

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

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), 3 wek+ pasta z jaj ze szczyp+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 817,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,07 , Cukry: 5,63 , Tłuszcz ogółem: 29,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,76 , Białko: 34,17 , Błonnik: 4,14 , Sól: 1,77

**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, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Pulpety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), Surówka z pomidora ze szczypiorkiem

Wartość energetyczna: 737,32 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,25 , Cukry: 15,77 , Tłuszcz ogółem: 6,17 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,09 , Białko: 38,11 , Błonnik: 12,85 , Sól: 1,03

**PODWIECZOREK**

Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 91,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11,85 , Cukry: 3,6 , Tłuszcz ogółem: 2,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,32 , Białko: 5,55 , Błonnik: ,45 , Sól: ,18

**Kolacja**

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), 3 wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 459,71 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,63 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 9,19 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,71 , Białko: 24,86 , Błonnik: 3 , Sól: 2,21

**Dobowa suma wartości odżywczych**

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 181,19	kcal
Węglowodny przyswajalne	312,95	g
Cukry (glukoza)	10,42	g
Cukry (fruktoza)	18,69	g
Cukry (sacharoza)	15,51	g
Tłuszcze (nasycone)	22,94	g
Tłuszcze (jednonasycone)	17,37	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,01	g
Białko	103,29	g
Błonnik	23,45	g
Sól	5,20	g

**Dieta: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+pasta z jaj+papryka+szczypiorek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 645,71 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 75,59 , Cukry: 3,89 , Tłuszcz ogółem: 23,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,62 , Białko: 23,06 , Błonnik: 8,7 , Sól: 1,96

## DRUGIE ŚNIADANIE

Gruszka

Wartość energetyczna: 87,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 18,45 , Cukry: 14,85 , Tłuszcz ogółem: ,23 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,9 , Błonnik: 3,15 , Sól: ,01

## OBIAD

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Kotlety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), Mizeria - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 741,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,95 , Cukry: 12,31 , Tłuszcz ogółem: 11,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,69 , Białko: 37,11 , Błonnik: 10,35 , Sól: ,94

## PODWIECZOREK

Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 91,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11,85 , Cukry: 3,6 , Tłuszcz ogółem: 2,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,32 , Białko: 5,55 , Błonnik: ,45 , Sól: ,18

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb mieszany z kielbasą żywiecką i ogórkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 741,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 83,66 , Cukry: 3,3 , Tłuszcz ogółem: 29,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,03 , Białko: 28,15 , Błonnik: 8,12 , Sól: 2,8

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 307,18	kcal
Węglowodny przyswajalne	304,50	g
Cukry (glukoza)	7,94	g
Cukry (fruktoza)	16,46	g
Cukry (sacharoza)	13,55	g
Tłuszcze (nasycone)	31,72	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,90	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,91	g
Białko	94,77	g
Błonnik	30,76	g
Sól	5,89	g

---

## Dieta: 10 Niskobiałkowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 629,83 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 59,05 , Cukry: 5,15 , Tłuszcz ogółem: 31,08 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,63 , Białko: 21,27 , Błonnik: 3,41 , Sól: 1,52

### 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, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Pulpety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), Surówka z pomidora ze szczypiorkiem

Wartość energetyczna: 737,32 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,25 , Cukry: 15,77 , Tłuszcz ogółem: 6,17 w tym nasycone kwasy

## PODWIECZOREK

Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 91,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11,85 , Cukry: 3,6 , Tłuszcz ogółem: 2,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,32 , Białko: 5,55 , Błonnik: ,45 , Sól: ,18

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 496,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 59,16 , Cukry: 4,7 , Tłuszcz ogółem: 24,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,97 , Białko: 16,26 , Błonnik: 3 , Sól: 2,5

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 030,33	kcal
Węglowodany przyswajalne	268,46	g
Cukry (glukoza)	10,42	g
Cukry (fruktoza)	18,69	g
Cukry (sacharoza)	14,67	g
Tłuszcze (nasycone)	27,07	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,51	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,46	g
Białko	81,79	g
Błonnik	22,71	g
Sól	5,24	g

