

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

Herbata bez cukru, Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ jajecznicza z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 701,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,14 , Cukry: 3,19 , Tłuszcz ogółem: 19,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,78 , Białko: 34,08 , Błonnik: 4,58 , Sól: 1,81

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 835,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 127,98 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 9,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,76 , Białko: 53,41 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,63

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 459,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,63 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 9,19 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,71 , Białko: 24,86 , Błonnik: 3 , Sól: 2,21

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 171,78	kcal
Węglowodny przyswajalne	310,30	g
Cukry (glukoza)	5,66	g
Cukry (fruktoza)	12,74	g
Cukry (sacharoza)	13,92	g
Tłuszcze (nasycone)	18,69	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,21	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,71	g
Białko	119,75	g
Błonnik	19,52	g
Sól	4,84	g

Dieta: 1 Podstawowa**ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+jajecznicza z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 658,32 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 77,26 , Cukry: 2,08 , Tłuszcz ogółem: 24,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,6 , Białko: 23,17 , Błonnik: 8,72 , Sól: 2,06

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, barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 872,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 128,02 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 12,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,5 , Białko: 53,45 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,63

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb mieszany+boczek prasowany+ogórek+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 716,16 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,69 , Cukry: 3,2 , Tłuszcz ogółem: 21,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,09 , Białko: 25,19 , Błonnik: 8,47 , Sól: 3,23

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 422,21	kcal
Węglowodany przyswajalne	315,52	g
Cukry (glukoza)	5,06	g
Cukry (fruktoza)	11,99	g
Cukry (sacharoza)	12,29	g
Tłuszcze (nasycone)	36,63	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,95	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,49	g
Białko	109,21	g
Błonnik	29,13	g
Sól	6,12	g

Dieta: 10 Niskobiałkowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ jajecznica z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 506,12 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,65 , Cukry: 2,32 , Tłuszcz ogółem: 21,02 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,14 , Białko: 16,66 , Błonnik: 2,51 , Sól: 1,36

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, Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 872,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 128,02 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 12,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,5 , Białko: 53,45 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,63

PODWIECZOREK

Galaretką owocowa

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 571,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,73 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 20,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,91 , Białko: 24,96 , Błonnik: 3 , Sól: 2,21

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 225,74	kcal
Węglowodny przyswajalne	310,55	g
Cukry (glukoza)	7,91	g
Cukry (fruktoza)	14,99	g
Cukry (sacharoza)	51,55	g
Tłuszcze (nasycone)	30,64	g
Tłuszcze (jednonasycone)	18,89	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,93	g
Białko	100,67	g
Błonnik	19,20	g
Sól	4,22	g

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 597,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 53,21 , Cukry: 13,58 , Tłuszcz ogółem: 28,94 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,28 , Białko: 24,66 , Błonnik: 1,43 , Sól: ,81

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

Barszcz czerwony z ziemniakami (bezglutenowa) - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 680,37 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 143,16 , Cukry: 33,95 , Tłuszcz ogółem: 1,56 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,6 , Białko: 15,92 , Błonnik: 11,22 , Sól: ,38

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

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

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

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 135,58	kcal
Węglowodny przyswajalne	273,46	g
Cukry (glukoza)	8,66	g
Cukry (fruktoza)	20,84	g

Cukry (sacharoza)	49,32 g
Tłuszcze (nasycone)	34,43 g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,76 g
Tłuszcze (wielonasycone)	19,50 g
Białko	66,62 g
Błonnik	22,70 g
Sól	2,48 g

Dieta: 11/ML Bezmleczna

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, wek+ jajecznicza z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 530,88 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,22 , Cukry: 14,82 , Tłuszcz ogółem: 16,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,17 , Białko: 20,31 , Błonnik: 2,51 , Sól: 1,46

DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 243,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,55 , Cukry: 19,95 , Tłuszcz ogółem: ,44 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,16 , Białko: 1,95 , Błonnik: 7,25 , Sól: ,04

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z ziemniakami (bezmleczna) - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Seler), Makaron z jabłkami (bezml) - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 659,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 129,47 , Cukry: 26,35 , Tłuszcz ogółem: 2,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,81 , Białko: 20,21 , Błonnik: 11,68 , Sól: ,36

PODWIECZOREK

Galaretka owocowa, Orzechy 40 g

Wartość energetyczna: 466,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 47,6 , Cukry: 43,88 , Tłuszcz ogółem: 23,17 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,65 , Białko: 11,4 , Błonnik: 4,35 , Sól: ,01

Kolacja

Herbata z cukrem, wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 417,51 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,25 , Cukry: 17,2 , Tłuszcz ogółem: 5,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,57 , Białko: 18,95 , Błonnik: 3 , Sól: 2,07

