

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

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

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

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Banan

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

**OBIAD**

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

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

**PODWIECZOREK**

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

**Kolacja**

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

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

**Dobowa suma wartości odżywczych**

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

**Dieta: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

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

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

## DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

## OBIAD

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

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

## PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

## Kolacja

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

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

### Dobowa suma wartości odżywczych

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

---

## Dieta: 10 Niskobiałkowa

---

### ŚNIADANIE

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

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

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

### OBIAD

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

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

### PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

## Kolacja

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

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

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

---

## Dieta: 11/GL Bezglutenowa

---

### ŚNIADANIE

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

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

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

### OBIAD

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

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

### PODWIECZOREK

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

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

## Kolacja

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

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

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

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

---

## Dieta: 11/ML Bezmleczna

---

### ŚNIADANIE

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

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

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

### OBIAD

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

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

### PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

### Kolacja

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

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

### Dobowa suma wartości odżywczych

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

---

## Dieta: 11/NP Niskopurynowa

---

### ŚNIADANIE

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

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

## **DRUGIE ŚNIADANIE**

Banan

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

## **OBIAD**

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

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

## **PODWIECZOREK**

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

## **Kolacja**

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

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

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

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

---

## **Dieta: 11/WE Wegetariańska**

---

### **ŚNIADANIE**

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

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

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Banan

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

### **OBIAD**

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

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

### **PODWIECZOREK**

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 615,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,19 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 20,04 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,79 , Białko: 34,97 , Błonnik: 3 , Sól: 1,34

### Dobowa suma wartości odżywczych

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

---

## Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

---

### ŚNIADANIE

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

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

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan- mus

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

### OBIAD

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

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

### PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

## Kolacja

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

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

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 345,12	kcal

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

---

## Dieta: 13 Płynna (kleikowa)

---

### ŚNIADANIE

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

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

### DRUGIE ŚNIADANIE

Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

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

### OBIAD

Herbata bez cukru, Marchwianka z ryżem

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

### PODWIECZOREK

Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

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

### Kolacja

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

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

### Dobowa suma wartości odżywczych

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

---

## Dieta: 2 Łatwostrawna

---

### ŚNIADANIE

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

## Nasiona sezamu)

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

## DRUGIE ŚNIADANIE

### Banan

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

## OBIAD

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

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

## PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 615,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,19 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 20,04 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,79 , Białko: 34,97 , Błonnik: 3 , Sól: 1,34

## Dobowa suma wartości odżywczych

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

---

## Dieta: 4 Wrzodowa

---

### ŚNIADANIE

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

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

### DRUGIE ŚNIADANIE

#### Banan

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

### OBIAD

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

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

## PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 615,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,19 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 20,04 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,79 , Białko: 34,97 , Błonnik: 3 , Sól: 1,34

### Dobowa suma wartości odżywczych

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

---

## Dieta: 5 Bogatoresztkowa

---

### ŚNIADANIE

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

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

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

### OBIAD

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

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

## PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

## Kolacja

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

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

### Dobowa suma wartości odżywczych

Ilość jm.

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

---

## **Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów**

---

### **ŚNIADANIE**

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

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

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Jabłko

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

### **OBIAD**

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

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

### **PODWIECZOREK**

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

### **Kolacja**

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

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

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

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

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

---

### ŚNIADANIE

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

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

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

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

### OBIAD

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

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

### PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

### Kolacja

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

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

### DRUGA KOLACJA

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

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

### Dobowa suma wartości odżywczych

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

---

## Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

---

### ŚNIADANIE

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

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

## DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

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

## OBIAD

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

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

## PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

## Kolacja

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

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

### Dobowa suma wartości odżywczych

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

---

## Dieta: 9 Bogatobiałkowa

---

### ŚNIADANIE

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

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

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

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

### OBIAD

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

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

### PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 615,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,19 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 20,04 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,79 , Białko: 34,97 , Błonnik: 3 , Sól: 1,34

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 550,26	kcal
Węglowodny przyswajalne	315,11	g
Cukry (glukoza)	11,06	g
Cukry (fruktoza)	25,36	g
Cukry (sacharoza)	16,14	g
Tłuszcze (nasycone)	41,71	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,71	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,00	g
Białko	129,25	g
Błonnik	21,83	g
Sól	4,33	g