---

## Dieta: 11/GL Bezglutenowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), chleb bezgl+ pasta z jaj ze szczyp+pomidor+ rukola - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 755,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 53,14 , Cukry: 17,25 , Tłuszcz ogółem: 44,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,55 , Białko: 25,58 , Błonnik: 3,87 , Sól: ,96

### 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 pomidorowa z ryżem (bezglutenowa) - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Pulpety rybne (bezgl) - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Ryba), ziemniaki gotowane, Kompot z cukrem, Surówka z pomidora ze szczypiorkiem

Wartość energetyczna: 789,64 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 142,8 , Cukry: 44,33 , Tłuszcz ogółem: 5,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,11 , Białko: 33,57 , Błonnik: 12,9 , Sól: ,7

## PODWIECZOREK

Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 91,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11,85 , Cukry: 3,6 , Tłuszcz ogółem: 2,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,32 , Białko: 5,55 , Błonnik: ,45 , Sól: ,18

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 273,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,59 , Cukry: 15,3 , Tłuszcz ogółem: 17,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,4 , Białko: 11,09 , Błonnik: 1,2 , Sól: 1,07

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	1 984,90	kcal
Węglowodny przyswajalne	238,53	g
Cukry (glukoza)	11,42	g
Cukry (fruktoza)	20,74	g
Cukry (sacharoza)	62,88	g
Tłuszcze (nasycone)	33,43	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,30	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,17	g
Białko	76,39	g
Błonnik	21,42	g
Sól	2,91	g

---

## **Dieta: 11/ML Bezmleczna**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, 3 wek+ pasta z jaj i ryby+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 536,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,71 , Cukry: 5,07 , Tłuszcz ogółem: 19,23 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,85 , Białko: 26,01 , Błonnik: 3,53 , Sól: 1,84

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Orzechy 40 g, Jabłko

Wartość energetyczna: 341,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,75 , Cukry: 15,43 , Tłuszcz ogółem: 23,06 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,68 , Białko: 7 , Błonnik: 5,6 , Sól: ,01

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), ziemniaki gotowane, Mięso gotowane w sosie wł (bezgl), Surówka z pomidora ze szczypiorkiem

Wartość energetyczna: 592,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,56 , Cukry: 13,28 , Tłuszcz ogółem: 5,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,29 , Białko: 35,49 , Błonnik: 10,59 , Sól: ,52

### **PODWIECZOREK**

Galaretką owocowa

Wartość energetyczna: 200,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43 , Cukry: 43 , Tłuszcz ogółem: ,33 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: 5 , Błonnik: 1,75 , Sól: ,01

### **Kolacja**

Herbata bez cukru, Wek+ Kielbasa żywiecka + pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 384,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 59,05 , Cukry: 4,7 , Tłuszcz ogółem: 12,66 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,76 , Białko: 16,15 , Błonnik: 3 , Sól: 2,5

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 055,00	kcal
Węglowodny przyswajalne	274,07	g
Cukry (glukoza)	11,68	g
Cukry (fruktoza)	19,66	g
Cukry (sacharoza)	50,14	g
Tłuszcze (nasycone)	12,61	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,74	g
Tłuszcze (wielonasycone)	24,42	g
Białko	89,65	g
Błonnik	24,47	g
Sól	4,87	g

---

## Dieta: 11/NP Niskopurynowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham 120+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 870,47 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,97 , Cukry: 4,24 , Tłuszcz ogółem: 34,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,54 , Białko: 36,05 , Błonnik: 10,03 , Sól: 2,16

### 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, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Pulpety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), Surówka z pomidora ze szczypiorkiem

Wartość energetyczna: 722,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,25 , Cukry: 15,77 , Tłuszcz ogółem: 6,17 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,09 , Białko: 34,51 , Błonnik: 12,85 , Sól: ,82

### PODWIECZOREK

Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 91,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11,85 , Cukry: 3,6 , Tłuszcz ogółem: 2,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,32 , Białko: 5,55 , Błonnik: ,45 , Sól: ,18

### Kolacja

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

Wartość energetyczna: 571,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,73 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 20,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,92 , Białko: 24,96 , Błonnik: 3 , Sól: 2,21

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 331,19	kcal
Węglowodny przyswajalne	308,95	g
Cukry (glukoza)	10,42	g
Cukry (fruktoza)	18,69	g
Cukry (sacharoza)	14,12	g
Tłuszcze (nasycone)	30,93	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,84	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,51	g
Białko	101,67	g
Błonnik	29,34	g
Sól	5,38	g

---

## Dieta: 11/WE Wegetariańska

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 887,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,01 , Cukry: 5,78 , Tłuszcz ogółem: 36,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,26 , Białko: 34,08 , Błonnik: 4,16 , Sól: 1,86

### 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, Brokuły w cieście - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne)), Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Surówka z pomidora ze szczypiorkiem

Wartość energetyczna: 645,19 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 109,55 , Cukry: 17,91 , Tłuszcz ogółem: 9,25 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,98 , Białko: 21,41 , Błonnik: 13,98 , Sól: ,29

## PODWIECZOREK

Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 91,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11,85 , Cukry: 3,6 , Tłuszcz ogółem: 2,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,32 , Białko: 5,55 , Błonnik: ,45 , Sól: ,18

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 529,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,39 , Cukry: 7,26 , Tłuszcz ogółem: 19,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,52 , Białko: 15,32 , Błonnik: 3,1 , Sól: 1,73

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 228,31	kcal
Węglowodny przyswajalne	301,94	g
Cukry (glukoza)	11,41	g
Cukry (fruktoza)	19,58	g
Cukry (sacharoza)	18,11	g
Tłuszcze (nasycone)	31,13	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,34	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,73	g
Białko	76,96	g
Błonnik	24,69	g
Sól	4,06	g

---

## Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ pasta z jaj ze szczyt. + pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 764,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 73,69 , Cukry: 4,82 , Tłuszcz ogółem: 35,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,8 , Białko: 30,37 , Błonnik: 3,12 , Sól: 1,45

### 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, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Pulpety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba)

Wartość energetyczna: 695,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,28 , Cukry: 10 , Tłuszcz ogółem: 5,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,98 , Białko: 35,9 , Błonnik: 10,2 , Sól: ,99

## PODWIECZOREK

Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 91,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11,85 , Cukry: 3,6 , Tłuszcz ogółem: 2,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,32 , Białko: 5,55 , Błonnik: ,45 , Sól: ,18

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), 12 wek+ kielbasa żywiecka+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 728,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 83,08 , Cukry: 4,93 , Tłuszcz ogółem: 31,99 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,29 , Białko: 31,78 , Błonnik: 3,03 , Sól: 2,58

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 355,65	kcal
Węglowodny przyswajalne	301,04	g
Cukry (glukoza)	7,87	g
Cukry (fruktoza)	15,51	g
Cukry (sacharoza)	14,53	g
Tłuszcze (nasycone)	35,45	g
Tłuszcze (jednonasycone)	30,98	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,89	g
Białko	104,19	g
Błonnik	19,80	g
Sól	5,21	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 manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ pasta z jaj ze szczypt.+pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 887,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,01 , Cukry: 5,78 , Tłuszcz ogółem: 36,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,26 , Białko: 34,08 , Błonnik: 4,16 , Sól: 1,86

### 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, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Pulpety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), Surówka z pomidora ze szczypiorkiem

Wartość energetyczna: 737,32 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,25 , Cukry: 15,77 , Tłuszcz ogółem: 6,17 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,09 , Białko: 38,11 , Błonnik: 12,85 , Sól: 1,03

### PODWIECZOREK

Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 91,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11,85 , Cukry: 3,6 , Tłuszcz ogółem: 2,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,32 , Białko: 5,55 , Błonnik: ,45 , Sól: ,18

