

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

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

Wartość energetyczna: 671,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,06 , Cukry: 4,61 , Tłuszcz ogółem: 15,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,68 , Białko: 30,44 , Błonnik: 3,93 , Sól: 2

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 683,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,25 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,73 , Białko: 33,02 , Błonnik: 11,33 , Sól: ,84

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 651,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,18 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 7,83 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,3 , Białko: 21,16 , Błonnik: 3 , Sól: 1,84

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 247,71	kcal
Węglowodny przyswajalne	327,99	g
Cukry (glukoza)	14,66	g
Cukry (fruktoza)	18,50	g
Cukry (sacharoza)	40,45	g
Tłuszcze (nasycone)	11,95	g
Tłuszcze (jednonasycone)	14,34	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,99	g
Białko	87,12	g
Błonnik	25,21	g
Sól	4,84	g

Dieta: 1 Podstawowa**ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+ jajko w majonezie+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 671,49 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 78,92 , Cukry: 3,72 , Tłuszcz ogółem: 26,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,15 , Białko: 20,33 , Błonnik: 9,01 , Sól: 2,29

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grochowa z chlebem - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 767,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,37 , Cukry: 15,88 , Tłuszcz ogółem: 13,74 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,16 , Białko: 40,66 , Błonnik: 16,72 , Sól: ,87

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), chleb mieszany+ serek śmietankowy+ogórek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 528,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,55 , Cukry: 4 , Tłuszcz ogółem: 17,37 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,81 , Białko: 22,99 , Błonnik: 7,72 , Sól: 2,83

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 557,70	kcal
Węglowodany przyswajalne	337,25	g
Cukry (glukoza)	15,70	g
Cukry (fruktoza)	18,85	g
Cukry (sacharoza)	47,05	g
Tłuszcze (nasycone)	25,42	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,21	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,83	g
Białko	86,97	g
Błonnik	41,25	g
Sól	6,15	g

Dieta: 10 Niskobiałkowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 526,61 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 61,21 , Cukry: 3,98 , Tłuszcz ogółem: 21,23 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,26 , Białko: 17,73 , Błonnik: 3,18 , Sól: 1,66

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 683,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,25 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,73 , Białko: 33,02 , Błonnik: 11,33 , Sól: ,84

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 593,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,19 , Cukry: 23,56 , Tłuszcz ogółem: 19,66 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,51 , Białko: 15,31 , Błonnik: 3,4 , Sól: 1,24

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 045,21	kcal
Węglowodany przyswajalne	306,14	g
Cukry (glukoza)	20,41	g
Cukry (fruktoza)	24,25	g
Cukry (sacharoza)	46,82	g
Tłuszcze (nasycone)	24,74	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,15	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,05	g
Białko	68,57	g
Błonnik	24,86	g
Sól	3,90	g

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb bezglutenowy+jajko w jogurcie+ sałata - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 539,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,34 , Cukry: 15,84 , Tłuszcz ogółem: 23,28 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,83 , Białko: 21,58 , Błonnik: 3,63 , Sól: 1

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Zupa grochowa z chlebem bezglutenowym - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Seler), Kompot z cukrem, ryba w jarzynach z ryżem(bezgl.) - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 865,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 133,21 , Cukry: 44,52 , Tłuszcz ogółem: 13,65 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,14 , Białko: 39,42 , Błonnik: 17,95 , Sól: ,82

PODWIECZOREK

Sok owocowy, Rodzynki 50 g - w tym alergeny (Siarczyny 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

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

Wartość energetyczna: 427,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,11 , Cukry: 15,3 , Tłuszcz ogółem: 11,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,26 , Białko: 7,36 , Błonnik: 1,2 , Sól: ,69

Dobowa suma wartości odżywczych

Ilość jm.