---

## Dieta: 9/WEN Bogatobiałkowa wysokoenerget

---

### ŚNIADANIE

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

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

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

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

### OBIAD

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

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

### PODWIECZOREK

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

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

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 615,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,19 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 20,04 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,79 , Białko: 34,97 , Błonnik: 3 , Sól: 1,34

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 816,66	kcal
Węglowodny przyswajalne	319,71	g
Cukry (glukoza)	11,06	g

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

---

.....  
sporządził  
/Morkisz Magdalena/

.....  
zatwierdził



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

**ŚNIADANIE**

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

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

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

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

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



**Dieta: 1 Podstawowa**

**ŚNIADANIE**

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

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

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

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

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



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

**Dieta: 10 Niskobiałkowa**

**ŚNIADANIE**

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

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

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

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

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



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

**Dieta: 11/GL Bezglutenowa****ŚNIADANIE**

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

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

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

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

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



	Masło ekstra *(7)	20,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Ser twarogowy tłusty	100,0 g
Inne składniki		

**Dieta: 11/ML Bezmleczna**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ kiełbasa zielonogórska+ pomidor+ ros	Roszonka	20,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(1, 6)	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

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

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

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

**Dieta: 11/NP Niskopurynowa**

**ŚNIADANIE**



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

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

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

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
graham + twarożek z ziołami+ pomidor **(obr	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
Inne składniki			

**Dieta: 11/WE Wegetariańska****ŚNIADANIE**

**Jadłospis na dzień: 23-08-2025  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

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

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

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

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

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



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

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

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

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

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

**Dieta: 13 Płynna (kleikowa)**



### ŚNIADANIE

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

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

### OBIAD

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

### PODWIECZOREK

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

### Kolacja

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

### Dieta: 2 Łatwostrawna

### ŚNIADANIE

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

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

### OBIAD



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

#### PODWIECZOREK

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

#### Kolacja

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

#### Dieta: 4 Wrzodowa

#### ŚNIADANIE

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

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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



### OBIAD

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

### PODWIECZOREK

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

### Kolacja

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

### Dieta: 5 Bogatoresztkowa

### ŚNIADANIE

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

### DRUGIE ŚNIADANIE

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



Inne składniki

### OBIAD

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

### PODWIECZOREK

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

### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
graham+ twarożek z ziołami+ pomidor **(obr)	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
Inne składniki			

### Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Graham 120 + kielbasa zielonog+ ogórek ko	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Sałata	20,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Kielbasa Zielonogórska *(1, 6)	50,0	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 szparagowa z tartym ciastem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Makaron z jabłkami **(duszenie)	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
	Jabłko	200,0	g
Inne składniki			

#### PODWIECZOREK

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

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Graham + twarożek z ziołami+ Pomidor **(ob	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

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

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham + salceson+ ogórek+ musztarda+sa	Musztarda *(10)	5,0	g
	Salceson Śląski	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Ogórek	100,0	g
	Salata	20,0	g
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

**Jadłospis na dzień: 23-08-2025  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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

**OBIAD**

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

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g	
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0 g	
graham + twarożek z ziołami+ pomidor **(obróbka)	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0 g	
Inne składniki			

**DRUGA KOLACJA**

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

**Dieta: 8 Ubogoenergetyczna****ŚNIADANIE**

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



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

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

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

#### PODWIECZOREK

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

#### Kolacja

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

### Dieta: 9 Bogatobiałkowa

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Wek+kiełbasa zielonogorska+pomidor+ sałat	Masło ekstra *(7)	15,0	g



	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Salata	20,0 g
	Kiełbasa Zielonogórska *(1, 6)	50,0 g
Inne składniki		

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

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

#### PODWIECZOREK

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

#### Kolacja

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

### **Dieta: 9/WEN Bogatobiałkowa wysokoenerget**

#### ŚNIADANIE

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



	Mąka kukurydziana	30,0 g
Wek+kielbasa zielonogorska+pomidor+ sałat	Kielbasa Zielonogórska *(1, 6)	50,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Sałata	20,0 g
Inne składniki		

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

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

#### PODWIECZOREK

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

#### Kolacja

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



\*\* 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