### Kolacja

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

Wartość energetyczna: 588,88 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,03 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 27,79 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,11 , Białko: 22,17 , Błonnik: 3 , Sól: 2,64

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 379,93	kcal
Węglowodny przyswajalne	314,29	g
Cukry (glukoza)	10,42	g
Cukry (fruktoza)	18,69	g
Cukry (sacharoza)	15,66	g
Tłuszcze (nasycone)	32,84	g
Tłuszcze (jednonasycone)	30,57	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,91	g
Białko	100,51	g
Błonnik	23,46	g
Sól	5,72	g

---

## Dieta: 4 Wrzodowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), 3 wek+ pasta z jaj+ pomidor+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 723,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,05 , Cukry: 5,64 , Tłuszcz ogółem: 19,99 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,66 , Białko: 33,77 , Błonnik: 4,11 , Sól: 1,79

## 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, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Pulpety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), Marchew duszona 200g - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 796,97 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 131,06 , Cukry: 20,01 , Tłuszcz ogółem: 8,02 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,21 , Białko: 38,4 , Błonnik: 17,52 , Sól: 1,4

## PODWIECZOREK

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

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

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 571,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,73 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 20,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,92 , Białko: 24,96 , Błonnik: 3 , Sól: 2,21

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 257,30	kcal
Węglowodny przyswajalne	318,29	g
Cukry (glukoza)	11,15	g
Cukry (fruktoza)	18,41	g
Cukry (sacharoza)	17,21	g
Tłuszcze (nasycone)	23,63	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,15	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,20	g
Białko	104,19	g
Błonnik	27,63	g
Sól	5,65	g

---

## Dieta: 5 Bogatoresztkowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham 120+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor+ruko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 870,47 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,97 , Cukry: 4,24 , Tłuszcz ogółem: 34,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,54 , Białko: 36,05 , Błonnik: 10,03 , Sól: 2,16

### 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, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Pulpety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), Surówka z pomidora ze szczypiorkiem

Wartość energetyczna: 737,32 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,25 , Cukry: 15,77 , Tłuszcz ogółem: 6,17 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,09 , Białko: 38,11 , Błonnik: 12,85 , Sól: 1,03

### PODWIECZOREK

Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 91,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11,85 , Cukry: 3,6 , Tłuszcz ogółem: 2,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,32 , Białko: 5,55 , Błonnik: ,45 , Sól: ,18

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham 120+ kiełbasa żywiecka+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 609,29 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 72,52 , Cukry: 6,4 , Tłuszcz ogółem: 25,55 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,42 , Białko: 24,97 , Błonnik: 9,24 , Sól: 3,05

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 383,58	kcal
Węglowodny przyswajalne	314,73	g
Cukry (glukoza)	10,42	g
Cukry (fruktoza)	18,69	g
Cukry (sacharoza)	15,46	g
Tłuszcze (nasycone)	31,43	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,64	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,81	g
Białko	105,27	g
Błonnik	35,58	g
Sól	6,43	g

---

## Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham 120+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor++ruko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 870,47 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,97 , Cukry: 4,24 , Tłuszcz ogółem: 34,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,54 , Białko: 36,05 , Błonnik: 10,03 , Sól: 2,16

### DRUGIE ŚNIADANIE

Gruszka

Wartość energetyczna: 87,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 18,45 , Cukry: 14,85 , Tłuszcz ogółem: ,23 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,9 , Błonnik: 3,15 , Sól: ,01

### OBIAD

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Kotlety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), Mizeria - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 741,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,95 , Cukry: 12,31 , Tłuszcz ogółem: 11,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,69 , Białko: 37,11 , Błonnik: 10,35 , Sól: ,94

### PODWIECZOREK

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

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

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham 120 kiełbasa żywiecka+ogórek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 572,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 63,99 , Cukry: 3,52 , Tłuszcz ogółem: 25,61 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,4 , Białko: 24,13 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,94

### Dobowa suma wartości odżywczych

Ilość jm.