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 317,53	kcal
Węglowodny przyswajalne	370,09	g
Cukry (glukoza)	12,82	g
Cukry (fruktoza)	28,40	g
Cukry (sacharoza)	80,97	g
Tłuszcze (nasycone)	9,35	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,00	g
Tłuszcze (wielonasycone)	23,48	g
Białko	72,81	g
Błonnik	28,79	g
Sól	3,94	g

Dieta: 11/NP Niskopurynowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ jajecznicza z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 722,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,13 , Cukry: 1,65 , Tłuszcz ogółem: 21,12 w tym nasycone kwasy

tłuszczowe 9,8 , Białko: 36,07 , Błonnik: 10,46 , Sól: 2,1

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, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 857,74 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 128,02 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 12,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,5 , Białko: 49,85 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,42

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 480,29 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 62,62 , Cukry: 3,52 , Tłuszcz ogółem: 10,92 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,73 , Białko: 26,86 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,51

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 235,34	kcal
Węglowodny przyswajalne	302,32	g
Cukry (glukoza)	5,66	g
Cukry (fruktoza)	12,74	g
Cukry (sacharoza)	10,84	g
Tłuszcze (nasycone)	25,47	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,75	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,76	g
Białko	120,17	g
Błonnik	31,28	g
Sól	5,23	g

Dieta: 11/WE Wegetariańska

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ jajecznicza z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 813,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,25 , Cukry: 3,19 , Tłuszcz ogółem: 31,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,99 , Białko: 34,18 , Błonnik: 4,58 , Sól: 1,81

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 857,74 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 128,02 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 12,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,5 , Białko: 49,85 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,42

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 531,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,08 , Cukry: 6,56 , Tłuszcz ogółem: 19,65 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,54 , Białko: 15,87 , Błonnik: 3,5 , Sól: 1,27

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 378,03	kcal
Węglowodny przyswajalne	312,89	g
Cukry (glukoza)	6,36	g
Cukry (fruktoza)	13,44	g
Cukry (sacharoza)	14,02	g
Tłuszcze (nasycone)	37,46	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,57	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,69	g
Białko	107,29	g
Błonnik	20,02	g
Sól	3,70	g

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ jajko+masło - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 638,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,77 , Cukry: 2,01 , Tłuszcz ogółem: 26,86 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,62 , Białko: 26,43 , Błonnik: 3,15 , Sól: 1,23

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, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 872,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 128,02 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 12,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,5 , Białko: 53,45 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,63

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 720,08 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 78,23 , Cukry: 5,17 , Tłuszcz ogółem: 26,9 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,42 , Białko: 35,54 , Błonnik: 4,35 , Sól: 2,15

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 406,21	kcal
Węglowodny przyswajalne	297,57	g

Cukry (glukoza)	5,58 g
Cukry (fruktoza)	12,64 g
Cukry (sacharoza)	13,03 g
Tłuszcze (nasycone)	39,97 g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,92 g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,80 g
Białko	122,81 g
Błonnik	19,45 g
Sól	4,22 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, Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ jajecznicza z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 813,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,25 , Cukry: 3,19 , Tłuszcz ogółem: 31,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,99 , Białko: 34,18 , Błonnik: 4,58 , Sól: 1,81

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 723,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 132,86 , Cukry: 28,89 , Tłuszcz ogółem: 7,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,91 , Białko: 21,8 , Błonnik: 12,46 , Sól: ,43

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 571,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,73 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 20,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,91 , Białko: 24,96 , Błonnik: 3 , Sól: 2,21

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 284,60	kcal
Węglowodny przyswajalne	315,39	g
Cukry (glukoza)	9,66	g
Cukry (fruktoza)	23,54	g
Cukry (sacharoza)	18,50	g
Tłuszcze (nasycone)	34,25	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,10	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,10	g
Białko	88,35	g
Błonnik	23,03	g
Sól	4,65	g

Dieta: 4 Wrzodowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ jajecznicza z kukurydzą - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 808,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,83 , Cukry: 2,99 , Tłuszcz ogółem: 31,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,98 , Białko: 33,66 , Błonnik: 4,26 , Sól: 1,81

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 872,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 128,02 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 12,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,5 , Białko: 53,45 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,63

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 571,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,73 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 20,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,91 , Białko: 24,96 , Błonnik: 3 , Sól: 2,21

