymska+ogórek kons+roszpon - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 660,29 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 92,6 , Cukry: 4,2 , Tłuszcz ogółem: 26,83 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,71 , Białko: 18,58 , Błonnik: 8,6 , Sól: 3,35

## DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

## OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Bitki wieprzowe - w tym alergeny (Gluten), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 806,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,61 , Cukry: 21,53 , Tłuszcz ogółem: 17,26 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,89 , Białko: 40,63 , Błonnik: 17,94 , Sól: ,86

## PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb mieszany+ twarożek ze szczyp.+rzodkie+pomido - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 688,95 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,24 , Cukry: 4,19 , Tłuszcz ogółem: 18,02 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,14 , Białko: 37,69 , Błonnik: 9,59 , Sól: 1,87

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 448,68	kcal
Węglowodny przyswajalne	355,63	g
Cukry (glukoza)	16,12	g
Cukry (fruktoza)	20,11	g
Cukry (sacharoza)	49,68	g
Tłuszcze (nasycone)	29,00	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,41	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,18	g
Białko	99,13	g
Błonnik	40,55	g
Sól	6,13	g

---

## Dieta: 10 Niskobiałkowa

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 474,39 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,12 , Cukry: 3,5 , Tłuszcz ogółem: 17,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,76 , Białko: 19 , Błonnik: 2,68 , Sól: 2,06

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 757,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,09 , Cukry: 21,02 , Tłuszcz ogółem: 12,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,55 , Białko: 40,49 , Błonnik: 17,77 , Sól: ,85

## PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek +miód+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, 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	2 202,43	kcal
Węglowodny przyswajalne	338,82	g
Cukry (glukoza)	16,51	g
Cukry (fruktoza)	21,06	g
Cukry (sacharoza)	49,01	g
Tłuszcze (nasycone)	25,08	g
Tłuszcze (jednonasycone)	17,81	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,13	g
Białko	77,04	g
Błonnik	27,87	g
Sól	4,22	g

---

## Dieta: 11/GL Bezglutenowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), chleb bezgl.+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ roszonek - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 496,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 53,92 , Cukry: 16,16 , Tłuszcz ogółem: 19,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,29 , Białko: 23,66 , Błonnik: 2,2 , 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

Zupa Krem z ziel. groszku z chlebem bezglut - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Kompot z cukrem, Mięso gotowane w sosie wł (bezgl), Ryż gotowany, Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 842,76 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 138,03 , Cukry: 49,41 , Tłuszcz ogółem: 11,27 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,29 , Białko: 37,42 , Błonnik: 15,01 , Sól: ,73

## PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 280,94 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,09 , Cukry: 15,39 , Tłuszcz ogółem: 12,43 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,54 , Białko: 21,26 , Błonnik: 1,32 , Sól: ,2

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 913,02	kcal

Węglowodny przyswajalne	278,21 g
Cukry (glukoza)	18,14 g
Cukry (fruktoza)	23,90 g
Cukry (sacharoza)	94,91 g
Tłuszcze (nasycone)	24,38 g
Tłuszcze (jednonasycone)	15,05 g
Tłuszcze (wielonasycone)	3,90 g
Białko	84,58 g
Błonnik	22,95 g
Sól	2,39 g

---

## Dieta: 11/ML Bezmleczna

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 421,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,97 , Cukry: 17,4 , Tłuszcz ogółem: 5,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,57 , Białko: 19,35 , Błonnik: 3,28 , Sól: 2,07

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z zielonego groszku z grzankami(bezml) - w tym alergeny (Gluten, Seler), Surówka z marchwi i jabłka 200 g, Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 737,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,15 , Cukry: 20,49 , Tłuszcz ogółem: 11,55 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,97 , Białko: 39,56 , Błonnik: 17,93 , Sól: ,84

### PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

### Kolacja

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

Wartość energetyczna: 522,51 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 109,95 , Cukry: 18,2 , 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	1 975,34	kcal
Węglowodny przyswajalne	354,24	g
Cukry (glukoza)	17,07	g
Cukry (fruktoza)	21,41	g
Cukry (sacharoza)	73,61	g
Tłuszcze (nasycone)	5,97	g
Tłuszcze (jednonasycone)	9,66	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,71	g
Białko	70,45	g
Błonnik	28,63	g
Sól	4,06	g

---

## Dieta: 11/NP Niskopurynowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna+z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), Graham 120+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 686,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,05 , Cukry: 3,85 , Tłuszcz ogółem: 20,02 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,69 , Białko: 32,18 , Błonnik: 9,94 , Sól: 2,62

## **DRUGIE ŚNIADANIE**

Banan

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

## **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 742,92 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,09 , Cukry: 21,02 , Tłuszcz ogółem: 12,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,55 , Białko: 36,89 , Błonnik: 17,77 , Sól: ,64

## **PODWIECZOREK**

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

## **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 600,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,23 , Cukry: 3,61 , Tłuszcz ogółem: 17,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,08 , Białko: 37,13 , Błonnik: 9 , Sól: 1,64

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 322,86	kcal
Węglowodny przyswajalne	328,54	g
Cukry (glukoza)	17,14	g
Cukry (fruktoza)	21,85	g
Cukry (sacharoza)	45,48	g
Tłuszcze (nasycone)	26,58	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,73	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,53	g
Białko	108,43	g
Błonnik	41,13	g
Sól	4,95	g

---

## **Dieta: 11/WE Wegetariańska**

---

### **ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 732,72 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,4 , Cukry: 5,39 , Tłuszcz ogółem: 25,74 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,8 , Białko: 27,91 , Błonnik: 4,06 , Sól: 1,56

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Banan

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

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka

krowiego, Seler), Gulasz wege z soczewicą - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka z marchwi i jabłka 200 g

Wartość energetyczna: 955,21 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 156,28 , Cukry: 25,58 , Tłuszcz ogółem: 9,7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,42 , Białko: 40,95 , Błonnik: 30,24 , Sól: ,64

## PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 656,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,73 , Cukry: 5,4 , Tłuszcz ogółem: 24,19 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,32 , Białko: 34,69 , Błonnik: 3,5 , Sól: 1,35

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 637,56	kcal
Węglowodny przyswajalne	385,58	g
Cukry (glukoza)	18,11	g
Cukry (fruktoza)	22,37	g
Cukry (sacharoza)	51,89	g
Tłuszcze (nasycone)	29,80	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,36	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,95	g
Białko	105,79	g
Błonnik	42,22	g
Sól	3,60	g

---

## Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna+z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), 12 wek +kielbasa drobiowa+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 581,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,45 , Cukry: 4,43 , Tłuszcz ogółem: 20,46 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,96 , Białko: 26,62 , Błonnik: 3,06 , Sól: 1,92

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan- mus

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

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 635,03 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,39 , Cukry: 7,73 , Tłuszcz ogółem: 7,37 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,14 , Białko: 38,91 , Błonnik: 11,69 , Sól: ,58

## PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek + twarożek ze szczypiorkiem+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna

+z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 836,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,78 , Cukry: 5,63 , Tłuszcz ogółem: 24,68 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,42 , Białko: 45,93 , Błonnik: 3,91 , Sól: 1,59

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 346,06	kcal
Węglowodny przyswajalne	332,78	g
Cukry (glukoza)	13,58	g
Cukry (fruktoza)	16,15	g
Cukry (sacharoza)	44,06	g
Tłuszcze (nasycone)	29,77	g
Tłuszcze (jednonasycone)	17,22	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,01	g
Białko	113,69	g
Błonnik	23,07	g
Sól	4,14	g

---

## **Dieta: 2 Łatwostrawna**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, zupa mleczna+z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), wek+ kiełbasa drobiowa+pomidor+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 648,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,03 , Cukry: 5,39 , Tłuszcz ogółem: 20,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12 , Białko: 20,41 , Błonnik: 4,06 , Sól: 1,35

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Banan

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

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 757,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,09 , Cukry: 21,02 , Tłuszcz ogółem: 12,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,55 , Białko: 40,49 , Błonnik: 17,77 , Sól: ,85

### **PODWIECZOREK**

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

### **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 617,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,27 , Cukry: 5,14 , Tłuszcz ogółem: 20,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,8 , Białko: 35,17 , Błonnik: 3,13 , Sól: 1,34

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 316,94	kcal
Węglowodny przyswajalne	336,56	g
Cukry (glukoza)	17,14	g
Cukry (fruktoza)	21,85	g
Cukry (sacharoza)	48,56	g
Tłuszcze (nasycone)	27,61	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,06	g

Tłuszcze (wielonasycone)	7,19 g
Białko	98,31 g
Błonnik	29,37 g
Sól	3,59 g

---

## Dieta: 4 Wrzodowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna+z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 692,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 89,22 , Cukry: 3,99 , Tłuszcz ogółem: 22,11 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,38 , Białko: 29,65 , Błonnik: 3,46 , Sól: 2,31

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 702,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,96 , Cukry: 11,75 , Tłuszcz ogółem: 7,68 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,21 , Białko: 41,32 , Błonnik: 15,42 , Sól: ,73

### PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

### Kolacja

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

Wartość energetyczna: 615,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,18 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 20,03 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,79 , Białko: 34,97 , Błonnik: 3 , Sól: 1,34

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 303,66	kcal
Węglowodny przyswajalne	332,53	g
Cukry (glukoza)	13,93	g
Cukry (fruktoza)	16,26	g
Cukry (sacharoza)	46,61	g
Tłuszcze (nasycone)	27,64	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,42	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,26	g
Białko	108,17	g
Błonnik	26,30	g
Sól	4,43	g

---

## Dieta: 5 Bogatoresztkowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna+z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), Graham 120+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 686,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,05 , Cukry: 3,85 , Tłuszcz ogółem: 20,02 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,69 , Białko: 32,18 , Błonnik: 9,94 , Sól: 2,62

## DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

## OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 757,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,09 , Cukry: 21,02 , Tłuszcz ogółem: 12,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,55 , Białko: 40,49 , Błonnik: 17,77 , Sól: ,85

## PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 600,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,23 , Cukry: 3,61 , Tłuszcz ogółem: 17,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,08 , Białko: 37,13 , Błonnik: 9 , Sól: 1,64

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 337,86	kcal
Węglowodny przyswajalne	328,54	g
Cukry (glukoza)	17,14	g
Cukry (fruktoza)	21,85	g
Cukry (sacharoza)	45,48	g
Tłuszcze (nasycone)	26,58	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,73	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,53	g
Białko	112,03	g
Błonnik	41,13	g
Sól	5,16	g

---

## Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna+z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), Chleb graham+pieczeń rzymska+ogórek kons+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 790,48 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 103,6 , Cukry: 3,61 , Tłuszcz ogółem: 31,3 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,28 , Białko: 28,83 , Błonnik: 9,44 , Sól: 3,37

### 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 zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 757,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,09 , Cukry: 21,02 , Tłuszcz ogółem: 12,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,55 , Białko: 40,49 , Błonnik: 17,77 , Sól: ,85

## PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ twarożek ze szczyp.+rzodkiewk+pomido - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 599,85 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,73 , Cukry: 3,11 , Tłuszcz ogółem: 17,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,08 , Białko: 37,18 , Błonnik: 9,66 , Sól: 1,64

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 322,46	kcal
Węglowodany przyswajalne	316,14	g
Cukry (glukoza)	10,15	g
Cukry (fruktoza)	20,66	g
Cukry (sacharoza)	29,07	g
Tłuszcze (nasycone)	30,99	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,82	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,08	g
Białko	107,33	g
Błonnik	40,88	g
Sól	5,92	g

---

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

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham+ kielbasa drobiowa+ ogórek kons+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 413,88 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 45,88 , Cukry: 2,7 , Tłuszcz ogółem: 14,88 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,96 , Białko: 19 , Błonnik: 6,78 , Sól: 2,62

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

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 krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka marchew z jabłkiem 200 g, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 757,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,09 , Cukry: 21,02 , Tłuszcz ogółem: 12,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,55 , Białko: 40,49 , Błonnik: 17,77 , Sól: ,85

## PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ twarożek ze szczyp.+rzodk+pomid - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 599,85 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,73 , Cukry: 3,11 , Tłuszcz ogółem: 17,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,08 , Białko: 37,18 , Błonnik: 9,66 , Sól: 1,64

## 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

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 314,36	kcal
Węglowodny przyswajalne	311,90	g
Cukry (glukoza)	11,04	g
Cukry (fruktoza)	21,70	g
Cukry (sacharoza)	28,74	g
Tłuszcze (nasycone)	29,57	g
Tłuszcze (jednonasycone)	17,71	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,23	g
Białko	108,34	g
Błonnik	46,75	g
Sól	6,50	g

---

## **Dieta: 8 Ubogoenergetyczna**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Graham 120+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 392,32 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,46 , Cukry: 3,36 , Tłuszcz ogółem: 7,57 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,6 , Białko: 21,35 , Błonnik: 9,16 , Sól: 2,37

### **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 zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 713,77 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 104,51 , Cukry: 21,01 , Tłuszcz ogółem: 9,53 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,33 , Białko: 39,98 , Błonnik: 17,65 , Sól: ,85

### **PODWIECZOREK**

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

### **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 433,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,28 , Cukry: 3,25 , Tłuszcz ogółem: 6,67 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,47 , Białko: 31,15 , Błonnik: 9 , Sól: 1,5

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	1 713,67	kcal
Węglowodny przyswajalne	254,97	g
Cukry (glukoza)	11,34	g
Cukry (fruktoza)	22,55	g
Cukry (sacharoza)	25,87	g
Tłuszcze (nasycone)	10,48	g
Tłuszcze (jednonasycone)	7,61	g

Tłuszcze (wielonasycone)	5,97 g
Białko	93,32 g
Błonnik	39,84 g
Sól	4,77 g

---

## Dieta: 9 Bogatobiałkowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna+z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 693,69 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 89,63 , Cukry: 3,99 , Tłuszcz ogółem: 22,11 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,38 , Białko: 29,76 , Błonnik: 3,46 , Sól: 2,31

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 284,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,9 , Cukry: 39,9 , Tłuszcz ogółem: 3,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,03 , Białko: 8,45 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,24

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 757,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,09 , Cukry: 21,02 , Tłuszcz ogółem: 12,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,55 , Białko: 40,49 , Błonnik: 17,77 , Sól: ,85

### PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko, Jogurt naturalny 150g - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 189,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 32,87 , Cukry: 19,09 , Tłuszcz ogółem: 2,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,81 , Białko: 6,69 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,28

### Kolacja

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

Wartość energetyczna: 579,77 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,23 , Cukry: 5,14 , Tłuszcz ogółem: 16,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,06 , Białko: 35,13 , Błonnik: 3,13 , Sól: 1,34

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 504,59	kcal
Węglowodany przyswajalne	353,73	g
Cukry (glukoza)	16,54	g
Cukry (fruktoza)	21,10	g
Cukry (sacharoza)	51,51	g
Tłuszcze (nasycone)	28,82	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,31	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,71	g
Białko	120,52	g
Błonnik	28,77	g
Sól	5,03	g

---

## Dieta: 9/WEN Bogatobiałkowa wysokoenerget

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna+z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 693,69 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 89,63 , Cukry: 3,99 , Tłuszcz ogółem: 22,11 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,38 , Białko: 29,76 , Błonnik: 3,46 , Sól: 2,31

## DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 427,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,25 , Cukry: 40,45 , Tłuszcz ogółem: 3,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,11 , Białko: 9,6 , Błonnik: 6,65 , Sól: ,27

## OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z zielonego groszku z grzankami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 757,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,09 , Cukry: 21,02 , Tłuszcz ogółem: 12,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,55 , Białko: 40,49 , Błonnik: 17,77 , Sól: ,85

## PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko, Jogurt naturalny 150g - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 189,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 32,87 , Cukry: 19,09 , Tłuszcz ogółem: 2,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,81 , Białko: 6,69 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,28

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 579,77 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,23 , Cukry: 5,14 , Tłuszcz ogółem: 16,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,06 , Białko: 35,13 , Błonnik: 3,13 , Sól: 1,34

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 647,59	kcal
Węglowodny przyswajalne	386,08	g
Cukry (glukoza)	16,54	g
Cukry (fruktoza)	21,10	g
Cukry (sacharoza)	52,06	g
Tłuszcze (nasycone)	28,90	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,32	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,78	g
Białko	121,67	g
Błonnik	32,02	g
Sól	5,06	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 makaronem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
3 wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ roszipo	Rosziponka	20,0	g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(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	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obrób	Marchew	130,0	g
	Jabłko	70,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	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 ze szczypiorkiem+ pomidor	Szczypiorek	5,0	g



	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Ser twarogowy chudy *(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+pieczeń rzymska+ogórek k	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Pieczeń rzymska *(1, 6, 7)	60,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Roszonka	20,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Bitki wieprzowe **(smażenie)	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obrób	Olej rzepakowy	5,0	g
	Marchew	130,0	g
	Jabłko	70,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	g



Inne składniki

### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Chleb mieszany+ twarózek ze szczyp.+rzodk	Szczypiorek	5,0	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
	Rzodkiewka	50,0	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 drobiowa+ pomidor+roszponk	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Roszponka	20,0	g

Inne składniki

#### DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan **(obróbka wstępna)	Banan	200,0	g

Inne składniki

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obrób	Jabłko	70,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g



	Marchew	130,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Kisiel w proszku	20,0	g
	Jabłko	50,0	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 +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
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
chleb bezgl.+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ r	Roszpinka	20,0	g
	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
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Zupa Krem z ziel. groszku z chlebem bezglut	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Skrobia ziemniaczana	5,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kompot z cukrem **(gotowanie)	Kompot z jabłek, z cukrem	250,0	g
Mięso gotowane w sosie wł (bezgl) **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g



	Skrobia ziemniaczana	20,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Ryż gotowany **(gotowanie)	Ryż biały	80,0 g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obrób)	Jabłko	70,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Marchew	130,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0 g	
	Kisiel w proszku	20,0 g	
Inne składniki			

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb bezgl+ ser biały ze szczyp+ pomidor **	Szcypiorek	5,0 g	
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0 g	
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0 g	
Inne składniki			

#### Dieta: 11/ML Bezmleczna

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0 g	
wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ roszonek	Roszonek	20,0 g	
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(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 krem z zielonego groszku z grzankami(	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Kości, wywar	300,0 g	
	Groszek zielony, mrożony	50,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g	
	Chleb chrupki *(1)	20,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	

**Jadłospis na dzień: 22-07-2025  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Surówka z marchwi i jabłka 200 g **(obróbka	Olej rzepakowy	5,0 g
	Marchew	140,0 g
	Jabłko	60,0 g
Kasza jęczmienna **(gotowanie)	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0 g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0 g	
	Kisiel w proszku	20,0 g	
Inne składniki			

**Kolacja**

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

**Dieta: 11/NP Niskopurynowa****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g	
zupa mleczna+z makaronem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0 g	
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0 g	
Graham 120+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ r	Roszonka	20,0 g	
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 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	Jabłko	50,0 g	
Zupa krem z zielonego groszku z grankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Groszek zielony, mrożony	50,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g	
	Chleb chrupki *(1)	20,0 g	



	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0 g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obrób	Olej rzepakowy	5,0 g
	Marchew	130,0 g
	Jabłko	70,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0 g	
	Kisiel w proszku	20,0 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+ twaróg ze szczypiorkiem+ pomid	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	
	Szczypiorek	5,0 g	
Inne składniki			

#### Dieta: 11/WE Wegetariańska

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g	
zupa mleczna+z makaronem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0 g	
	Makaron czterojęczny *(1, 3)	30,0 g	
Wek + jajko+ pomidor+ roszonek **(gotowa	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
	Roszonek	20,0 g	
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0 g	



Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Chleb chrupki *(1)	20,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Groszek zielony, mrożony	50,0 g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Gulasz wege z soczewicą **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0 g
	Soczewica czerwona, nasiona suche	100,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
Kasza jęczmienna **(gotowanie)	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0 g
Surówka z marchwi i jabłka 200 g **(obróbka)	Jabłko	60,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Marchew	140,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0 g	
	Kisiel w proszku	20,0 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 ze szczyp+pomidor **(obróbka)	Szczypiorek	20,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
	Ser twarogowy półtłusty *(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 makaronem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0 g	
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0 g	
12 wek +kielbasa drobiowa+ pomidor **(obróbka)	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(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	200,0 g	



Inne składniki

### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
Inne składniki			

### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	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 ze szczypiorkiem+ pomidor	Szczypiorek	5,0	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
zupa mleczna+z makaronem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0	g
	Makaron czterojęczny *(1, 3)	30,0	g
Inne składniki			

### Dieta: 2 Łatwostrawna

### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna+z makaronem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0	g
	Makaron czterojęczny *(1, 3)	30,0	g
wek+ kielbasa drobiowa+pomidor+ roszonek	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Roszonek	20,0	g



	Kiełbasa Drobiowa Gruba *(1, 6)	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	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obrób	Jabłko	70,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Marchew	130,0	g
Inne składniki			

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	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 ze szczypiorkiem+ pomidor	Szczypiorek	5,0	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: 4 Wrzodowa

#### ŚNIADANIE

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



zupa mleczna+z makaronem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0 g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0 g
Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ sałata **	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	50,0 g
	Sałata	20,0 g
Inne składniki		

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Jarzyny duszone **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
Inne składniki			

### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	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+ pomidor	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 makaronem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0	g
	Makaron czterojęcyczny *(1, 3)	30,0	g
Graham 120+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ r	Roszonka	20,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	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	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obrób	Olej rzepakowy	5,0	g
	Marchew	130,0	g
	Jabłko	70,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	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 ze szczypiorkiem+ pomid	Szczypiorek	5,0	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 makaronem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0	g
	Makaron czterojęcyczny *(1, 3)	30,0	g
Chleb graham+pieczeń rzymska+ogórek kon	Pieczeń rzymska *(1, 6, 7)	60,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Roszonka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	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 zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obrób	Jabłko	70,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Marchew	130,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	g



Inne składniki

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Chleb graham+ twarożek ze szczyp.+rzodkie	Szczypiorek	5,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Rzodkiewka	50,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g

Inne składniki

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham+ kielbasa drobiowa+ ogórek kons+ r	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Roszonka	20,0	g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g

Inne składniki

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
graham 60 g+ masło+ ogórek 50 g **(obróbka)	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Ogórek	50,0	g
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	150,0	g

Inne składniki

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z zielonego groszku z grankami	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obróbka)	Marchew	130,0	g
	Jabłko	70,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g

**Jadłospis na dzień: 22-07-2025  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Kisiel w proszku	20,0	g
	Jabłko	50,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Chleb graham+ twarożek ze szczyp.+rzodk+	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Rzodkiewka	50,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
Inne składniki			

**DRUGA KOLACJA**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
graham 60 g+ masło+ pomidor 50 g **(obrób	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	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+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ r	Roszonka	20,0	g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(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
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g



	Kości, wywar	300,0 g
	Groszek zielony, mrożony	50,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Chleb chrupki *(1)	20,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0 g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obrób	Marchew	130,0 g
	Jabłko	70,0 g
	Olej rzepakowy	2,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	g
Inne składniki			

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Graham+ twarożek ze szczypiorkiem+ pomid	Szczypiorek	5,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ser twarogowy chudy *(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
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna+z makaronem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0	g
	Makaron czterojęczny *(1, 3)	30,0	g
Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ roszipon	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Rosziponka	20,0	g
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan **(obróbka wstępna)	Banan	200,0	g

**Jadłospis na dzień: 22-07-2025  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Groszek zielony, mrożony	50,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb chrupki *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obrób	Olej rzepakowy	5,0	g
	Marchew	130,0	g
	Jabłko	70,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	g
Jogurt naturalny 150g **(obróbka wstępna)	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	150,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek + twaróg ze szczypiorkiem+ pomidor	Szczypiorek	5,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	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 makaronem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	200,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ roszone	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g



	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	50,0 g
	Roszonka	20,0 g
Inne składniki		

### DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan **(obróbka wstępna)	Banan	200,0 g	
Jogurt naturalny 150g **(obróbka wstępna)	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	150,0 g	
Rodzynki 50 g **(obróbka wstępna)	Rodzynki, suszone *(12)	50,0 g	
Inne składniki			

### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g	
Zupa krem z zielonego groszku z grzankami	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Kości, wywar	300,0 g	
	Groszek zielony, mrożony	50,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g	
	Chleb chrupki *(1)	20,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g	
Kasza jęczmienna	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0 g	
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obrób	Jabłko	70,0 g	
	Olej rzepakowy	5,0 g	
	Marchew	130,0 g	
Inne składniki			

### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0 g	
	Kisiel w proszku	20,0 g	
Jogurt naturalny 150g **(obróbka wstępna)	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	150,0 g	
Inne składniki			

### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0 g	
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g	
Wek + twarożek ze szczypiorkiem+ pomidor	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0 g	
	Masło ekstra *(7)	10,0 g	
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
	Szczypiorek	5,0 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	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