Wartość energetyczna kcal	2 265,12	kcal
Węglowodny przyswajalne	302,40	g
Cukry (glukoza)	17,90	g
Cukry (fruktoza)	22,40	g
Cukry (sacharoza)	93,91	g
Tłuszcze (nasycone)	25,62	g
Tłuszcze (jednonasycone)	18,82	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,25	g
Białko	72,51	g
Błonnik	33,83	g
Sól	2,69	g

Dieta: 11/ML Bezmleczna

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Wek+ jajko w majonezie+ rozspanka(bezml) - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 529,08 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 72,78 , Cukry: 16,13 , Tłuszcz ogółem: 16,82 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,51 , Białko: 17,3 , Błonnik: 3,12 , Sól: 1,65

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 683,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,25 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,73 , Białko: 33,02 , Błonnik: 11,33 , Sól: ,84

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, Wek+dżem+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 439,49 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,7 , Cukry: 35,7 , Tłuszcz ogółem: 4,53 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,17 , Białko: 9,3 , Błonnik: 3,4 , Sól: 1,1

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 084,77	kcal
Węglowodny przyswajalne	364,48	g
Cukry (glukoza)	22,59	g
Cukry (fruktoza)	26,09	g
Cukry (sacharoza)	77,24	g
Tłuszcze (nasycone)	6,78	g
Tłuszcze (jednonasycone)	15,82	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,07	g
Białko	63,77	g
Błonnik	28,90	g
Sól	3,77	g

Dieta: 11/NP Niskopurynowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), graham+ jajko w jogurcie+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 767,18 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,12 , Cukry: 3,07 , Tłuszcz ogółem: 24,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,17 , Białko: 32,5 , Błonnik: 9,81 , Sól: 2,3

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 668,19 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,25 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,73 , Białko: 29,42 , Błonnik: 11,33 , Sól: ,63

PODWIECZOREK

serek homogenizowany - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 136,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 4,5 , Cukry: 0 , Tłuszcz ogółem: 0 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 0 , Białko: 15 , Błonnik: 0 , Sól: ,06

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham 120+ serek śmietankowy+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 746,59 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,24 , Cukry: 3,52 , Tłuszcz ogółem: 17,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,8 , Białko: 23,23 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,14

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 463,97	kcal
Węglowodny przyswajalne	304,82	g
Cukry (glukoza)	11,86	g
Cukry (fruktoza)	12,90	g
Cukry (sacharoza)	26,17	g
Tłuszcze (nasycone)	26,87	g
Tłuszcze (jednonasycone)	18,23	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,06	g
Białko	101,65	g
Błonnik	32,57	g
Sól	5,14	g

Dieta: 11/WE Wegetariańska

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ jajko w jogurcie+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 784,01 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,17 , Cukry: 4,61 , Tłuszcz ogółem: 27,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,88 , Białko: 30,54 , Błonnik: 3,93 , Sól: 2,01

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grochowa z chlebem - w tym alergeny (Gluten, Seler), Papryka nadziewana wege - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 652,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,78 , Cukry: 17,74 , Tłuszcz ogółem: 7,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,96 , Białko: 21,73 , Błonnik: 18,38 , Sól: ,16

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 763,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,28 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 19,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,51 , Białko: 21,27 , Błonnik: 3 , Sól: 1,84

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 489,66	kcal
Węglowodny przyswajalne	344,63	g
Cukry (glukoza)	19,04	g
Cukry (fruktoza)	22,92	g
Cukry (sacharoza)	43,45	g
Tłuszcze (nasycone)	27,66	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,76	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,36	g
Białko	76,53	g
Błonnik	33,11	g
Sól	4,16	g

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ jajko w jogurcie - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 662,18 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 75,52 , Cukry: 3,65 , Tłuszcz ogółem: 25,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,43 , Białko: 26,94 , Błonnik: 2,93 , Sól: 1,6

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 683,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,25 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,73 , Białko: 33,02 , Błonnik: 11,33 , Sól: ,84

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ serek śmietankowy+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 903,24 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,33 , Cukry: 4,93 , Tłuszcz ogółem: 23,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,69 , Białko: 30,87 , Błonnik: 3,03 , Sól: 1,78

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 490,12	kcal
Węglowodny przyswajalne	320,60	g
Cukry (glukoza)	14,58	g
Cukry (fruktoza)	18,40	g
Cukry (sacharoza)	39,54	g
Tłuszcze (nasycone)	31,09	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,52	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,61	g
Białko	93,33	g
Błonnik	24,24	g
Sól	4,38	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+ jajko w jogurcie+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 784,01 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,17 , Cukry: 4,61 , Tłuszcz ogółem: 27,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,88 , Białko: 30,54 , Błonnik: 3,93 , Sól: 2,01

