

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

Herbata bez cukru, Wek+jajko+ pomidor+kiełki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 653,21 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,71 , Cukry: 5,36 , Tłuszcz ogółem: 15,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,58 , Białko: 28,86 , Błonnik: 3,72 , Sól: 1,65

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 150,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,3 , Cukry: 29,1 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,12 , Białko: 1,2 , Błonnik: 6 , Sól: ,02

OBIAD

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Surówka z pomidora ze szczypiorkiem, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 655,84 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,88 , Cukry: 12,84 , Tłuszcz ogółem: 5,68 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,32 , Białko: 38,38 , Błonnik: 10,92 , Sól: ,5

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), 3 wek+ kiełbasa szynkowa+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 461,71 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,58 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 10,35 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,35 , Białko: 22,06 , Błonnik: 3 , Sól: 2,39

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 020,77	kcal
Węglowodny przyswajalne	307,87	g
Cukry (glukoza)	12,17	g
Cukry (fruktoza)	25,24	g
Cukry (sacharoza)	14,95	g
Tłuszcze (nasycone)	15,75	g
Tłuszcze (jednonasycone)	13,49	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,13	g
Białko	97,30	g
Błonnik	23,64	g
Sól	4,74	g

Dieta: 1 Podstawowa**ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+ jajko got.+ kr.chrzan+ogórek+kiełk

Wartość energetyczna: 568,49 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 73,43 , Cukry: 1,44 , Tłuszcz ogółem: 18,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,47 , Białko: 18,82 , Błonnik: 7,87 , Sól: 2,7

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 grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Pieczeń wieprzowa - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), ziemniaki gotowane, Mizeria - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 697,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,95 , Cukry: 9,4 , Tłuszcz ogółem: 14,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,34 , Białko: 36,83 , Błonnik: 8,88 , Sól: ,56

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+ kiełbasa szynkowa+ ogórek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 641,21 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 83,65 , Cukry: 3,3 , Tłuszcz ogółem: 19,94 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,88 , Białko: 24,43 , Błonnik: 8,12 , Sól: 2,92

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 082,36	kcal
Węglowodny przyswajalne	279,58	g
Cukry (glukoza)	5,88	g
Cukry (fruktoza)	12,62	g
Cukry (sacharoza)	10,19	g
Tłuszcze (nasycone)	29,13	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,75	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,31	g
Białko	87,49	g
Błonnik	27,87	g
Sól	6,37	g

Dieta: 10 Niskobiałkowa

ŚNIADANIE

Wek+jajko+ pomidor+kiełki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 509,16 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,16 , Cukry: 4,7 , Tłuszcz ogółem: 21,08 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,17 , Białko: 16,75 , Błonnik: 3 , Sól: 1,31

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 grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Surówka z pomidora ze szczypiorkiem

Wartość energetyczna: 711,55 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,71 , Cukry: 12,82 , Tłuszcz ogółem: 15,11 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,96 , Białko: 37,37 , Błonnik: 10,69 , Sól: ,5

PODWIECZOREK

Rodzynki 50 g - w tym alergeny (Siarczyny i pochodna siarczynowa), Sok owocowy

Wartość energetyczna: 239,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,15 , Cukry: 20,15 , Tłuszcz ogółem: ,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,14 , Białko: 2,15 , Błonnik: 7,65 , Sól: ,18

Kolacja

Wek+ kiełbasa szynkowa+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 531,69 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,31 , Cukry: 17,2 , Tłuszcz ogółem: 18,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,42 , Białko: 16,26 , Błonnik: 3 , Sól: 2,25

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 066,40	kcal
Węglowodny przyswajalne	294,48	g
Cukry (glukoza)	11,97	g
Cukry (fruktoza)	22,74	g
Cukry (sacharoza)	34,71	g
Tłuszcze (nasycone)	24,74	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,17	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,60	g
Białko	73,13	g
Błonnik	27,34	g
Sól	4,24	g