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 418,54	kcal
Węglowodny przyswajalne	310,03	g
Cukry (glukoza)	5,58	g
Cukry (fruktoza)	12,64	g
Cukry (sacharoza)	15,40	g
Tłuszcze (nasycone)	37,24	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,74	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,06	g
Białko	119,13	g
Błonnik	19,20	g
Sól	4,90	g

Dieta: 5 Bogatoresztkowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ jajecznicza z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 797,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,2 , Cukry: 1,65 , Tłuszcz ogółem: 28,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,27 , Białko: 36,14 , Błonnik: 10,46 , Sól: 2,11

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, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 872,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 128,02 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 12,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,5 , Białko: 53,45 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,63

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 555,06 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 62,7 , Cukry: 3,52 , Tłuszcz ogółem: 18,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,2 , Białko: 26,92 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,51

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 399,87	kcal
Węglowodny przyswajalne	302,47	g
Cukry (glukoza)	5,66	g
Cukry (fruktoza)	12,74	g

Cukry (sacharoza)	10,84 g
Tłuszcze (nasycone)	36,41 g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,24 g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,99 g
Białko	123,91 g
Błonnik	31,28 g
Sól	5,45 g

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb graham+jajecznica z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 808,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 89,17 , Cukry: 1,87 , Tłuszcz ogółem: 29,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,29 , Białko: 36,43 , Błonnik: 10,85 , Sól: 2,17

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, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 872,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 128,02 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 12,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,5 , Białko: 53,45 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,63

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

Kolacja

Chleb graham+boczek prasowany+ pomidor+ ogórek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 636,59 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,64 , Cukry: 3,52 , Tłuszcz ogółem: 21,68 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,06 , Białko: 25,13 , Błonnik: 9,13 , Sól: 3,01

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 492,39	kcal
Węglowodny przyswajalne	307,38	g
Cukry (glukoza)	5,66	g
Cukry (fruktoza)	12,74	g
Cukry (sacharoza)	11,06	g
Tłuszcze (nasycone)	40,29	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,78	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,59	g
Białko	122,41	g
Błonnik	31,92	g
Sól	6,02	g

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

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb graham+jajecznica z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 496,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 47,29 , Cukry: ,94 , Tłuszcz ogółem: 21,03 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,28 , Białko: 21 , Błonnik: 7,5 , Sól: 1,61

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, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 872,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 128,02 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 12,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,5 , Białko: 53,45 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,63

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

Kolacja

Chleb graham+boczek prasowany+pomidor ogórek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 580,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 55,73 , Cukry: 2,06 , Tłuszcz ogółem: 21,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,97 , Białko: 23,01 , Błonnik: 7,25 , Sól: 2,79

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	2 493,20	kcal
Węglowodny przyswajalne	309,07	g
Cukry (glukoza)	6,01	g
Cukry (fruktoza)	13,09	g
Cukry (sacharoza)	10,48	g
Tłuszcze (nasycone)	42,09	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,63	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,51	g
Białko	115,69	g
Błonnik	35,22	g
Sól	6,56	g

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham+ jajecznicza z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 456,51 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 53,71 , Cukry: ,78 , Tłuszcz ogółem: 13,46 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,86 , Białko: 22,3 , Błonnik: 8,39 , Sól: 1,76

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, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 835,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 127,98 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 9,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,76 , Białko: 53,41 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,63

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 388,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 53,74 , Cukry: 3,16 , Tłuszcz ogółem: 7,54 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,59 , Białko: 20,94 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,37

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 854,96	kcal
Węglowodany przyswajalne	259,99	g
Cukry (glukoza)	5,66	g
Cukry (fruktoza)	12,74	g
Cukry (sacharoza)	9,61	g
Tłuszcze (nasycone)	16,64	g
Tłuszcze (jednonasycone)	11,83	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,54	g
Białko	104,06	g
Błonnik	29,22	g
Sól	4,96	g

Dieta: 9 Bogatobiałkowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ jajecznicza z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 813,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,25 , Cukry: 3,19 , Tłuszcz ogółem: 31,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,99 , Białko: 34,18 , Błonnik: 4,58 , Sól: 1,81

DRUGIE ŚNIADANIE

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

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 872,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 128,02 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 12,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,5 , Białko: 53,45 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,63

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

Kolacja

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

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

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 523,55	kcal
Węglowodny przyswajalne	319,85	g
Cukry (glukoza)	5,66	g
Cukry (fruktoza)	12,74	g
Cukry (sacharoza)	15,42	g
Tłuszcze (nasycone)	39,62	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,00	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,20	g
Białko	126,44	g
Błonnik	19,52	g
Sól	5,09	g