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 683,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,25 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,73 , Białko: 33,02 , Błonnik: 11,33 , Sól: ,84

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 763,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,28 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 19,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,51 , Białko: 21,26 , Błonnik: 3 , Sól: 1,84

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 472,14	kcal
Węglowodany przyswajalne	328,20	g
Cukry (glukoza)	14,66	g
Cukry (fruktoza)	18,50	g
Cukry (sacharoza)	40,45	g
Tłuszcze (nasycone)	28,36	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,06	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,34	g
Białko	87,33	g
Błonnik	25,21	g
Sól	4,84	g

Dieta: 4 Wrzodowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ jajko w jogurcie+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 776,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,51 , Cukry: 3,26 , Tłuszcz ogółem: 27,11 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,88 , Białko: 30,37 , Błonnik: 3,82 , Sól: 1,71

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryba w jarzynach z ryżem

- w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 683,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,25 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,73 , Białko: 33,02 , Błonnik: 11,33 , Sól: ,84

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 763,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,28 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 19,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,51 , Białko: 21,26 , Błonnik: 3 , Sól: 1,84

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 464,24	kcal
Węglowodny przyswajalne	326,55	g
Cukry (glukoza)	14,65	g
Cukry (fruktoza)	18,49	g
Cukry (sacharoza)	39,13	g
Tłuszcze (nasycone)	28,36	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,06	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,32	g
Białko	87,15	g
Błonnik	25,10	g
Sól	4,55	g

Dieta: 5 Bogatoresztkowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ jajko w jogurcie+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 831,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 92,51 , Cukry: 6,18 , Tłuszcz ogółem: 32,31 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,71 , Białko: 33 , Błonnik: 8,87 , Sól: 1,99

DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 683,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,25 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,73 , Białko: 33,02 , Błonnik: 11,33 , Sól: ,84

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham 120+ serek śmietankowy+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 746,59 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,24 , Cukry: 3,52 , Tłuszcz ogółem: 17,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,8 , Białko: 23,23 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,14

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 502,88	kcal
Węglowodny przyswajalne	318,51	g
Cukry (glukoza)	15,49	g
Cukry (fruktoza)	19,45	g
Cukry (sacharoza)	38,71	g
Tłuszcze (nasycone)	27,47	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,59	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,70	g
Białko	91,74	g
Błonnik	36,03	g
Sól	5,12	g

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ jajko w majonezie+ rozszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 831,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 92,51 , Cukry: 6,18 , Tłuszcz ogółem: 32,31 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,71 , Białko: 33 , Błonnik: 8,87 , Sól: 1,99

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 grochowa z grahamem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Seler, Nasiona sezamu), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 998,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 149,67 , Cukry: 16,18 , Tłuszcz ogółem: 15,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,49 , Białko: 48,96 , Błonnik: 23,12 , Sól: 1,96

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 739,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,05 , Cukry: 2,92 , Tłuszcz ogółem: 17,22 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,75 , Białko: 22,48 , Błonnik: 7,78 , Sól: 2,6

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 740,75	kcal
Węglowodny przyswajalne	343,18	g
Cukry (glukoza)	10,73	g
Cukry (fruktoza)	20,50	g
Cukry (sacharoza)	28,21	g
Tłuszcze (nasycone)	29,07	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,28	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,09	g
Białko	106,03	g

Błonnik	47,17 g
Sól	6,71 g

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

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham+ jajko w majonezie+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 577,47 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 50,96 , Cukry: 4,59 , Tłuszcz ogółem: 26,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,16 , Białko: 23 , Błonnik: 10,74 , Sól: 1,85

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 grochowa z grahamem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Seler, Nasiona sezamu), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 998,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 149,67 , Cukry: 16,18 , Tłuszcz ogółem: 15,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,49 , Białko: 48,96 , Błonnik: 23,12 , Sól: 1,96