Wartość energetyczna kcal	2 360,98	kcal
Węglowodny przyswajalne	298,67	g
Cukry (glukoza)	8,67	g
Cukry (fruktoza)	17,66	g
Cukry (sacharoza)	10,09	g
Tłuszcze (nasycone)	32,47	g
Tłuszcze (jednonasycone)	31,28	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,76	g
Białko	104,63	g
Błonnik	32,41	g
Sól	6,28	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Graham + pasta z jaj ze szczyp.+pomidor+ruko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 566,86 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 46,56 , Cukry: 3,55 , Tłuszcz ogółem: 28,55 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,85 , Białko: 21,57 , Błonnik: 8 , Sól: 1,6

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 270,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 45,07 , Cukry: 15,78 , Tłuszcz ogółem: 5,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,01 , Białko: 6,27 , Błonnik: 7,24 , Sól: ,67

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Kotlety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), Mizeria - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 741,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,95 , Cukry: 12,31 , Tłuszcz ogółem: 11,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,69 , Białko: 37,11 , Błonnik: 10,35 , Sól: ,94

### **PODWIECZOREK**

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

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

### **Kolacja**

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham kielbasa żywiecka+ ogórek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 525,89 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 55,54 , Cukry: 3,46 , Tłuszcz ogółem: 25,26 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,33 , Białko: 22,47 , Błonnik: 7,6 , Sól: 2,72

### **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	2 379,65	kcal
Węglowodny przyswajalne	298,27	g
Cukry (glukoza)	9,62	g
Cukry (fruktoza)	18,76	g
Cukry (sacharoza)	9,80	g
Tłuszcze (nasycone)	34,62	g

Tłuszcze (jednonasycone)	31,88	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,44	g
Białko	99,33	g
Błonnik	37,63	g
Sól	6,83	g

---

## Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham 120+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor+ruko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 480,17 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,75 , Cukry: 3,45 , Tłuszcz ogółem: 15,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6 , Białko: 23,06 , Błonnik: 9,28 , Sól: 1,73

### 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, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Pulpety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), Surówka z pomidora ze szczypiorkiem

Wartość energetyczna: 710,64 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 118,46 , Cukry: 15,74 , Tłuszcz ogółem: 5,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,88 , Białko: 37,17 , Błonnik: 12,72 , Sól: 1,02

### PODWIECZOREK

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

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

### Kolacja

Herbata bez cukru, Graham+ kiełbasa delikat+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 425,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 62,26 , Cukry: 6,04 , Tłuszcz ogółem: 7,48 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,61 , Białko: 21,79 , Błonnik: 9,24 , Sól: 2,48

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 781,08	kcal
Węglowodny przyswajalne	259,92	g
Cukry (glukoza)	10,42	g
Cukry (fruktoza)	18,69	g
Cukry (sacharoza)	12,18	g
Tłuszcze (nasycone)	13,34	g
Tłuszcze (jednonasycone)	11,25	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,79	g
Białko	89,07	g
Błonnik	34,23	g
Sól	5,49	g

---

## Dieta: 9 Bogatobiałkowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham 120+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor+ruko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 870,47 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,97 , Cukry: 4,24 , Tłuszcz ogółem: 34,8 w tym nasycone kwasy

## DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 165,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,45 , Cukry: 16,05 , Tłuszcz ogółem: 3,03 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,85 , Białko: 7,05 , Błonnik: 3 , Sól: ,24

## OBIAD

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Pulpety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Surówka z pomidora ze szczypiorkiem

Wartość energetyczna: 737,32 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,25 , Cukry: 15,77 , Tłuszcz ogółem: 6,17 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,09 , Białko: 38,11 , Błonnik: 12,85 , Sól: 1,03

## PODWIECZOREK

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

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

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 588,88 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,04 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 27,79 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,11 , Białko: 22,17 , Błonnik: 3 , Sól: 2,64

