

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

Herbata bez cukru, Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), 3 wek+ sałatka jarzynowa z jajkiem+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 716,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 100,51 , Cukry: 7,31 , Tłuszcz ogółem: 17,18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,96 , Białko: 32,47 , Błonnik: 8,09 , Sól: 2,07

**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 brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Leczo z pieczywem - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 697,04 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,26 , Cukry: 11,59 , Tłuszcz ogółem: 14,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,23 , Białko: 36,18 , Błonnik: 12,57 , Sól: 2,68

**PODWIECZOREK**

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

**Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 481,72 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,08 , Cukry: 23,56 , Tłuszcz ogółem: 7,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,31 , Białko: 15,21 , Błonnik: 3,4 , Sól: 1,24

**Dobowa suma wartości odżywczych**

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 069,27	kcal
Węglowodny przyswajalne	319,58	g
Cukry (glukoza)	14,56	g
Cukry (fruktoza)	23,21	g
Cukry (sacharoza)	36,84	g
Tłuszcze (nasycone)	15,58	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,16	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,76	g
Białko	84,69	g
Błonnik	28,08	g
Sól	6,03	g

**Dieta: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+ sałatka jarz. z jajkiem+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 693,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,88 , Cukry: 6,14 , Tłuszcz ogółem: 25,22 w tym nasycone kwasy

tłuszczowe 11,01 , Białko: 21,38 , Błonnik: 11,85 , Sól: 2,33

## DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

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

## OBIAD

Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Leczo z pieczywem - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 719,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,26 , Cukry: 11,59 , Tłuszcz ogółem: 16,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,33 , Białko: 36,18 , Błonnik: 12,57 , Sól: 2,68

## PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb mieszany+ serek topiony+ pomidor+rzodkiewka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 740,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,25 , Cukry: 4,1 , Tłuszcz ogółem: 30,26 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,92 , Białko: 24,43 , Błonnik: 9,47 , Sól: 2,82

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 327,10	kcal
Węglowodny przyswajalne	303,11	g
Cukry (glukoza)	8,75	g
Cukry (fruktoza)	17,01	g
Cukry (sacharoza)	28,21	g
Tłuszcze (nasycone)	35,33	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,17	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,15	g
Białko	82,83	g
Błonnik	37,91	g
Sól	7,88	g

---

## Dieta: 10 Niskobiałkowa

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 506,78 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,19 , Cukry: 6,6 , Tłuszcz ogółem: 15,51 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,46 , Białko: 18,57 , Błonnik: 5,99 , Sól: 1,8

### 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 brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Leczo z pieczywem - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 719,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,26 , Cukry: 11,59 , Tłuszcz ogółem: 16,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,33 , Białko: 36,18 , Błonnik: 12,57 , Sól: 2,68

### PODWIECZOREK

## Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

## 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	1 994,51	kcal
Węglowodny przyswajalne	286,36	g
Cukry (glukoza)	14,55	g
Cukry (fruktoza)	23,21	g
Cukry (sacharoza)	36,13	g
Tłuszcze (nasycone)	20,38	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,38	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,58	g
Białko	70,90	g
Błonnik	25,98	g
Sól	5,77	g

---

## Dieta: 11/GL Bezglutenowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb bezgl+ sałatka jarzynowa z jajkiem+rukola - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 633,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 62,75 , Cukry: 17,86 , Tłuszcz ogółem: 28,81 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,17 , Białko: 23,12 , Błonnik: 4,95 , Sól: 1,14

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 218,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 47,5 , Cukry: 15,1 , Tłuszcz ogółem: ,37 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,14 , Białko: 1,75 , Błonnik: 6,25 , Sól: ,03

### OBIAD

Zupa brokułowa z ryżem (bezgluten) - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Leczo z pieczywem - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 506,85 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 47,45 , Cukry: 10,17 , Tłuszcz ogółem: 14,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,98 , Białko: 25,95 , Błonnik: 8,21 , Sól: 1,69

### PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

## Kolacja

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

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

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 752,16	kcal
Węglowodny przyswajalne	215,31	g