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 693,42 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,58 , Cukry: 2,86 , Tłuszcz ogółem: 16,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,68 , Białko: 20,81 , Błonnik: 6,5 , Sól: 2,39

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	2 808,93	kcal
Węglowodny przyswajalne	346,64	g
Cukry (glukoza)	11,68	g
Cukry (fruktoza)	21,60	g
Cukry (sacharoza)	27,02	g
Tłuszcze (nasycone)	31,37	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,13	g
Tłuszcze (wielonasycone)	12,28	g
Białko	105,20	g
Błonnik	56,29	g
Sól	7,68	g

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, graham+ jajko w jogurcie+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 509,78 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,16 , Cukry: 2,44 , Tłuszcz ogółem: 19,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,55 , Białko: 19,69 , Błonnik: 9,06 , Sól: 1,96

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

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 683,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,25 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,73 , Białko: 33,02 , Błonnik: 11,33 , Sól: ,84

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Graham z dżemem+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 410,09 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 72,2 , Cukry: 21,66 , Tłuszcz ogółem: 6,26 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,19 , Białko: 11,3 , Błonnik: 9,28 , Sól: 1,39

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 774,07	kcal
Węglowodny przyswajalne	271,56	g
Cukry (glukoza)	16,81	g
Cukry (fruktoza)	26,80	g
Cukry (sacharoza)	30,18	g
Tłuszcze (nasycone)	15,58	g
Tłuszcze (jednonasycone)	12,93	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,75	g
Białko	65,61	g
Błonnik	37,07	g
Sól	4,36	g

Dieta: 9 Bogatobiałkowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ jajko w jogurcie+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 784,01 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,17 , Cukry: 4,61 , Tłuszcz ogółem: 27,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,88 , Białko: 30,54 , Błonnik: 3,93 , Sól: 2,01

DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 235,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 42 , Cukry: 30,3 , Tłuszcz ogółem: 3,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,97 , Białko: 7,95 , Błonnik: 2,55 , Sól: ,24

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 683,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,25 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,73 , Białko: 33,02 , Błonnik: 11,33 , Sól: ,84

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 763,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,28 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 19,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,51 , Białko: 21,26 , Błonnik: 3 , Sól: 1,84

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 562,14	kcal
Węglowodany przyswajalne	337,50	g
Cukry (glukoza)	14,66	g
Cukry (fruktoza)	18,50	g
Cukry (sacharoza)	41,95	g
Tłuszcze (nasycone)	30,15	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,01	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,43	g
Białko	93,78	g
Błonnik	25,21	g
Sól	5,08	g

Dieta: 9/WEN Bogatobiałkowa wysokoenerget

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ jajko w jogurcie+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 784,01 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,17 , Cukry: 4,61 , Tłuszcz ogółem: 27,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,88 , Białko: 30,54 , Błonnik: 3,93 , Sól: 2,01

DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 235,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 42 , Cukry: 30,3 , Tłuszcz ogółem: 3,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,97 , Białko: 7,95 , Błonnik: 2,55 , Sól: ,24

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryba w jarzynach z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 656,19 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,25 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 6,64 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,53 , Białko: 33,02 , Błonnik: 11,33 , Sól: ,84

PODWIECZOREK

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

Wartość energetyczna: 232,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,3 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 16 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,21

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 763,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,28 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 19,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,51 , Białko: 21,26 , Błonnik: 3 , Sól: 1,84

Dobowa suma wartości odżywczych

Ilość	jm.
2 671,63	kcal
342,00	g
14,66	g
18,50	g
41,95	g
29,95	g
20,12	g
6,65	g
108,78	g
25,21	g
5,14	g

Wartość energetyczna kcal

Węglowodny przyswajalne

Cukry (glukoza)

Cukry (fruktoza)

Cukry (sacharoza)

Tłuszcze (nasycone)

Tłuszcze (jednonasycone)

Tłuszcze (wielonasycone)

Białko

Błonnik

Sól

.....
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+ jajko w jogurcie+ roszonek **(gotow)	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Roszonek	20,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	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
	Ryż biały	80,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Cebula	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
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+serek śmietankowy+pomidor **(obrób)	Serek Śmietankowy *(7)	100,0 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 w majonezie+ roszipo	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szcypiorek	2,0	g
	Rosziponka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grochowa z chlebem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Słonina	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Groch, nasiona suche	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	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
	Ryż biały	80,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g