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 451,68	kcal
Węglowodny przyswajalne	317,01	g
Cukry (glukoza)	10,42	g
Cukry (fruktoza)	18,69	g
Cukry (sacharoza)	13,52	g
Tłuszcze (nasycone)	34,37	g
Tłuszcze (jednonasycone)	30,33	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,91	g
Białko	109,82	g
Błonnik	28,89	g
Sól	6,31	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 manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
3 wek+ pasta z jaj ze szczy+ pomidor+ ruko	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szcypiorek	3,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0	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 **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowani)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Pulpety rybne **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	10,0	g
	Bułka tarta *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	2,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Surówka z pomidora ze szczypiorkiem **(obr)	Szcypiorek	10,0	g
	Pomidor	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt owocowy **(obróbka wstępna)	Jogurt truskawkowy, 1,5% tł. *(7)	150,0	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
3 wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor **(obrób)	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

### Dieta: 1 Podstawowa

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+posta z jaj+papryka+szczypek	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szcypiorek	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Papryka czerwona	50,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowani)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kotlety rybne **(smażenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	10,0	g
	Bułka tarta *(1)	10,0	g



	Cebula	10,0 g
Mizéria **(obróbka wstępna)	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	30,0 g
	Koper ogrodowy	5,0 g
	Ogórek	100,0 g
	Inne składniki	

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt owocowy **(obróbka wstępna)	Jogurt truskawkowy, 1,5% tł. *(7)	150,0	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
Chleb mieszany z kielbasą żywiecką i ogórki	Kielbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Ogórek	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+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor+ rukola	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowani)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g



	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Pulpety rybne **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	10,0 g
	Bułka tarta *(1)	20,0 g
	Pietruszka, liście	2,0 g
Surówka z pomidora ze szczypiorkiem **(obr	Pomidor	200,0 g
	Szczypiorek	10,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt owocowy **(obróbka wstępna)	Jogurt truskawkowy, 1,5% tł. *(7)	150,0	g
Inne składniki			

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ kielbasa żywiecka+ pomidor **(obrób	Kielbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	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 kaszą kukurydzianą **(gotow	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
chleb bezgl+ pasta z jaj ze szczyp+pomidor+	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Rukola	20,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Pomidor	100,0	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
Zupa pomidorowa z ryżem (bezglutenowa) **	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	40,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Pulpety rybne (bezgl) **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Pietruszka, liście	2,0	g
	Skrobia ziemniaczana	20,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kompot z cukrem **(gotowanie)	Kompot z jabłek, z cukrem	250,0	g
Surówka z pomidora ze szczypiorkiem **(obr)	Pomidor	200,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt owocowy **(obróbka wstępna)	Jogurt truskawkowy, 1,5% tł. *(7)	150,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Chleb bezgl+ kiełbasa drobiowa+ pomidor **	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
Inne składniki			

**Dieta: 11/ML Bezmleczna****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
3 wek+ pasta z jaj i ryby+ pomidor+ sałata **	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Śledź w oleju *(4)	30,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Orzechy 40 g **(obróbka wstępna)	Orzechy włoskie	40,0	g

**Jadłospis na dzień: 25-08-2025  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Rosół drobiowy z makaronem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	40,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron czterojajeczny, gotowany	30,0	g
	Pietruszka, liście	10,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Mięso gotowane w sosie wł (bezgl) **(gotowa	Skrobia ziemniaczana	20,0	g
	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Surówka z pomidora ze szczypiorkiem **(obr	Pomidor	200,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Galaretka owocowa **(gotowanie)	Truskawki w galaretkę	250,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ Kiełbasa żywiecka + pomidor **(obrób	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Kiełbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Pomidor	100,0	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 manną	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Graham 120+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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



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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Pulpety rybne **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	10,0	g
	Bułka tarta *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	2,0	g
Surówka z pomidora ze szczypiorkiem **(obróbka)	Pomidor	200,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt owocowy **(obróbka wstępna)	Jogurt truskawkowy, 1,5% tł. *(7)	150,0	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+ kielbasa drobiowa+ pomidor **(obróbka)	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Wek+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor+ rukola	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g

**Jadłospis na dzień: 25-08-2025**  
**szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

	Szcypiorek	3,0 g
	Rukola	20,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g