Cukry (glukoza)	14,55 g
Cukry (fruktoza)	23,21 g
Cukry (sacharoza)	56,76 g
Tłuszcze (nasycone)	30,31 g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,52 g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,33 g
Białko	52,49 g
Błonnik	22,03 g
Sól	3,00 g

---

## Dieta: 11/ML Bezmleczna

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 555,18 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,11 , Cukry: 6,7 , Tłuszcz ogółem: 20,68 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,8 , Białko: 18,49 , Błonnik: 6 , Sól: 1,87

### 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 brokułowa z makaronem (bezml) - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Seler), Leczo z pieczywem - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 701,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,82 , Cukry: 11,53 , Tłuszcz ogółem: 15,99 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,75 , Białko: 35,19 , Błonnik: 12,57 , Sól: 2,65

### PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

### Kolacja

Herbata z cukrem, wek+dżem+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, 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	1 870,20	kcal
Węglowodny przyswajalne	288,36	g
Cukry (glukoza)	14,55	g
Cukry (fruktoza)	23,21	g
Cukry (sacharoza)	48,31	g
Tłuszcze (nasycone)	9,80	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,74	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,95	g
Białko	63,81	g
Błonnik	25,98	g
Sól	5,66	g

---

## Dieta: 11/NP Niskopurynowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ sałatka

jarzynowa z jajkiem+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 868,97 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,09 , Cukry: 5,93 , Tłuszcz ogółem: 32,74 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,9 , Białko: 34,52 , Błonnik: 13,94 , Sól: 2,45

## **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, Leczo z pieczywem - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego), Zupa jarzynowa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 710,92 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,54 , Cukry: 11,57 , Tłuszcz ogółem: 16,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,34 , Białko: 32,77 , Błonnik: 12,93 , Sól: 2,47

## **PODWIECZOREK**

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

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

## **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 539,69 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 81,11 , Cukry: 22,02 , Tłuszcz ogółem: 13,56 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,06 , Białko: 17,24 , Błonnik: 9,28 , Sól: 1,54

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 284,59	kcal
Węglowodny przyswajalne	299,19	g
Cukry (glukoza)	13,41	g
Cukry (fruktoza)	20,46	g
Cukry (sacharoza)	21,70	g
Tłuszcze (nasycone)	30,15	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,43	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,64	g
Białko	91,58	g
Błonnik	39,15	g
Sól	6,70	g

---

## **Dieta: 11/WE Wegetariańska**

---

### **ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 772,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 100,61 , Cukry: 7,47 , Tłuszcz ogółem: 23,18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,41 , Białko: 32,34 , Błonnik: 8,06 , Sól: 2,15

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Jabłko

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

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Leczo wegetariańskie z ciecierzycą - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 681,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,71 , Cukry: 11,76 , Tłuszcz ogółem: 15,75 w tym nasycone

kwasy tłuszczowe 2,15 , Białko: 27,26 , Błonnik: 16,69 , Sól: ,17

## PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

## 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	2 222,50	kcal
Węglowodany przyswajalne	326,22	g
Cukry (glukoza)	14,24	g
Cukry (fruktoza)	23,02	g
Cukry (sacharoza)	37,67	g
Tłuszcze (nasycone)	21,15	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,29	g
Tłuszcze (wielonasycone)	12,43	g
Białko	75,75	g
Błonnik	32,17	g
Sól	3,60	g

---

## Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 769,39 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 100,31 , Cukry: 7,27 , Tłuszcz ogółem: 23,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,4 , Białko: 32,06 , Błonnik: 7,78 , Sól: 2,14

### 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, Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Leczo z pieczywem - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 719,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,26 , Cukry: 11,59 , Tłuszcz ogółem: 16,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,33 , Białko: 36,18 , Błonnik: 12,57 , Sól: 2,68

## PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 742,1 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,69 , Cukry: 23,67 , Tłuszcz ogółem: 25,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,02 , Białko: 25,89 , Błonnik: 4,75 , Sól: 1,18

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 405,31	kcal
Węglowodny przyswajalne	330,98	g
Cukry (glukoza)	14,48	g
Cukry (fruktoza)	23,11	g
Cukry (sacharoza)	37,09	g
Tłuszcze (nasycone)	27,82	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,99	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,13	g
Białko	94,96	g
Błonnik	29,12	g
Sól	6,05	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

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
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, Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), wek+ sałatka jarzynowa z jajkiem+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 772,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 100,61 , Cukry: 7,47 , Tłuszcz ogółem: 23,18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,41 , Białko: 32,34 , Błonnik: 8,06 , Sól: 2,15

## **DRUGIE ŚNIADANIE**

Jabłko

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

## **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Leczo z pieczywem - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 719,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,26 , Cukry: 11,59 , Tłuszcz ogółem: 16,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,33 , Białko: 36,18 , Błonnik: 12,57 , Sól: 2,68

## **PODWIECZOREK**

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

## **Kolacja**

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ dżem+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), 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 11,52 , Białko: 15,32 , Błonnik: 3,4 , Sól: 1,24

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 260,31	kcal
Węglowodny przyswajalne	319,78	g
Cukry (glukoza)	14,56	g
Cukry (fruktoza)	23,21	g
Cukry (sacharoza)	37,00	g
Tłuszcze (nasycone)	24,33	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,05	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,63	g
Białko	84,67	g
Błonnik	28,05	g
Sól	6,11	g

---

## **Dieta: 4 Wrzodowa**

---

### **ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 772,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 100,61 , Cukry: 7,47 , Tłuszcz ogółem: 23,18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,41 , Białko: 32,34 , Błonnik: 8,06 , Sól: 2,15

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Jabłko

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

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Leczo z pieczywem - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 706,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,38 , Cukry: 11,02 , Tłuszcz ogółem: 16,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,3 , Białko: 33,95 , Błonnik: 11,2 , Sól: 2,67

## PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 593,93 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	2 247,02	kcal
Węglowodny przyswajalne	318,90	g
Cukry (glukoza)	14,39	g
Cukry (fruktoza)	23,06	g
Cukry (sacharoza)	36,75	g
Tłuszcze (nasycone)	24,30	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,03	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,47	g
Białko	82,44	g
Błonnik	26,68	g
Sól	6,10	g

---

## Dieta: 5 Bogatoresztkowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ sałatka jarzynowa z jajkiem+ roszp - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 868,97 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,09 , Cukry: 5,93 , Tłuszcz ogółem: 32,74 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,9 , Białko: 34,52 , Błonnik: 13,94 , Sól: 2,45

### 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 brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Leczo z pieczywem - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 701,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,46 , Cukry: 10,49 , Tłuszcz ogółem: 17,28 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,35 , Białko: 38,97 , Błonnik: 14,77 , Sól: 2,79

## PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

## Kolacja

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

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

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 321,50	kcal
Węglowodny przyswajalne	302,42	g
Cukry (glukoza)	14,55	g
Cukry (fruktoza)	23,21	g
Cukry (sacharoza)	32,82	g
Tłuszcze (nasycone)	31,13	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,74	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,90	g
Białko	91,60	g
Błonnik	42,01	g
Sól	6,82	g

---

## **Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ sałatka jarzynowa z jajkiem+ rozsp - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 868,97 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,09 , Cukry: 5,93 , Tłuszcz ogółem: 32,74 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,9 , Białko: 34,52 , Błonnik: 13,94 , Sól: 2,45

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Jabłko

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

### **OBIAD**

Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Leczo z pieczywem - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 701,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,46 , Cukry: 10,49 , Tłuszcz ogółem: 17,28 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,35 , Białko: 38,97 , Błonnik: 14,77 , Sól: 2,79

### **PODWIECZOREK**

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

### **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 651,57 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 63,24 , Cukry: 3,52 , Tłuszcz ogółem: 30,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,86 , Białko: 23,87 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,59

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 395,97	kcal
Węglowodny przyswajalne	284,52	g
Cukry (glukoza)	8,80	g
Cukry (fruktoza)	17,46	g
Cukry (sacharoza)	25,82	g
Tłuszcze (nasycone)	39,19	g
Tłuszcze (jednonasycone)	30,02	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,21	g
Białko	98,20	g
Błonnik	41,61	g
Sól	7,87	g

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

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham+ sałatka jarzynowa z jajkiem+roszp - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 557,01 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 55,21 , Cukry: 5 , Tłuszcz ogółem: 24,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,89 , Białko: 19,09 , Błonnik: 10,59 , Sól: 1,89

### 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

Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Leczo z grahamem - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 701,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,46 , Cukry: 10,49 , Tłuszcz ogółem: 17,28 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,35 , Białko: 38,97 , Błonnik: 14,77 , Sól: 2,79

### PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

### Kolacja

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

Wartość energetyczna: 605,39 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,79 , Cukry: 3,46 , Tłuszcz ogółem: 29,78 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,8 , Białko: 22,22 , Błonnik: 7,6 , Sól: 2,37

### 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	2 406,33	kcal
Węglowodny przyswajalne	287,66	g
Cukry (glukoza)	9,75	g
Cukry (fruktoza)	18,56	g
Cukry (sacharoza)	25,29	g
Tłuszcze (nasycone)	41,02	g
Tłuszcze (jednonasycone)	29,89	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,19	g
Białko	91,94	g
Błonnik	45,51	g
Sól	8,42	g

## Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham+ sałatka jarzynowa z jajkiem+ roszp - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 470,29 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 63,4 , Cukry: 4,9 , Tłuszcz ogółem: 11,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,04 , Białko: 20,58 , Błonnik: 11,86 , Sól: 2,02

## 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 brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Leczo z pieczywem - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 663,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,46 , Cukry: 10,49 , Tłuszcz ogółem: 12,68 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,2 , Białko: 38,97 , Błonnik: 14,77 , Sól: 2,79

## PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko

Wartość energetyczna: 99,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,57 , Cukry: 17,59 , Tłuszcz ogółem: ,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,02 , Białko: ,24 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,04

## Kolacja

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

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

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 718,13	kcal
Węglowodny przyswajalne	259,77	g
Cukry (glukoza)	14,55	g
Cukry (fruktoza)	23,21	g
Cukry (sacharoza)	31,43	g
Tłuszcze (nasycone)	13,50	g
Tłuszcze (jednonasycone)	10,66	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,30	g
Białko	71,68	g
Błonnik	39,93	g
Sól	6,25	g

---

## Dieta: 9 Bogatobiałkowa

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 772,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 100,61 , Cukry: 7,47 , Tłuszcz ogółem: 23,18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,41 , Białko: 32,34 , Błonnik: 8,06 , Sól: 2,15

### DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko, Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 166,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 27 , Cukry: 18,15 , Tłuszcz ogółem: 2,37 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,38 , Białko: 6,15 , Błonnik: 3,45 , Sól: ,18

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Leczo z pieczywem - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 700,19 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 92,39 , Cukry: 11,55 , Tłuszcz ogółem: 16,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,03 , Białko: 35,38 , Błonnik: 12,5 , Sól: 2,66

### PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko, Jogurt naturalny 150g - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 189,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 32,87 , Cukry: 19,09 , Tłuszcz ogółem: 2,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,81 , Białko: 6,69 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,28

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 668,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,29 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 32,31 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,58 , Białko: 21,91 , Błonnik: 3 , Sól: 2,29

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 496,89	kcal
Węglowodny przyswajalne	320,16	g
Cukry (glukoza)	8,81	g
Cukry (fruktoza)	17,46	g
Cukry (sacharoza)	35,06	g
Tłuszcze (nasycone)	35,20	g
Tłuszcze (jednonasycone)	30,85	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,11	g
Białko	102,47	g
Błonnik	28,03	g
Sól	7,56	g

---

## Dieta: 9/WEN Bogatobiałkowa wysokoenerget

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 772,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 100,61 , Cukry: 7,47 , Tłuszcz ogółem: 23,18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,41 , Białko: 32,34 , Błonnik: 8,06 , Sól: 2,15

### DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko, Jogurt owocowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 166,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 27 , Cukry: 18,15 , Tłuszcz ogółem: 2,37 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,38 , Białko: 6,15 , Błonnik: 3,45 , Sól: ,18

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Leczo z pieczywem - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 700,19 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 92,39 , Cukry: 11,55 , Tłuszcz ogółem: 16,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,03 , Białko: 35,38 , Błonnik: 12,5 , Sól: 2,66

### PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko, Jogurt naturalny 150g - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 189,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 32,87 , Cukry: 19,09 , Tłuszcz ogółem: 2,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,81 , Białko: 6,69 , Błonnik: 1,02 , Sól: ,28

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 668,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,29 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 32,31 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,58 , Białko: 21,91 , Błonnik: 3 , Sól: 2,29

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 496,89	kcal
Węglowodny przyswajalne	320,16	g
Cukry (glukoza)	8,81	g

Cukry (fruktoza)	17,46 g
Cukry (sacharoza)	35,06 g
Tłuszcze (nasycone)	35,20 g
Tłuszcze (jednonasycone)	30,85 g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,11 g
Białko	102,47 g
Błonnik	28,03 g
Sól	7,56 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
Owsianka	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
3 wek+ sałatka jarzynowa z jajkiem+ rukola *	Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	20,0	g
	Ziemniaki, got. w wodzie	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Rukola	20,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Marchew	30,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
	Inne składniki		

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa brokułowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Leczo z pieczywem **(duszenie)	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	60,0	g
	Kiełbasa zwyczajna *(6, 7)	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	100,0	g
	Cebula	10,0	g
Kapusta pekińska	60,0	g	
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

**Jadłospis na dzień: 31-07-2025**  
**szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	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
3.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: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+ sałatka jarz. z jajkiem+ ruk	Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	20,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	20,0	g
	Ziemniaki, got. w wodzie	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Marchew	30,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Zupa brokułowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g



	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g
Leczo z pieczywem *(duszenie)	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0 g
	Pieczarka uprawna, świeża	60,0 g
	Kiełbasa zwyczajna *(6, 7)	80,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Chleb zwykły *(1, 7)	100,0 g
	Cebula	10,0 g
	Kapusta pekińska	60,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko *(gotowanie)	Jabłko	50,0 g	
	Kisiel w proszku	20,0 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 topiony+ pomidor+rz	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0 g	
	Pomidor	50,0 g	
	Rzodkiewka	50,0 g	
	Ser topiony, edamski *(7)	50,0 g	
Inne składniki			

**Dieta: 10 Niskobiałkowa**

**ŚNIADANIE**

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



Inne składniki

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa brokułowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojęczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Leczo z pieczywem **(duszenie)	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	60,0	g
	Kiełbasa zwyczajna *(6, 7)	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	100,0	g
	Cebula	10,0	g
	Kapusta pekińska	60,0	g
Inne składniki			

### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Kisiel w proszku	20,0	g
	Jabłko	50,0	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+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 bezgl+ sałatka jarzynowa z jajkiem+ru	Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	10,0	g



	Kukurydza, konserwowa	10,0 g
	Ogórki, konserwowe *(10)	20,0 g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	8,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g
	Seler korzeniowy *(9)	20,0 g
	Ziemniaki, got. w wodzie	30,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Rukola	20,0 g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Marchew	30,0 g
	Pietruszka, korzeń	10,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0 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
Rodzynki 50 g **(obróbka wstępna)	Rodzynki, suszone *(12)	50,0	g
Inne składniki			

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Zupa brokułowa z ryżem (bezgluten) **(gogo	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Skrobia ziemniaczana	10,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Leczo z pieczywem **(duszenie)	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	60,0	g
	Kiełbasa zwyczajna *(6, 7)	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Cebula	10,0	g
	Kapusta pekińska	60,0	g
Inne składniki			

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

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

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+ sałatka jarzynowa z jajkiem+ sałata **	Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	20,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	15,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	20,0	g
	Ziemniaki, got. w wodzie	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Marchew	30,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Sałata	20,0	g
	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 brokułowa z makaronem (bezml) **(got)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Leczo z pieczywem **(duszenie)	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	60,0	g
	Kiełbasa zwyczajna *(6, 7)	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g



	Chleb zwykły *(1, 7)	100,0	g
	Cebula	10,0	g
	Kapusta pekińska	60,0	g
Inne składniki			

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	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
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

#### Dieta: 11/NP Niskopurynowa

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Owsianka	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
Graham+ sałatka jarzynowa z jajkiem+ rukol	Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	20,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	20,0	g
	Ziemniaki, got. w wodzie	30,0	g
	Roszonka	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Marchew	30,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

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



Leczo z pieczywem **(duszenie)	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0 g
	Pieczarka uprawna, świeża	60,0 g
	Kiełbasa zwyczajna *(6, 7)	80,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Chleb zwykły *(1, 7)	100,0 g
	Cebula	10,0 g
	Kapusta pekińska	60,0 g
Zupa jarzynowa **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0 g
	Fasola szparagowa	20,0 g
	Groszek zielony	10,0 g
	Kalafior	10,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

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

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Graham+ dżem+ pomidor	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

### Dieta: 11/WE Wegetariańska

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Owsianka	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
wek+ sałatka jarzynowa z jajkiem+ sałata **(	Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	20,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	20,0	g
	Ziemniaki, got. w wodzie	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g

**Jadłospis na dzień: 31-07-2025  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Marchew	30,0 g
	Pietruszka, korzeń	10,0 g
	Sałata	20,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0 g

Inne składniki

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g	
Zupa brokułowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g	
	Makaron czterojęczny *(1, 3)	30,0 g	
	Brokuły	40,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g	
Leczo wegetariańskie z ciecierzycą **(dusze)	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	120,0 g	
	Ciecierzycza Suszona	80,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Olej rzepakowy	10,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g	

Inne składniki

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0 g	
	Kisiel w proszku	20,0 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	
wec+dzem+ 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: 12 Papkowata (przecierana)****ŚNIADANIE**

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

**Jadłospis na dzień: 31-07-2025  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Owsianka	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g
	Płatki owsiane *(1)	30,0 g
wek+ sałatka jarzynowa z jajkiem **(gotowan	Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	10,0 g
	Kukurydza, konserwowa	10,0 g
	Ogórki, konserwowe *(10)	20,0 g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	8,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g
	Seler korzeniowy *(9)	20,0 g
	Ziemniaki, got. w wodzie	30,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Marchew	30,0 g
	Pietruszka, korzeń	10,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0 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	
Zupa brokułowa z makaronem	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g	
	Kości, wywar	300,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g	
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0 g	
	Brokuły	40,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
Leczo z pieczywem **(duszenie)	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0 g	
	Pieczarka uprawna, świeża	60,0 g	
	Kiełbasa zwyczajna *(6, 7)	80,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Olej rzepakowy	5,0 g	
	Chleb zwykły *(1, 7)	100,0 g	
	Cebula	10,0 g	
Kapusta pekińska	60,0 g		

Inne składniki

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0 g	
	Kisiel w proszku	20,0 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+dżem+ pomidor	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Owsianka **(gotowanie)	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	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
Owsianka	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g



wek+ sałatka jarzynowa z jajkiem+ sałata **	Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	10,0 g
	Kukurydza, konserwowa	10,0 g
	Ogórki, konserwowe *(10)	20,0 g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	8,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g
	Seler korzeniowy *(9)	20,0 g
	Ziemniaki, got. w wodzie	30,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Marchew	30,0 g
	Pietruszka, korzeń	10,0 g
	Sałata	20,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0 g

Inne składniki

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

Inne składniki

### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa brokułowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Leczo z pieczywem **(duszenie)	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	60,0	g
	Kiełbasa zwyczajna *(6, 7)	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	100,0	g
	Cebula	10,0	g
Kapusta pekińska	60,0	g	

Inne składniki

### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	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	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: 4 Wrzodowa**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Owsianka	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
wek+ sałatka jarzynowa z jajkiem+ sałata **	Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	20,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	20,0	g
	Ziemniaki, got. w wodzie	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Marchew	30,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Sałata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa brokułowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Leczo z pieczywem **(duszenie)	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0	g
	Kiełbasa zwyczajna *(6, 7)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g

**Jadłospis na dzień: 31-07-2025**  
**szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

	Chleb zwykły *(1, 7)	100,0 g
	Kapusta pekińska	60,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0 g	
	Kisiel w proszku	20,0 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+ 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	
Inne składniki			

**Dieta: 5 Bogatoresztkowa****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g	
Owsianka	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g	
	Płatki owsiane *(1)	30,0 g	
Graham+ sałatka jarzynowa z jajkiem+ roszp	Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	10,0 g	
	Kukurydza, konserwowa	10,0 g	
	Ogórki, konserwowe *(10)	20,0 g	
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	8,0 g	
	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g	
	Seler korzeniowy *(9)	20,0 g	
	Ziemniaki, got. w wodzie	30,0 g	
	Roszponka	20,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g	
	Marchew	30,0 g	
	Pietruszka, korzeń	10,0 g	
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0 g	
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

**Jadłospis na dzień: 31-07-2025  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa brokułowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Leczo z pieczywem **(duszenie)	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	60,0	g
	Kiełbasa zwyczajna *(6, 7)	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Cebula	10,0	g
	Kapusta pekińska	60,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

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

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Owsianka **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
Graham+ sałatka jarzynowa z jajkiem+ ros	Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	20,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	20,0	g



	Ziemniaki, got. w wodzie	30,0 g
	Roszonka	20,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g
	Marchew	30,0 g
	Pietruszka, korzeń	10,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0 g
Inne składniki		

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Zupa brokułowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Leczo z pieczywem **(duszenie)	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	60,0	g
	Kiełbasa zwyczajna *(6, 7)	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Cebula	10,0	g
	Kapusta pekińska	60,0	g
Inne składniki			

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	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 topiony+ pomidor **(obr	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g



	Ser topiony, edamski *(7)	50,0 g
Inne składniki		

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

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham+ sałatka jarzynowa z jajkiem+roszp	Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	20,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	20,0	g
	Ziemniaki, got. w wodzie	30,0	g
	Roszonka	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Marchew	30,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	150,0	g
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
Zupa brokułowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Leczo z grahamem **(duszenie)	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	60,0	g
	Kiełbasa zwyczajna *(6, 7)	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g



	Cebula	10,0 g
	Kapusta pekińska	60,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	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 topiony+ pomidor **(obróbka)	Ser topiony, edamski *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGA KOLACJA**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
graham 60 g+ masło+ pomidor 50 g **(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+ sałatka jarzynowa z jajkiem+ roszp	Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	20,0	g
	Ziemniaki, got. w wodzie	30,0	g
	Roszpodka	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Marchew	30,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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



Inne składniki

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa brokułowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Leczo z pieczywem **(duszenie)	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	60,0	g
	Kiełbasa zwyczajna *(6, 7)	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Cebula	10,0	g
	Kapusta pekińska	60,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Graham+ dżem+ 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
Owsianka	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
wek+ sałatka jarzynowa z jajkiem+ sałata **	Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	20,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g



	Seler korzeniowy *(9)	20,0 g
	Ziemniaki, got. w wodzie	30,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Marchew	30,0 g
	Pietruszka, korzeń	10,0 g
	Sałata	20,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0 g
Inne składniki		

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa brokułowa z makaronem	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	15,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	3,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Leczo z pieczywem **(duszenie)	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	60,0	g
	Kiełbasa zwyczajna *(6, 7)	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	100,0	g
	Cebula	10,0	g
Kapusta pekińska	60,0	g	
Inne składniki			

### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	g
Jogurt naturalny 150g **(obróbka wstępna)	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	150,0	g
Inne składniki			

### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ serek top+ pomidor	Masło ekstra *(7)	15,0	g



	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Ser topiony, edamski *(7)	50,0 g
Inne składniki		

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Owsianka	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
wek+ sałatka jarzynowa z jajkiem+ sałata **	Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	10,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	20,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	20,0	g
	Ziemniaki, got. w wodzie	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Marchew	30,0	g
	Pietruszka, korzeń	10,0	g
	Sałata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa brokułowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	3,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	15,0	g
Leczo z pieczywem **(duszenie)	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0	g
	Piecarka uprawna, świeża	60,0	g
	Kiełbasa zwyczajna *(6, 7)	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g



	Chleb zwykły *(1, 7)	100,0 g
	Cebula	10,0 g
	Kapusta pekińska	60,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	g
Jogurt naturalny 150g **(obróbka wstępna)	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	150,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

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