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Chleb bezgl+ masło+ jajko+pomidor+ rukola - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 563,79 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 53,96 , Cukry: 16,16 , Tłuszcz ogółem: 26,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,42 , Białko: 21,52 , Błonnik: 2,24 , Sól: ,65

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 jarzynowa z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Seler), Mięso gotowane w sosie wł (bezgl), ziemniaki gotowane, Surówka z pomidora ze szczypiorkiem

Wartość energetyczna: 923,14 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 126,14 , Cukry: 14,31 , Tłuszcz ogółem: 24,51 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,59 , Białko: 39,06 , Błonnik: 14,35 , Sól: ,55

PODWIECZOREK

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

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

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

Wartość energetyczna: 237,69 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,5 , Cukry: 15,3 , Tłuszcz ogółem: 14,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,31 , Białko: 8,26 , Błonnik: 1,2 , Sól: 1,24

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 166,03	kcal
Węglowodny przyswajalne	224,76	g

Cukry (glukoza)	9,51 g
Cukry (fruktoza)	17,55 g
Cukry (sacharoza)	34,15 g
Tłuszcze (nasycone)	34,38 g
Tłuszcze (jednonasycone)	32,81 g
Tłuszcze (wielonasycone)	25,18 g
Białko	82,63 g
Błonnik	23,39 g
Sól	2,64 g

Dieta: 11/ML Bezmleczna

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, wek+ jajko+ pomidor+ kielki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 555,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,93 , Cukry: 17,5 , Tłuszcz ogółem: 20,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,79 , Białko: 16,84 , Błonnik: 3,02 , Sól: 1,46

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

Wartość energetyczna: 100,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 20,2 , Cukry: 19,4 , Tłuszcz ogółem: ,28 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,08 , Białko: ,8 , Błonnik: 4 , Sól: ,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane, Surówka z pomidora ze szczypiorkiem, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 690,15 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 113,05 , Cukry: 12,86 , Tłuszcz ogółem: 5,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,35 , Białko: 39,39 , Błonnik: 11,15 , Sól: ,5

PODWIECZOREK

Sok owocowy, Rodzynki 50 g - w tym alergeny (Siarczyn i pochodna siarczynowa)

Wartość energetyczna: 239,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,15 , Cukry: 20,15 , Tłuszcz ogółem: ,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,14 , Białko: 2,15 , Błonnik: 7,65 , Sól: ,18

Kolacja

Herbata z cukrem, 3 wek+ kiełbasa szynkowa+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 415,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,16 , Cukry: 16 , Tłuszcz ogółem: 6,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,19 , Białko: 16,22 , Błonnik: 2,72 , Sól: 2,24

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 000,06	kcal
Węglowodny przyswajalne	325,49	g
Cukry (glukoza)	12,44	g
Cukry (fruktoza)	24,78	g
Cukry (sacharoza)	48,68	g
Tłuszcze (nasycone)	8,56	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,00	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,42	g
Białko	75,40	g
Błonnik	28,53	g
Sól	4,38	g

Dieta: 11/NP Niskopurynowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham+ jajko+ pomidor+ kielki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka

krowiego)

Wartość energetyczna: 748,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,78 , Cukry: 3,82 , Tłuszcz ogółem: 24,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,07 , Białko: 30,93 , Błonnik: 9,6 , Sól: 1,95

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, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), ziemniaki gotowane, Surówka z pomidora ze szczypiorkiem

Wartość energetyczna: 606,54 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,71 , Cukry: 12,82 , Tłuszcz ogółem: 5,56 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,29 , Białko: 33,77 , Błonnik: 10,69 , Sól: ,29

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 120+ kiełbasa szynkowa+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 557,12 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 62,65 , Cukry: 3,52 , Tłuszcz ogółem: 19,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,85 , Białko: 24,13 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,69

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 087,24	kcal
Węglowodny przyswajalne	277,68	g
Cukry (glukoza)	9,17	g
Cukry (fruktoza)	17,14	g
Cukry (sacharoza)	8,40	g
Tłuszcze (nasycone)	30,64	g
Tłuszcze (jednonasycone)	17,37	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,15	g
Białko	96,22	g
Błonnik	32,17	g
Sól	5,13	g

Dieta: 11/WE Wegetariańska

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), wek+ jajko+ pomidor+ kiełki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 815,39 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,32 , Cukry: 17,86 , Tłuszcz ogółem: 26,9 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,78 , Białko: 28,96 , Błonnik: 3,72 , Sól: 1,65

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 grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Fasola szparagowa, ziemniaki gotowane, Surówka z pomidora ze szczypiorkiem

Wartość energetyczna: 481,24 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,54 , Cukry: 15 , Tłuszcz ogółem: 1,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,28 , Białko: 13,76 , Błonnik: 13,06 , Sól: ,16

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

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

Wartość energetyczna: 593,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,19 , Cukry: 23,56 , Tłuszcz ogółem: 19,66 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,52 , Białko: 15,32 , Błonnik: 3,4 , Sól: 1,24

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 065,53	kcal
Węglowodany przyswajalne	314,59	g
Cukry (glukoza)	15,62	g
Cukry (fruktoza)	23,89	g
Cukry (sacharoza)	31,47	g
Tłuszcze (nasycone)	29,02	g
Tłuszcze (jednonasycone)	17,52	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,20	g
Białko	65,44	g
Błonnik	23,18	g
Sól	3,25	g

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+jajko+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 647,78 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 73,89 , Cukry: 4,6 , Tłuszcz ogółem: 25,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,34 , Białko: 25,76 , Błonnik: 3 , Sól: 1,25

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, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Surówka z pomidora ze szczypiorkiem

Wartość energetyczna: 621,55 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,71 , Cukry: 12,82 , Tłuszcz ogółem: 5,56 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,29 , Białko: 37,37 , Błonnik: 10,69 , Sól: ,5

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 ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), 12 wek+kielbasa szynkowa+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 712,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 82,42 , Cukry: 4,96 , Tłuszcz ogółem: 26,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,73 , Białko: 31,18 , Błonnik: 3 , Sól: 2,33

Dobowa suma wartości odżywczych

Ilość jm.

Wartość energetyczna kcal	2 156,83	kcal
Węglowodny przyswajalne	279,57	g
Cukry (glukoza)	9,17	g
Cukry (fruktoza)	17,14	g
Cukry (sacharoza)	10,62	g
Tłuszcze (nasycone)	34,80	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,65	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,48	g
Białko	101,71	g
Błonnik	19,69	g
Sól	4,28	g

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ jajko + pomidor+ kiełki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 765,36 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,81 , Cukry: 5,36 , Tłuszcz ogółem: 26,9 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,78 , Białko: 28,96 , Błonnik: 3,72 , Sól: 1,65

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, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Surówka z pomidora ze szczypiorkiem

Wartość energetyczna: 621,55 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,71 , Cukry: 12,82 , Tłuszcz ogółem: 5,56 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,29 , Białko: 37,37 , Błonnik: 10,69 , Sól: ,5

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+kiełbasa szynkowa+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 573,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,68 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 22,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,56 , Białko: 22,16 , Błonnik: 3 , Sól: 2,39

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 135,81	kcal
Węglowodny przyswajalne	285,76	g
Cukry (glukoza)	9,17	g
Cukry (fruktoza)	17,14	g
Cukry (sacharoza)	11,48	g
Tłuszcze (nasycone)	32,07	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,18	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,27	g
Białko	95,90	g
Błonnik	20,41	g
Sól	4,74	g

Dieta: 4 Wrzodowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ jajko+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 765,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,82 , Cukry: 5,36 , Tłuszcz ogółem: 26,9 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,78 , Białko: 28,96 , Błonnik: 3,72 , Sól: 1,65

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, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 677,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,27 , Cukry: 14,66 , Tłuszcz ogółem: 5,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,29 , Białko: 38,83 , Błonnik: 14,92 , Sól: ,74

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+kiełbasa szynkowa+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 573,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,68 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 22,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,56 , Białko: 22,16 , Błonnik: 3 , Sól: 2,39

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 191,36	kcal
Węglowodny przyswajalne	295,32	g
Cukry (glukoza)	8,41	g
Cukry (fruktoza)	15,58	g
Cukry (sacharoza)	15,65	g
Tłuszcze (nasycone)	32,07	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,19	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,30	g
Białko	97,36	g
Błonnik	24,64	g
Sól	4,98	g

Dieta: 5 Bogatoresztkowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham+ jajko + pomidor+ kiełki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 748,56 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,77 , Cukry: 3,82 , Tłuszcz ogółem: 24,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,07 , Białko: 30,93 , Błonnik: 9,6 , Sól: 1,95

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, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Surówka z pomidora ze szczypiorkiem

Wartość energetyczna: 621,55 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,71 , Cukry: 12,82 , Tłuszcz ogółem: 5,56 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,29 , Białko: 37,37 , Błonnik: 10,69 , Sól: ,5

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 120+ kielbasa szynkowa+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 557,12 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 62,65 , Cukry: 3,52 , Tłuszcz ogółem: 19,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,85 , Białko: 24,13 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,69

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 102,23	kcal
Węglowodny przyswajalne	277,68	g
Cukry (glukoza)	9,17	g
Cukry (fruktoza)	17,14	g
Cukry (sacharoza)	8,41	g
Tłuszcze (nasycone)	30,65	g
Tłuszcze (jednonasycone)	17,37	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,15	g
Białko	99,82	g
Błonnik	32,17	g
Sól	5,34	g

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb graham+ jajko got.+ kr.chrzan+ogórek +kielki

Wartość energetyczna: 735,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 89,58 , Cukry: 1,02 , Tłuszcz ogółem: 24,56 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,03 , Białko: 30,52 , Błonnik: 8,65 , Sól: 2,81

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 grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), ziemniaki gotowane, Pieczeń wieprzowa - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Mizeria - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 697,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,95 , Cukry: 9,4 , Tłuszcz ogółem: 14,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,34 , Białko: 36,83 , Błonnik: 8,88 , Sól: ,56

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 120+ kielbasa szynkowa+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 557,12 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 62,65 , Cukry: 3,52 , Tłuszcz ogółem: 19,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,85 , Białko: 24,13 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,69

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 165,40	kcal
Węglowodny przyswajalne	274,72	g
Cukry (glukoza)	6,38	g
Cukry (fruktoza)	13,42	g
Cukry (sacharoza)	8,69	g
Tłuszcze (nasycone)	32,66	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,75	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,42	g
Białko	98,88	g
Błonnik	29,40	g
Sól	6,25	g

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

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb graham+ jajko got.+ kr.chrzan +kie

Wartość energetyczna: 433,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,46 , Cukry: ,3 , Tłuszcz ogółem: 18,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,35 , Białko: 16,65 , Błonnik: 6,65 , Sól: 2,25

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 grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Mizeria - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Pieczeń wieprzowa - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 697,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,95 , Cukry: 9,4 , Tłuszcz ogółem: 14,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,34 , Białko: 36,83 , Błonnik: 8,88 , Sól: ,56

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 + kielbasa szynkowa+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 510,89 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,18 , Cukry: 3,46 , Tłuszcz ogółem: 19,56 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,78 , Białko: 22,46 , Błonnik: 7,6 , Sól: 2,47

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	2 185,30	kcal
Węglowodny przyswajalne	273,62	g
Cukry (glukoza)	7,33	g

Cukry (fruktoza)	14,52 g
Cukry (sacharoza)	8,37 g
Tłuszcze (nasycone)	34,82 g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,35 g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,19 g
Białko	94,18 g
Błonnik	34,66 g
Sól	6,80 g

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham+ jajko + pomidor+ kielki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 417,56 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,05 , Cukry: 3,16 , Tłuszcz ogółem: 11,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,98 , Białko: 18,64 , Błonnik: 8,88 , Sól: 1,61

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, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Surówka z pomidora ze szczypiorkiem

Wartość energetyczna: 621,55 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,71 , Cukry: 12,82 , Tłuszcz ogółem: 5,56 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,29 , Białko: 37,37 , Błonnik: 10,69 , Sól: ,5

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, wek+ kiełbasa szynkowa+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 369,49 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,7 , Cukry: 4,7 , Tłuszcz ogółem: 6,96 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,21 , Białko: 16,15 , Błonnik: 3 , Sól: 2,25

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 583,61	kcal
Węglowodny przyswajalne	235,01	g
Cukry (glukoza)	9,17	g
Cukry (fruktoza)	17,14	g
Cukry (sacharoza)	8,93	g
Tłuszcze (nasycone)	11,92	g
Tłuszcze (jednonasycone)	10,09	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,55	g
Białko	79,56	g
Błonnik	25,57	g
Sól	4,55	g

Dieta: 9 Bogatobiałkowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+jajko + pomidor+ kielki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka

krowiego)

Wartość energetyczna: 765,36 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,81 , Cukry: 5,36 , Tłuszcz ogółem: 26,9 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,78 , Białko: 28,96 , Błonnik: 3,72 , Sól: 1,65

DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 211,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,65 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 15,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,07

OBIAD

Kompot bez cukru, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Surówka z pomidora ze szczypiorkiem

Wartość energetyczna: 621,55 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,71 , Cukry: 12,82 , Tłuszcz ogółem: 5,56 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,29 , Białko: 37,37 , Błonnik: 10,69 , Sól: ,5

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+kielbasa szynkowa+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 573,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,68 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 22,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,56 , Białko: 22,16 , Błonnik: 3 , Sól: 2,39

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 272,31	kcal
Węglowodny przyswajalne	290,26	g
Cukry (glukoza)	9,17	g
Cukry (fruktoza)	17,14	g
Cukry (sacharoza)	11,48	g
Tłuszcze (nasycone)	32,07	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,18	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,27	g
Białko	110,90	g
Błonnik	20,41	g
Sól	4,80	g

Dieta: 9/WEN Bogatobiałkowa wysokoenerget

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+jajko + pomidor+ kiełki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 765,36 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,81 , Cukry: 5,36 , Tłuszcz ogółem: 26,9 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,78 , Białko: 28,96 , Błonnik: 3,72 , Sól: 1,65

DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 211,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,65 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 15,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,07

OBIAD

Kompot bez cukru, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Surówka z pomidora ze szczypiorkiem

Wartość energetyczna: 621,55 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,71 , Cukry: 12,82 , Tłuszcz ogółem: 5,56 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,29 , Białko: 37,37 , Błonnik: 10,69 , Sól: ,5

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+kiełbasa szynkowa+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 573,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,68 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 22,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,56 , Białko: 22,16 , Błonnik: 3 , Sól: 2,39

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 538,71	kcal
Węglowodany przyswajalne	294,86	g
Cukry (glukoza)	9,17	g
Cukry (fruktoza)	17,14	g
Cukry (sacharoza)	12,36	g
Tłuszcze (nasycone)	34,70	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,94	g
Tłuszcze (wielonasycone)	22,74	g
Białko	117,30	g
Błonnik	23,01	g
Sól	4,81	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
Wek+jajko+ pomidor+kielki	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kielki Mieszanka	20,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	300,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Surówka z pomidora ze szczypiorkiem **(obr	Pomidor	200,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	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
3 wek+ kielbasa szynkowa+ pomidor **(obr	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	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+ jajko got.+ kr.chrzan+ogóre	Ogórek kwaszony	50,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kiełki Mieszanka	20,0	g
	Krem Chrzanowy *(6, 7, 9, 10)	5,0	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
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	150,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Pieczeń wieprzowa **(duszenie)	Wieprzowina, łopatka	100,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	6,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	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
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+ kiełbasa szynkowa+ ogóre	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(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
Wek+jajko+ pomidor+kielki	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kielki Mieszanka	20,0	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			

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 grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
Surówka z pomidora ze szczypiorkiem **(obr	Szczypiorek	10,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Pomidor	200,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Rodzynki 50 g **(obróbka wstępna)	Rodzynki, suszone *(12)	50,0	g
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ kiełbasa szynkowa+ pomidor **(obrób	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g



Inne składniki

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Zupa mleczna z ryżem ** (gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Chleb bezgl+ masło+ jajko+pomidor+rukola *	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Rukola	20,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Pomidor	100,0	g
Herbata z cukrem ** (gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	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 ** (gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa z ziemniakami ** (gotowanie)	Kości, wywar	300,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Mięso gotowane w sosie wł (bezgl) ** (gotowa)	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Skrobia ziemniaczana	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
ziemniaki gotowane ** (gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Surówka z pomidora ze szczypiorkiem ** (obr)	Olej rzepakowy	10,0	g
	Pomidor	200,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

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



Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0 g
Chleb bezgl+ kielbasa szynkowa+ pomidor **	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0 g
	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0 g
Inne składniki		

Dieta: 11/ML Bezmleczna**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
wek+ jajko+ pomidor+ kielki **(gotowanie)	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	15,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kielki Mieszanka	20,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Surówka z pomidora ze szczypiorkiem **(obr	Pomidor	200,0	g
	Szcypiorek	10,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
Rodzynki 50 g **(obróbka wstępna)	Rodzynki, suszone *(12)	50,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
3 wek+ kielbasa szynkowa+ pomidor+ rukola	Rukola	20,0	g



	Kiełbasa Szynekowa Wieprzowa *(6)	50,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	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
Graham+ jajko+ pomidor+ kiełki	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kiełki Mieszanka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	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
Mięso gotowane w sosie własnym	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Surówka z pomidora ze szczypiorkiem **(obr)	Pomidor	200,0	g
	Szczypiorek	10,0	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 120+ kiełbasa szynkowa+ pomidor *	Kiełbasa Szynekowa Wieprzowa *(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: 11/WE Wegetariańska**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
wek+ jajko+ pomidor+ kielki **(obróbka wstę)	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kielki Mieszanka	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 **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Fasola szparagowa **(gotowanie)	Fasola szparagowa	100,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Surówka z pomidora ze szczypiorkiem **(obr)	Pomidor	200,0	g
	Szczypiorek	10,0	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
Wek+ dżem+ pomidor	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
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
Wek+jajko+ pomidor	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
Zupa mleczna z ryżem	Ryż biały	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	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
Mięso gotowane w sosie własnym	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Surówka z pomidora ze szczypiorkiem **(obr)	Pomidor	200,0	g
	Szczypiorek	10,0	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 ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
12 wek+kiełbasa szynkowa+ pomidor **(obr)	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g
Inne składniki			



Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ jajko + pomidor+ kielki	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kielki Mieszanka	20,0	g
Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	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
Mięso gotowane w sosie własnym	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Surówka z pomidora ze szczypiorkiem **(obr)	Pomidor	200,0	g
	Szczypiorek	10,0	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+kielbasa szynkowa+pomidor **(obróbka)	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(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	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ jajko+ pomidor	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	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
Mięso gotowane w sosie własnym	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Jarzyny duszone **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	190,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	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+kiełbasa szynkowa+pomidor **(obróbka)	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(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
Graham+ jajko + pomidor+ kielki	Pomidor	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kielki Mieszanka	20,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	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
Mięso gotowane w sosie własnym	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Surówka z pomidora ze szczypiorkiem **(obr	Pomidor	200,0	g
	Szczypiorek	10,0	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 120+ kiełbasa szynkowa+ pomidor *	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(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 Z ogr. węglowodanów****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+ jajko got.+ kr.chrzan+ogórek	Ogórek kwaszony	50,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kiełki Mieszanka	20,0	g
	Krem Chrzanowy *(6, 7, 9, 10)	5,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	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 grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Pieczeń wieprzowa **(duszenie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	6,0	g
	Wieprzowina, łopatka	100,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(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
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 120+ kiełbasa szynkowa+ pomidor *	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(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
Chleb graham+ jajko got.+ kr.chrzan +kie	Ogórek kwaszony	50,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kiełki Mieszanka	20,0	g
	Krem Chrzanowy *(6, 7, 9, 10)	5,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
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 grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Mizeria **(obróbka wstępna)	Koper ogrodowy	5,0	g
	Ogórek	100,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	30,0	g
Pieczeń wieprzowa **(duszenie)	Wieprzowina, łopatka	100,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	6,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Jadłospis na dzień: 27-07-2025
szczegółowy**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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 + kiełbasa szynkowa+ pomidor **(ob	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g
Inne składniki			

DRUGA KOLACJA

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

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham+ jajko + pomidor+ kiełki	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Kiełki Mieszanka	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
Mięso gotowane w sosie własnym	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Surówka z pomidora ze szczypiorkiem **(obr	Szczypiorek	10,0	g
	Pomidor	200,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

**Jadłospis na dzień: 27-07-2025
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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
wek+ kielbasa szynkowa+ pomidor **(obróbka)	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	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
Wek+jajko + pomidor+ kielki	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kielki Mieszanka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Surówka z pomidora ze szczypiorkiem **(obr)	Pomidor	200,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

**Jadłospis na dzień: 27-07-2025
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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+kiełbasa szynkowa+pomidor **(obróbka)	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	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
Wek+jajko + pomidor+ kiełki	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kiełki Mieszanka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Surówka z pomidora ze szczypiorkiem **(obróbka)	Pomidor	200,0	g
	Szczypiorek	10,0	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	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+kiełbasa szynkowa+pomidor ** (obróbka)	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g
Inne składniki			

****** Sposób obróbki potrawy

***** ALERGIE POKARMOWE - legenda:

1	Gluten	2	Skorupiaki	3	Jaja (jadalne)
4	Ryba	5	Orzeszki ziemne	6	Białko sojowe
7	Białko mleka krowiego	8	Orzechy i nasiona	9	Seler
10	Musztarda/gorczyca	11	Nasiona sezamu	12	Siarczyn i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza	P15	Albumina
P16	Ananas	P17	Arbuz	P18	Aspartam
P19	Banan	P20	Białko jaja kurzego	P21	Borówka
P22	Bób	P23	Brzoskwinia	P24	Cebula
P25	Cynamon	P26	Cytrynian	P27	Czekolada
P28	Czosnek	P29	Dodatek do żywności	P30	Dorsz
P31	Drób	P32	Figi	P33	Gałka muszkatołowa
P34	Glutaminian	P35	Goździk	P36	Grzyb
P37	Homar	P38	Imbir	P39	Jabłko
P40	Kalmar	P41	Kokos	P42	Koncentrat białek jaja kurzego
P43	Krab	P44	Krewetki	P45	Kukurydza
P46	Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego	P47	Laktoza	P48	Maliny
P49	Małże	P50	Marchew	P51	Mątwą
P52	Melon	P53	Mięso	P54	Mięso czerwone
P55	Migdał	P56	Nabiał	P57	Nasiona
P58	Olej rybi	P59	Olejek migdałowy	P60	Orzech
P61	Orzech laskowy	P62	Orzech nerkowca	P63	Orzech włoski - orzech
P64	Orzeszki piniowe	P65	Ostryga	P66	Ośmiornica
P67	Owies	P68	Owoc	P69	Owoc cytrusowy
P70	Owoc kiwi	P71	Owoc mango	P72	Papryka

Jadłospis na dzień: 27-07-2025
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