	Cebula	10,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
chleb mieszany+ serek śmietankowy+ogórek	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: 10 Niskobiałkowa

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ jajko w jogurcie+ roszonekka **(gotowa	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Roszonekka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Kości, wywar	300,0	g
	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
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g



	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
	Ryż biały	80,0 g
	Bułka tarta *(1)	5,0 g
	Cebula	10,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

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

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Chleb bezglutenowy+jajko w jogurcie+ sałata	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Sałata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

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



Zupa grochowa z chlebem bezglutenowym **	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Skrobia ziemniaczana	10,0 g
	Kości, wywar	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0 g
	Słonina	5,0 g
	Groch, nasiona suche	40,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
Kompot z cukrem **(gotowanie)	Kompot z jabłek, z cukrem	250,0 g
ryba w jarzynach z ryżem(bezgl.) **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0 g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Ryż biały	80,0 g
	Cebula	10,0 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
Chleb bezgl+ serek śmietankowy+ pomidor *	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/ML Bezmleczna

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Wek+ jajko w majonezie+ roszonek(bezml)	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	20,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Roszonek	20,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE



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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru ** (gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa 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
Ryba w jarzynach z ryżem ** (duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona * (9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% * (5, 6, 9, 10)	20,0	g
	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
	Ryż biały	80,0	g
	Bułka tarta * (1)	5,0	g
	Cebula	10,0	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
Wek+dżem+ pomidor ** (obróbka wstępna)	Bułki wrocławskie * (1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/NP Niskopurynowa

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Kasza manna * (1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. * (7)	300,0	g
graham+ jajko w jogurcie+ roszponka ** (goto)	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe * (10)	30,0	g
	Jaja kurze całe * (3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g

Jadłospis na dzień: 29-08-2025
szczegółowy**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

	Roszonka	20,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g
	Groszek zielony	10,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0 g

Inne składniki

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan **(obróbka wstępna)	Banan	150,0 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	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g	
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0 g	
	Olej rzepakowy	5,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g	
	Ryż biały	80,0 g	
	Bułka tarta *(1)	5,0 g	
	Cebula	10,0 g	
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0 g	
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	

Inne składniki

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g	
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0 g	
Graham 120+ serek śmietankowy+pomidor *	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0 g	

Inne składniki

Dieta: 11/WE Wegetariańska**ŚNIADANIE**

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

Jadłospis na dzień: 29-08-2025
szczegółowy**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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+ jajko w jogurcie+ roszonekka **(gotowa)	Kukurydza, konserwowa	10,0 g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g
	Szcypiorek	2,0 g
	Roszonekka	20,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Groszek zielony	10,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0 g
Inne składniki		

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa grochowa z chlebem **(gotowanie)	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Groch, nasiona suche	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Papryka nadziewana wege **(pieczenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	50,0	g
	Ryż biały	50,0	g
	Brokuły	20,0	g
	Kalafior	20,0	g
Papryka czerwona	200,0	g	
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

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



Serek Śmietankowy *(7) 100,0 g

Inne składniki

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Wek+ jajko w jogurcie **(gotowanie)	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan **(obróbka wstępna)	Banan	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
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	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
	Ryż biały	80,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
Cebula	10,0	g	
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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



Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Wek+ serek śmietankowy+ pomidor **(obrób)	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	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+ jajko w jogurcie+ roszonekka **(gotowa	Kukurydza, konserwowa	10,0 g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g
	Szczypiorek	2,0 g
	Roszonekka	20,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Groszek zielony	10,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0 g
Inne składniki		

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan **(obróbka wstępna)	Banan	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	
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0 g	
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g	
	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	
	Ryż biały	80,0 g	
	Bułka tarta *(1)	5,0 g	
Cebula	10,0 g		
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g	
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0 g	
Wek+ serek śmietankowy+ pomidor **(obrób	Serek Śmietankowy *(7)	100,0 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
zupa mleczna z kaszą manną	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Wek+ jajko w jogurcie+ roszponka **(gotowa)	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Roszponka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan **(obróbka wstępna)	Banan	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
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	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
	Ryż biały	80,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
Cebula	10,0	g	
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja



Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Wek+ serek śmietankowy+ pomidor **(obrób	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	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	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Graham+ jajko w jogurcie+ roszponka **(got	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szcypiorek	120,0	g
	Roszponka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Kości, wywar	300,0	g
	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
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Cebula	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g



	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Graham 120+ serek śmietankowy+pomidor *	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	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
zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Graham+ jajko w majonezie+ roszponka **(g)	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	120,0	g
	Roszponka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	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 grochowa z grahamem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Słonina	5,0	g



	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0 g
	Groch, nasiona suche	40,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0 g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g
	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
	Ryż biały	80,0 g
	Bułka tarta *(1)	5,0 g
	Cebula	10,0 g

Inne składniki

PODWIECZOREK

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

Inne składniki

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Graham 120+ serek śmietankowy+ ogórek **	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	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+ jajko w majonezie+ roszponka **(g)	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	120,0	g
	Roszonka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g	

Inne składniki

DRUGIE ŚNIADANIE

Jadłospis na dzień: 29-08-2025
szczegółowy**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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 grochowa z grahamem **(gotowanie)	Kości, wywar	300,0	g
	Słonina	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Groch, nasiona suche	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	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
	Ryż biały	80,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Cebula	10,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Graham+ serek śmietankowy+ ogórek **(obróbka)	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
Inne składniki			

DRUGA KOLACJA

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



	Pomidor	50,0 g
Inne składniki		

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
graham+ jajko w jogurcie+ roszponka **(got)	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Roszonka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	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
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	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
	Ryż biały	80,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Cebula	10,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja



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

Dieta: 9 Bogatobiałkowa

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Wek+ jajko w jogurcie+ roszonekka **(gotowa	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szcypiorek	2,0	g
	Roszonekka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa 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
Ryba w jarzynach z ryżem **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	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
	Ryż biały	80,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g



	Cebula	10,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ serek śmietankowy+ pomidor **(obróbka)	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	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
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Wek+ jajko w jogurcie+ roszponka **(gotowa)	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szcypiorek	2,0	g
	Roszponka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa 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



Ryba w jarzynach z ryżem ** (duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0 g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0 g
	Olej rzepakowy	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Ryż biały	80,0 g
	Bułka tarta *(1)	5,0 g
	Cebula	10,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy ** (obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
serek homogenizowany	Serek Homogenizowany Naturalny *(7)	150,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ serek śmietankowy+ pomidor ** (obrób	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	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/gorzycza	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

Jadłospis na dzień: 29-08-2025
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

P37	Homar	P38	Imbir	P39	Jabłko
P40	Kalmar	P41	Kokos	P42	Koncentrat białek jaja kurzego
P43	Krab	P44	Krewetki	P45	Kukurydza
P46	Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego	P47	Laktoza	P48	Maliny
P49	Małże	P50	Marchew	P51	Mątwą
P52	Melon	P53	Mięso	P54	Mięso czerwone
P55	Migdał	P56	Nabiał	P57	Nasiona
P58	Olej rybi	P59	Olejek migdałowy	P60	Orzech
P61	Orzech laskowy	P62	Orzech nerkowca	P63	Orzech włoski - orzech
P64	Orzeszki piniowe	P65	Ostryga	P66	Ośmiornica
P67	Owies	P68	Owoc	P69	Owoc cytrusowy
P70	Owoc kiwi	P71	Owoc mango	P72	Papryka
P73	Pistacja	P74	Pomarańcza - owoc	P75	Pomidor
P76	Pszenica	P77	Ryż	P78	Ser
P79	Skorupiak morski	P80	Sok jabłkowy	P81	Truskawka
P82	Tuńczyk	P83	Warzywa strączkowe	P84	Wieprzowina
P85	Wiśnia	P86	Zboża	P87	Ziarna soi
P88	Ziemniak	P89	Zioła i przyprawy	P90	Żyto
P91	Żywność na bazie mleka ssaków				

.....
sporządził

/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził