

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

Herbata bez cukru, zupa mleczna+z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), 3 wek+ pasta z jaj i ryby+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 738,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,74 , Cukry: 2,76 , Tłuszcz ogółem: 23,65 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,43 , Białko: 35,99 , Błonnik: 3,11 , 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, ziemniaki gotowane, Jajko sadzone - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), Zupa koperkowa z lanym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

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

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

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

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 211,43 | kcal |
| Węglowodany przyswajalne | 336,53 | g |
| Cukry (glukoza) | 16,36 | g |
| Cukry (fruktoza) | 20,39 | g |
| Cukry (sacharoza) | 38,57 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 14,33 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 22,18 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 9,72 | g |
| Białko | 86,50 | g |
| Błonnik | 29,68 | g |
| Sól | 4,88 | g |

Dieta: 1 Podstawowa**ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 673,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 81,9 , Cukry: 3,04 , Tłuszcz ogółem: 24,43 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,26 , Białko: 23,32 , Błonnik: 9,56 , 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, ziemniaki gotowane, Jajko sadzone - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa koperkowa z lanym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

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

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

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

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 258,69 | kcal |
| Węglowodany przyswajalne | 329,80 | g |
| Cukry (glukoza) | 16,66 | g |
| Cukry (fruktoza) | 20,66 | g |
| Cukry (sacharoza) | 38,29 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 25,37 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 23,59 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 9,80 | g |
| Białko | 73,93 | g |
| Błonnik | 36,14 | g |
| Sól | 5,16 | g |

Dieta: 10 Niskobiałkowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, wek+ pasta z jaj i ryb+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 631,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,33 , Cukry: 2,27 , Tłuszcz ogółem: 30,78 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,01 , Białko: 25,33 , Błonnik: 2,33 , 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, ziemniaki gotowane, Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), Zupa koperkowa z lanym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

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

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

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

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 196,73 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 304,14 | g |
| Cukry (glukoza) | 16,33 | g |
| Cukry (fruktoza) | 20,35 | g |
| Cukry (sacharoza) | 38,07 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 27,98 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 26,08 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 9,11 | g |
| Białko | 75,74 | g |
| Błonnik | 28,78 | g |
| Sól | 4,64 | g |

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Chleb bezglutenowy+ pasta z jaj i ryby+ roszponka - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Ryba, Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 643,29 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 51,69 , Cukry: 13,53 , Tłuszcz ogółem: 32,34 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,51 , Białko: 29,55 , Błonnik: 1,25 , Sól: 1,16

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

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

OBIAD

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

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

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

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

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 1 999,20 | kcal |

| | |
|--------------------------|----------|
| Węglowodny przyswajalne | 266,52 g |
| Cukry (glukoza) | 19,35 g |
| Cukry (fruktoza) | 24,08 g |
| Cukry (sacharoza) | 91,80 g |
| Tłuszcze (nasycone) | 30,30 g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 27,72 g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 7,67 g |
| Białko | 58,35 g |
| Błonnik | 29,37 g |
| Sól | 2,37 g |

Dieta: 11/ML Bezmleczna

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, wek+ pasta z jaj i ryb+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 518,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,23 , Cukry: 2,27 , Tłuszcz ogółem: 19,04 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,8 , Białko: 25,23 , Błonnik: 2,33 , Sól: 1,82

DRUGIE ŚNIADANIE

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

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

OBIAD

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

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

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

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

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 057,39 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 339,09 | g |
| Cukry (glukoza) | 16,34 | g |
| Cukry (fruktoza) | 20,36 | g |
| Cukry (sacharoza) | 50,89 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 8,75 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 17,84 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 8,69 | g |
| Białko | 70,12 | g |
| Błonnik | 32,63 | g |
| Sól | 4,47 | g |

Dieta: 11/NP Niskopurynowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna+z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), Graham 120+ pasta z jaj i ryby+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 833,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,81 , Cukry: 1,22 , Tłuszcz ogółem: 33,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,92 , Białko: 38,06 , Błonnik: 8,99 , Sól: 2,36

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

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

OBIAD

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

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

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

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

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

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 378,20 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 322,11 | g |
| Cukry (glukoza) | 13,53 | g |
| Cukry (fruktoza) | 14,75 | g |
| Cukry (sacharoza) | 27,32 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 31,62 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 27,16 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 9,39 | g |
| Białko | 90,32 | g |
| Błonnik | 31,04 | g |
| Sól | 5,06 | g |

Dieta: 11/WE Wegetariańska

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 803,67 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,78 , Cukry: 7,19 , Tłuszcz ogółem: 32,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,83 , Białko: 21,97 , Błonnik: 6,78 , Sól: 1,9

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

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

OBIAD

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Jajko sadzone - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), Zupa koperkowa z

lanym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

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

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

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

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 374,08 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 347,68 | g |
| Cukry (glukoza) | 16,98 | g |
| Cukry (fruktoza) | 20,90 | g |
| Cukry (sacharoza) | 41,88 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 27,94 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 27,49 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 11,04 | g |
| Białko | 68,98 | g |
| Błonnik | 33,35 | g |
| Sól | 4,51 | g |

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna+z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), wek+ pasta z jaj i ryb - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 846,18 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,12 , Cukry: 2,56 , Tłuszcz ogółem: 35,36 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,63 , Białko: 35,7 , Błonnik: 2,83 , Sól: 2,07

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko- mus

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

OBIAD

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

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

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

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

| Dobowa suma wartości odżywczych | Ilość | jm. |
|----------------------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 200,97 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 292,41 | g |
| Cukry (glukoza) | 16,70 | g |
| Cukry (fruktoza) | 26,25 | g |
| Cukry (sacharoza) | 31,88 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 30,41 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 27,37 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 8,85 | g |
| Białko | 79,32 | g |
| Błonnik | 27,99 | g |
| Sól | 4,13 | g |

Dieta: 13 Płynna (kleikowa)

ŚNIADANIE

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

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

DRUGIE ŚNIADANIE

Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

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

OBIAD

Herbata bez cukru, Marchwianka z ryżem

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

PODWIECZOREK

Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

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

Kolacja

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

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

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

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna+z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), wek+ pasta z jaj i ryb+ rozszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 850,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,84 , Cukry: 2,76 , Tłuszcz ogółem: 35,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,64 , Białko: 36,09 , Błonnik: 3,11 , Sól: 2,07

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

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

OBIAD

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

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

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

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

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 416,12 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 336,65 | g |
| Cukry (glukoza) | 16,33 | g |
| Cukry (fruktoza) | 20,35 | g |
| Cukry (sacharoza) | 38,56 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 30,61 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 27,65 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 9,53 | g |
| Białko | 86,50 | g |
| Błonnik | 29,56 | g |
| Sól | 4,88 | g |

Dieta: 4 Wrzodowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 726,08 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,7 , Cukry: 7,09 , Tłuszcz ogółem: 20,12 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,09 , Białko: 29,33 , Błonnik: 6,77 , Sól: 2,05

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

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

OBIAD

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

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

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

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

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 299,20 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 348,70 | g |
| Cukry (glukoza) | 17,39 | g |
| Cukry (fruktoza) | 26,86 | g |
| Cukry (sacharoza) | 36,07 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 21,09 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 22,29 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 9,21 | g |
| Białko | 79,44 | g |
| Błonnik | 33,37 | g |
| Sól | 4,87 | g |

Dieta: 5 Bogatoresztkowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna+z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), Graham 120+ pasta z jaj i ryby+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 833,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,81 , Cukry: 1,22 , Tłuszcz ogółem: 33,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,92 , Białko: 38,06 , Błonnik: 8,99 , Sól: 2,36

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

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

OBIAD

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

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

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

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

| Dobowa suma wartości odżywczych | Ilość | jm. |
|---------------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 266,98 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 299,53 | g |
| Cukry (glukoza) | 16,33 | g |
| Cukry (fruktoza) | 20,35 | g |
| Cukry (sacharoza) | 35,58 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 29,88 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 26,22 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 9,36 | g |
| Białko | 86,27 | g |
| Błonnik | 40,42 | g |
| Sól | 5,06 | g |

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 804,52 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,08 , Cukry: 2,5 , Tłuszcz ogółem: 28,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,83 , Białko: 33,67 , Błonnik: 10,47 , Sól: 2,36

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

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

OBIAD

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

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

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

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

| Dobowa suma wartości odżywczych | Ilość | jm. |
|---------------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 281,63 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 294,14 | g |
| Cukry (glukoza) | 10,33 | g |
| Cukry (fruktoza) | 14,18 | g |

| | |
|--------------------------|----------|
| Cukry (sacharoza) | 31,42 g |
| Tłuszcze (nasycone) | 28,19 g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 25,30 g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 9,92 g |
| Białko | 101,44 g |
| Błonnik | 41,13 g |
| Sól | 5,64 g |

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

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 539,04 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,12 , Cukry: 1,95 , Tłuszcz ogółem: 23,94 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,14 , Białko: 21,25 , Błonnik: 8,41 , 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, ziemniaki gotowane, Jajko sadzone - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), Zupa koperkowa z lanym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

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

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

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

DRUGA KOLACJA

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

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

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 338,43 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 298,20 | g |
| Cukry (glukoza) | 11,28 | g |
| Cukry (fruktoza) | 15,28 | g |
| Cukry (sacharoza) | 31,27 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 31,34 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 26,27 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 10,52 | g |
| Białko | 98,19 | g |
| Błonnik | 46,32 | g |

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham 120+ pasta z jaj i ryby+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 539,52 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,22 , Cukry: ,73 , Tłuszcz ogółem: 20,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,82 , Białko: 27,23 , Błonnik: 8,21 , Sól: 2,11

DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

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

OBIAD

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

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

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

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

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 1 747,77 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 247,14 | g |
| Cukry (glukoza) | 16,34 | g |
| Cukry (fruktoza) | 20,36 | g |
| Cukry (sacharoza) | 34,86 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 13,66 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 18,77 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 8,48 | g |
| Białko | 67,80 | g |
| Błonnik | 39,89 | g |
| Sól | 4,64 | g |

Dieta: 9 Bogatobiałkowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna+z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), wek+ pasta z jaj i ryb+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 850,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,84 , Cukry: 2,76 , Tłuszcz ogółem: 35,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,64 , Białko: 36,09 , Błonnik: 3,11 , Sól: 2,07

DRUGIE ŚNIADANIE

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

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

OBIAD

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

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

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

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

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

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 427,33 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 311,15 | g |
| Cukry (glukoza) | 10,58 | g |
| Cukry (fruktoza) | 14,60 | g |
| Cukry (sacharoza) | 34,66 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 29,68 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 28,83 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 9,51 | g |
| Białko | 114,83 | g |
| Błonnik | 28,26 | g |
| Sól | 5,04 | g |

Dieta: 9/WEN Bogatobiałkowa wysokoenerget

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna+z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), wek+ pasta z jaj i ryb+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 850,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,84 , Cukry: 2,76 , Tłuszcz ogółem: 35,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,64 , Białko: 36,09 , Błonnik: 3,11 , Sól: 2,07

DRUGIE ŚNIADANIE

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

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

OBIAD

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

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

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

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

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

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 691,63 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 338,76 | g |
| Cukry (glukoza) | 10,58 | g |
| Cukry (fruktoza) | 14,60 | g |
| Cukry (sacharoza) | 33,71 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 33,45 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 30,14 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 9,61 | g |
| Białko | 124,60 | g |
| Błonnik | 31,51 | g |
| Sól | 4,89 | g |

.....
sporządził

/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził



Dieta: 03 Z ogr. tłuszczu (wątrobowa)

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---------------------------------------------|---------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru **(gotowanie) | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| zupa mleczna+z makaronem **(gotowanie) | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 200,0 | g |
| 3 wek+ pasta z jaj i ryby+ roszonek **(goto | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | g |
| | Śledź w oleju *(4) | 30,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Szczypiorek | 10,0 | g |
| | Roszonek | 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 |
| ziemniaki gotowane | Ziemniaki, późne | 300,0 | g |
| Jajko sadzone **(smażenie) | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 | g |
| | Szczypiorek | 5,0 | g |
| | Olej rzepakowy | 2,0 | g |
| Zupa koperkowa z lanym ciastem **(gotowan | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Jaja kurze całe *(3) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 300,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 25,0 | g |
| | Koper ogrodowy | 10,0 | g |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| Marchew z groszkiem **(duszenie) | Olej rzepakowy | 5,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 8,0 | g |
| | Groszek zielony | 20,0 | g |
| | Marchew | 160,0 | g |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

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

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|------------------------|------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa bez cukru | Kawa, napar bez cukru *(1) | 20,0 | g |
| | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |



| | | |
|------------------------------------------|---------------------------------|---------|
| bułka+ dżem+ pomidor **(obróbka wstępna) | Bułki pszenne zwykłe *(1) | 150,0 g |
| | Pomidor | 100,0 g |
| | Dżem truskawkowy, niskosłodzony | 50,0 g |
| Inne składniki | | |

Dieta: 1 Podstawowa

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--------------------------------------------|---------------------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Chleb mieszany+ sałatka z tuńczyka+ rozspo | 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 |
| | Roszponka | 15,0 | 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 |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

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



Inne składniki

PODWIECZOREK

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

Kolacja

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

Dieta: 10 Niskobiałkowa**ŚNIADANIE**

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|----------------------------------------------|---------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| wek+ pasta z jaj i ryb+ roszponka **(gotowan | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | g |
| | Szczypiorek | 10,0 | g |
| | Roszponka | 20,0 | g |
| | Śledź w oleju *(4) | 30,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

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



| | | |
|----------------|--------------------------------|---------|
| | Marchew | 160,0 g |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0 g |
| Inne składniki | | |

PODWIECZOREK

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

Kolacja

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

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-----------------------------------------------|--------------------------------|-------|----|
| Herbata z cukrem **(gotowanie) | Herbata czarna, napar z cukrem | 250,0 | g |
| Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 | g |
| | Ryż biały | 30,0 | g |
| Chleb bezglutenowy+ pasta z jaj i ryby+ rosół | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | g |
| | Szczypiorek | 10,0 | g |
| | Roszonka | 20,0 | g |
| | Chleb Bezglutenowy *(3, 6) | 100,0 | g |
| | Śledź w oleju *(4) | 30,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

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

**Jadłospis na dzień: 22-08-2025
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

| | | |
|----------------------------------|--------------------------------|---------|
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 g |
| Marchew z groszkiem **(duszenie) | Olej rzepakowy | 10,0 g |
| | Groszek zielony | 20,0 g |
| | Marchew | 180,0 g |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 20,0 g |
| Inne składniki | | |

PODWIECZOREK

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

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--------------------------------------------|---------------------------------|-------|----|
| Chleb bezgl+ dżem+ pomidor **(obróbka wst) | Chleb Bezglutenowy *(3, 6) | 100,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 20,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Dżem truskawkowy, niskosłodzony | 50,0 | g |
| Herbata z cukrem **(gotowanie) | Herbata czarna, napar z cukrem | 250,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Dieta: 11/ML Bezmleczna**ŚNIADANIE**

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|----------------------------------------------|---------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru **(gotowanie) | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| wek+ pasta z jaj i ryb+ roszponka **(gotowan | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | g |
| | Szczypiorek | 10,0 | g |
| | Roszponka | 20,0 | g |
| | Śledź w oleju *(4) | 30,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

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



| | | |
|------------------------------------------|----------------------------|---------|
| Marchew z groszkiem (bezml) **(duszenie) | Olej rzepakowy | 5,0 g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 8,0 g |
| | Groszek zielony | 30,0 g |
| | Marchew | 160,0 g |
| Inne składniki | | |

PODWIECZOREK

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

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-------------------------------------------|---------------------------------|-------|----|
| Herbata z cukrem **(gotowanie) | Herbata czarna, napar z cukrem | 250,0 | g |
| bułka+ dżem+ pomidor (bezml) **(obróbka w | Bułki pszenne zwykłe *(1) | 150,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Dżem truskawkowy, niskosłodzony | 50,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Dieta: 11/NP Niskopurynowa

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---------------------------------------------|---------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| zupa mleczna+z makaronem | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 200,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| Graham 120+ pasta z jaj i ryby+ roszponka * | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | g |
| | Szczypiorek | 10,0 | g |
| | Roszponka | 20,0 | g |
| | Śledź w oleju *(4) | 30,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

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



| | | |
|--|-------------------------------------------|--------|
| | Jaja kurze całe *(3) | 30,0 g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 25,0 g |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 g |
| | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 g |

Inne składniki

PODWIECZOREK

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

Inne składniki

Kolacja

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

Inne składniki

Dieta: 11/WE Wegetariańska

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|------------------------------------------|---------------------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru **(gotowanie) | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| wek+ sałatka jarzynowa+ roszonek **(goto | Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy | 10,0 | g |
| | Kukurydza, konserwowa | 10,0 | g |
| | Ogórki, konserwowe *(10) | 20,0 | g |
| | Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10) | 15,0 | g |
| | Seler korzeniowy *(9) | 20,0 | g |
| | Ziemniaki, got. w wodzie | 30,0 | g |
| | Roszonek | 20,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Marchew | 30,0 | g |
| | Pietruszka, korzeń | 10,0 | g |

| | | | |
|----------------------------------------|------------------------------|-------|---|
| zupa mleczna+z makaronem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 200,0 | g |
| | Makaron czterojęcny *(1, 3) | 30,0 | g |

Inne składniki

DRUGIE ŚNIADANIE

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

Inne składniki

OBIAD

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

**Jadłospis na dzień: 22-08-2025
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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

PODWIECZOREK

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

Kolacja

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

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

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--------------------------------------|---------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| zupa mleczna+z makaronem | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 200,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| wek+ pasta z jaj i ryb **(gotowanie) | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | g |
| | Szcypiorek | 10,0 | g |
| | Śledź w oleju *(4) | 30,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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



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

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-------------------------------------------|-------------------------------------------|-------|----|
| Kompot bez cukru | Jabłko | 50,0 | g |
| ziemniaki gotowane | Ziemniaki, późne | 300,0 | g |
| Jajko gotowane | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 | g |
| Zupa koperkowa z lanym ciastem **(gotowan | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Jaja kurze całe *(3) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 300,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 25,0 | g |
| | Koper ogrodowy | 10,0 | g |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| Marchew z groszkiem **(duszenie) | 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 |
| bułka+ dżem+ pomidor **(obróbka wstępna) | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki pszenne zwykłe *(1) | 70,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Dżem truskawkowy, niskosłodzony | 50,0 | g |
| Inne składniki | | | |

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

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

DRUGIE ŚNIADANIE

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

**OBIAD**

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

PODWIECZOREK

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

Kolacja

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

Dieta: 2 Łatwostrawna**ŚNIADANIE**

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|----------------------------------------------|---------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| zupa mleczna+z makaronem | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 200,0 | g |
| | Makaron czterojęczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| wek+ pasta z jaj i ryb+ roszponka **(gotowan | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | g |
| | Szczypiorek | 10,0 | g |
| | Roszonka | 20,0 | g |
| | Śledź w oleju *(4) | 30,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

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



| | | |
|----------------------------------|--------------------------------|---------|
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 g |
| Marchew z groszkiem **(duszenie) | Olej rzepakowy | 5,0 g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 8,0 g |
| | Groszek zielony | 20,0 g |
| | Marchew | 160,0 g |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0 g |
| Inne składniki | | |

PODWIECZOREK

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

Kolacja

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

Dieta: 4 Wrzodowa

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|----------------------------------------------|---------------------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| zupa mleczna+z makaronem | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 200,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| wek+ sałatka jarzynowa z jajkiem+ sałata **(| Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy | 10,0 | g |
| | Kukurydza, konserwowa | 10,0 | g |
| | Ogórki, konserwowe *(10) | 20,0 | g |
| | Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10) | 8,0 | g |
| | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 | g |
| | Seler korzeniowy *(9) | 20,0 | g |
| | Ziemniaki, got. w wodzie | 30,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Marchew | 30,0 | g |
| | Pietruszka, korzeń | 10,0 | g |
| | Sałata | 20,0 | g |
| | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7) | 4,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

**OBIAD**

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

PODWIECZOREK

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

Kolacja

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

Dieta: 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 czterojęczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| Graham 120+ pasta z jaj i ryby+ roszonek * | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | g |
| | Śledź w oleju *(4) | 30,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 | g |
| | Szczypiorek | 10,0 | g |
| | Roszonek | 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 |
| ziemniaki gotowane | Ziemniaki, późne | 300,0 | g |
| Jajko gotowane | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 | g |
| Zupa koperkowa z lanym ciastem **(gotowan | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Jaja kurze całe *(3) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 300,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 25,0 | g |
| | Koper ogrodowy | 10,0 | g |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| Marchew z groszkiem **(duszenie) | Olej rzepakowy | 5,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 8,0 | g |
| | Groszek zielony | 20,0 | g |
| | Marchew | 160,0 | g |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

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

Kolacja

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

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów**ŚNIADANIE**

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-------------------------------------------|---------------------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| zupa mleczna+z makaronem **(gotowanie) | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 200,0 | g |
| Graham 120+ sałatka z tuńczyka+ roszponka | 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 |
| | Roszonka | 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 |
| ziemniaki gotowane | Ziemniaki, późne | 300,0 | g |
| Jajko sadzone **(smażenie) | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 | g |
| | Szczypiorek | 5,0 | g |
| | Olej rzepakowy | 2,0 | g |
| Marchew z groszkiem **(duszenie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0 | g |
| | Olej rzepakowy | 5,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 8,0 | g |
| | Groszek zielony | 20,0 | g |
| | Marchew | 160,0 | g |
| Zupa koperkowa z lanym ciastem **(gotowan | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Jaja kurze całe *(3) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 300,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 25,0 | g |
| | Koper ogrodowy | 10,0 | g |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

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

Kolacja

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



| | | |
|----------------|--------------------------|---------|
| | Pomidor | 50,0 g |
| | Ser twarogowy chudy *(7) | 100,0 g |
| Inne składniki | | |

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

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---------------------------------------------|---------------------------------------------|-------|----|
| Herbata bez cukru | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Graham+ sałatka z tuńczyka+ roszonek ** (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 |
| | Roszonek | 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 ** (obróbka) | Masło ekstra *(7) | 5,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 60,0 | g |
| | Ogórek | 50,0 | g |
| Mandarynki ** (obróbka wstępna) | Mandarynki | 150,0 | g |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

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



| | | |
|----------------|--------------------------------|--------|
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0 g |
| Inne składniki | | |

PODWIECZOREK

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

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---------------------------------------------|------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |
| | Kawa, napar bez cukru *(1) | 20,0 | g |
| Graham + ser biały+ ogórek kons+ pomid **() | Ogórki, konserwowe *(10) | 50,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 100,0 | g |
| | Pomidor | 50,0 | g |
| | Ser twarogowy chudy *(7) | 100,0 | 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 jaj i ryby+ roszponka * | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | g |
| | Szcypiorek | 10,0 | g |
| | Roszponka | 20,0 | g |
| | Śledź w oleju *(4) | 30,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 5,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-------------------------------------------|-------------------------------------------|-------|----|
| Kompot bez cukru | Jabłko | 50,0 | g |
| ziemniaki gotowane | Ziemniaki, późne | 300,0 | g |
| Jajko gotowane | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 | g |
| Zupa koperkowa z lanym ciastem **(gotowan | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Jaja kurze całe *(3) | 30,0 | g |



| | | |
|--------------------------------------------|--------------------------------|---------|
| | Kości, wywar | 300,0 g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 10,0 g |
| | Koper ogrodowy | 10,0 g |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 15,0 g |
| Marchew z groszkiem (bezmiel) **(duszenie) | Olej rzepakowy | 5,0 g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 8,0 g |
| | Groszek zielony | 30,0 g |
| | Marchew | 160,0 g |
| Inne składniki | | |

PODWIECZOREK

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

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-----------------------------------------|---------------------------------|---------|----|
| Herbata bez cukru **(gotowanie) | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 g | |
| Graham+dżem+pomidor **(obróbka wstępna) | Masło ekstra *(7) | 5,0 g | |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 g | |
| | Pomidor | 100,0 g | |
| | Dżem truskawkowy, niskosłodzony | 50,0 g | |
| Inne składniki | | | |

Dieta: 9 Bogatobiałkowa

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|------------------------------------------------|---------------------------------|---------|----|
| Herbata bez cukru | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 g | |
| zupa mleczna+z makaronem | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 200,0 g | |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 g | |
| wek+ pasta z jaj i ryb+ roszonek **(gotowanie) | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 g | |
| | Szczypiorek | 10,0 g | |
| | Roszonek | 20,0 g | |
| | Śledź w oleju *(4) | 30,0 g | |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 g | |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 g | |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--------------------|------------------|---------|----|
| Kompot bez cukru | Jabłko | 50,0 g | |
| ziemniaki gotowane | Ziemniaki, późne | 300,0 g | |



| | | |
|-------------------------------------------|-------------------------------------------|---------|
| Jajko gotowane | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 g |
| Zupa koperkowa z lanym ciastem **(gotowan | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 g |
| | Jaja kurze całe *(3) | 30,0 g |
| | Kości, wywar | 300,0 g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 25,0 g |
| | Koper ogrodowy | 10,0 g |
| | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 g |
| Marchew z groszkiem **(duszenie) | 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 |
| Jogurt naturalny 150g **(obróbka wstępna) | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7) | 150,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-------------------------------------------|------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa bez cukru | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |
| | Kawa, napar bez cukru *(1) | 20,0 | g |
| Wek+ ser twarogowy+ pomidor+ sałata **(ob | Masło ekstra *(7) | 5,0 | 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+ pasta z jaj i ryb+ roszonekka **(gotowan | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | g |
| | Szcypiorek | 10,0 | g |
| | Roszonekka | 20,0 | g |
| | Śledź w oleju *(4) | 30,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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



| | | |
|-----------------------------------|-------------------------------------|---------|
| serek homogenizowany | Serek Homogenizowany Naturalny *(7) | 150,0 g |
| Rodzynki 50 g **(obróbka wstępna) | Rodzynki, suszone *(12) | 50,0 g |
| Inne składniki | | |

OBIAD

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

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-------------------------------------------|-------------------------------|-------|----|
| Sok owocowy **(obróbka wstępna) | Sok marchwiowo-jabłkowy | 200,0 | g |
| Jogurt naturalny 150g **(obróbka wstępna) | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7) | 150,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|----------------------------------------------|------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa bez cukru | Kawa, napar bez cukru *(1) | 20,0 | g |
| | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |
| Wek+ ser biały + pomidor **(obróbka wstępna) | 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 | | | |

** 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