Inne składniki

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Brokuły w cieście **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Brokuły	100,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowani)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Surówka z pomidora ze szczypiorkiem **(obr)	Pomidor	200,0	g
	Szcypiorek	10,0	g

Inne składniki

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt owocowy **(obróbka wstępna)	Jogurt truskawkowy, 1,5% tł. *(7)	150,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ pomidor+ ogórki	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	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 manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g
	Kasza manna *(1)	30,0 g
Wek+ pasta z jaj ze szczyp.+ pomidor **(obr	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0 g
	Szczypiorek	3,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0 g
	Pomidor	100,0 g
Inne składniki		

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g	
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0 g	
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowani	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g	
	Kości, wywar	300,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g	
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g	
Pulpety rybne **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g	
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	10,0 g	
	Bułka tarta *(1)	20,0 g	
Pietruszka, liście	2,0 g		
Inne składniki			

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt owocowy **(obróbka wstępna)	Jogurt truskawkowy, 1,5% tł. *(7)	150,0 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	
12 wek+ kielbasa żywiecka+ pomidor **(obró	Kielbasa żywiecka *(6)	50,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0 g	



	Pomidor	100,0 g
zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g
	Kasza manna *(1)	30,0 g
Inne składniki		

**Dieta: 13 Płynna (kleikowa)**

**ŚNIADANIE**

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

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

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

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

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

**Dieta: 2 Łatwostrawna**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Wek+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor+ rukola	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Inne składniki		



	Rukola	20,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowani)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Pulpety rybne **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0
Mieszanka Ziół		2,0	g
Morszczuk, świeży *(4)		80,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		5,0	g
Bułki pszenne zwykłe *(1)		10,0	g
Bułka tarta *(1)		20,0	g
Pietruszka, liście		2,0	g
Surówka z pomidora ze szczypiorkiem **(obr)	Pomidor	200,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt owocowy **(obróbka wstępna)	Jogurt truskawkowy, 1,5% tł. *(7)	150,0	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 + kielbasa żywiecka+pomidor **(obróbka)	Kielbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

**Dieta: 4 Wrzodowa**

**ŚNIADANIE**

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



Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g
zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g
	Kasza manna *(1)	30,0 g
3 wek+ pasta z jaj+ pomidor+roszponka **(o	Jaja kurze całe *(3)	90,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Szcypiorek	3,0 g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0 g
	Roszponka	20,0 g
Inne składniki		

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowani	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Pulpety rybne **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0
Mieszanka Ziół		2,0	g
Morszczuk, świeży *(4)		80,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		5,0	g
Bułki pszenne zwykłe *(1)		10,0	g
Bułka tarta *(1)		20,0	g
Pietruszka, liście		2,0	g
Marchew duszona 200g **(duszenie)	Olej rzepakowy	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Marchew	200,0	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 **(gotowanie)	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g



Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor **(obróbka)	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	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 manną	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Graham 120+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowani)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujęczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Pulpety rybne **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0
Morszczuk, świeży *(4)		80,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		5,0	g
Bułki pszenne zwykłe *(1)		10,0	g
Bułka tarta *(1)		20,0	g
Pietruszka, liście		2,0	g
Mieszanka Ziół		2,0	g
Surówka z pomidora ze szczypiorkiem **(obr)	Pomidor	200,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt owocowy **(obróbka wstępna)	Jogurt truskawkowy, 1,5% tł. *(7)	150,0	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+ kielbasa żywiecka+pomidor **(	Kielbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki grahamki *(1)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Graham 120+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowani	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kotlety rybne **(smażenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g



	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	10,0 g
	Bułka tarta *(1)	10,0 g
	Cebula	10,0 g
Mizeria **(obróbka wstępna)	Koper ogrodowy	5,0 g
	Ogórek	100,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	30,0 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 **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Graham 120 kielbasa żywiecka+ogórek **(ob	Kielbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	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 + pasta z jaj ze szczyp.+pomidor+ru	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	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
Gruszka **(obróbka wstępna)	Gruszka	150,0	g
Inne składniki			

#### OBIAD

**Jadłospis na dzień: 25-08-2025  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrzejów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowani	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kotlety rybne **(smażenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	10,0	g
	Bułka tarta *(1)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
Mizeria **(obróbka wstępna)	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Koper ogrodowy	5,0	g
	Ogórek	100,0	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 **(gotowanie)	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Graham kielbasa żywiecka+ogórek **(obrób	Kielbasa żywiecka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	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 ze szczyp.+pomidor	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	2,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowani)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	2,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	g
	Pulpety rybne **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0
Mieszanka Ziół		2,0	g
Morszczuk, świeży *(4)		80,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		2,0	g
Bułki pszenne zwykłe *(1)		10,0	g
Bułka tarta *(1)		20,0	g
Pietruszka, liście		2,0	g
Surówka z pomidora ze szczypiorkiem **(obr)	Szczypiorek	10,0	g
	Pomidor	200,0	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
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham+ kielbasa delikat+pomidor **(obróbka)	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g



	Bułki grahamki *(1)	120,0 g
	Pomidor	100,0 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 manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Graham 120+ pasta z jaj ze szczyp.+pomidor	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Pulpety rybne **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	10,0	g
	Bułka tarta *(1)	20,0	g
	Pietruszka, liście	2,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowani)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Surówka z pomidora ze szczypiorkiem **(obr)	Pomidor	200,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
Inne składniki			



**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru <b>**</b> (gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. <b>*(7)</b>	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru <b>*(1)</b>	20,0	g
Wek+ kiełbasa żywiecka+ pomidor <b>**</b> (obróbka)	Kiełbasa żywiecka <b>*(6)</b>	50,0	g
	Masło ekstra <b>*(7)</b>	15,0	g
	Bułki wrocławskie <b>*(1, 11)</b>	100,0	g
	Pomidor	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 tulinu	14	Owoce morza	P15	Albumina
P16	Ananas	P17	Arbuz	P18	Aspartam
P19	Banan	P20	Białko jaja kurzego	P21	Borówka
P22	Bób	P23	Brzoskwinia	P24	Cebula
P25	Cynamon	P26	Cytrynian	P27	Czekolada
P28	Czosnek	P29	Dodatek do żywności	P30	Dorsz
P31	Drób	P32	Figi	P33	Gałka muszkatołowa
P34	Glutaminian	P35	Goździk	P36	Grzyb
P37	Homar	P38	Imbir	P39	Jabłko
P40	Kalmar	P41	Kokos	P42	Koncentrat białek jaja kurzego
P43	Krab	P44	Krewetki	P45	Kukurydza
P46	Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego	P47	Laktoza	P48	Maliny
P49	Małże	P50	Marchew	P51	Mątwą
P52	Melon	P53	Mięso	P54	Mięso czerwone
P55	Migdał	P56	Nabiał	P57	Nasiona
P58	Olej rybi	P59	Olejek migdałowy	P60	Orzech
P61	Orzech laskowy	P62	Orzech nerkowca	P63	Orzech włoski - orzech
P64	Orzeszki piniowe	P65	Ostryga	P66	Ośmiornica
P67	Owies	P68	Owoc	P69	Owoc cytrusowy
P70	Owoc kiwi	P71	Owoc mango	P72	Papryka

**Jadłospis na dzień: 25-08-2025**  
**szczegółowy**



**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

P73	Pistacja	P74	Pomarańcza - owoc	P75	Pomidor
P76	Pszenica	P77	Ryż	P78	Ser
P79	Skorupiak morski	P80	Sok jabłkowy	P81	Truskawka
P82	Tuńczyk	P83	Warzywa strączkowe	P84	Wieprzowina
P85	Wiśnia	P86	Zboża	P87	Ziarna soi
P88	Ziemniak	P89	Zioła i przyprawy	P90	Żyto
P91	Żywność na bazie mleka ssaków				

.....  
sporządził

/Morkisz Magdalena/

.....  
zatwierdził