Dieta: 9/WEN Bogatobiałkowa wysokoenerget

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ jajecznicza z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 813,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,25 , Cukry: 3,19 , Tłuszcz ogółem: 31,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,99 , Białko: 34,18 , Błonnik: 4,58 , Sól: 1,81

DRUGIE ŚNIADANIE

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

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 872,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 128,02 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 12,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,5 , Białko: 53,45 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,63

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Rodzynki 50 g - w tym alergeny (Siarczyny i pochodna siarczynowa)

Wartość energetyczna: 243,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,75 , Cukry: ,55 , Tłuszcz ogółem: 3,92 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,46 , Białko: 7,95 , Błonnik: 3,25 , Sól: ,22

Kolacja

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

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

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 666,55	kcal
Węglowodny przyswajalne	352,20	g
Cukry (glukoza)	5,66	g
Cukry (fruktoza)	12,74	g
Cukry (sacharoza)	15,97	g
Tłuszcze (nasycone)	39,70	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,01	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,27	g
Białko	127,59	g

Błonnik
Sól

22,77 g
5,12 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	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
Wek+ jajecznicza z kukurydzą+ rukola	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Rukola	20,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Barszcz z ziemniakami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g	
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g



Inne składniki

Dieta: 1 Podstawowa

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+jajecznica z kukurydzą+ ruk	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Rukola	20,0	g
	Olej rzepakowy	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowani)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Chleb mieszany+boczek prasowany+ogórek	Ogórek kwaszony	50,0	g



	Boczek Prasowany *(1, 6)	50,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0 g
	Pomidor	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+ jajecznicza z kukurydzą+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm



Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0 g
Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
Inne składniki		

Dieta: 11/GL Bezglutenowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie)	Ryż biały	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Chleb bezgl+jajecznica z kukur+rukola **(got)	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Rukola	20,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	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
Barszcz czerwony z ziemniakami (bezgluten)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Skrobia ziemniaczana	10,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Ryż z jabłkami **(gotowanie)	Jabłko	150,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Cukier	10,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Chleb bezgl+ kiełbasa drobiowa+ pomidor **()	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Pomidor	100,0	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+ jajecznicza z kukurydzą+ rukola **()	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Rukola	20,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	200,0	g
Rodzynki 50 g **(obróbka wstępna)	Rodzynki, suszone *(12)	50,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z ziemniakami (bezmleczn)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Makaron z jabłkami (bezml) **()	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
	Jabłko	200,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Galaretka owocowa **(gotowanie)	Truskawki w galaretkie	250,0	g
Orzechy 40 g **(obróbka wstępna)	Orzechy włoskie	40,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor **()	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g



	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 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	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Graham+ jajecznicza z kukurydzą+ rukola	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Rukola	20,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowani)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g



Graham+ kielbasa drobiowa+ pomidor	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0 g
	Masło ekstra *(7)	5,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g
	Pomidor	100,0 g
Inne składniki		

Dieta: 11/WE Wegetariańska

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata 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+ jajecznica z kukurydzą+ rukola	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Rukola	20,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

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

Jadłospis na dzień: 04-08-2025
szczegółowy**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0 g
Wek+ ogórek+ pomidor	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Ogórek	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
Inne składniki		

Dieta: 12 Pakowata (przecierana)**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+ jajko+masło	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	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
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowani)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja



Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
Owsianka **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
Inne składniki			

Dieta: 13 Płynna (kleikowa)

ŚNIADANIE

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

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

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

PODWIECZOREK

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

Kolacja

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

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Owsianka	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g

Jadłospis na dzień: 04-08-2025
szczegółowy**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Wek+ jajecznicza z kukurydzą+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0 g
	Rukola	20,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g

Inne składniki

DRUGIE ŚNIADANIE

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

Inne składniki

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g	
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Kości, wywar	300,0 g	
	Ziemniaki, późne	200,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g	
	Buraki, got. w wodzie	40,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0 g	
Makaron z jabłkami **(duszenie)	Jabłko	200,0 g	
	Masło ekstra *(7)	5,0 g	
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0 g	

Inne składniki

PODWIECZOREK

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

Inne składniki

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g	
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0 g	
Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g	
	Pomidor	100,0 g	

Inne składniki

Dieta: 4 Wrzodowa**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	

Jadłospis na dzień: 04-08-2025
szczegółowy**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Wek+ jajecznicza z kukurydzą	Jaja kurze całe *(3)	90,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Kukurydza, konserwowa	10,0 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
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowani)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	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	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: 5 Bogatoresztkowa**ŚNIADANIE**

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



Owsianka	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g
	Płatki owsiane *(1)	30,0 g
Graham+ jajecznica z kukurydzą+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0 g
	Rukola	20,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 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
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Graham+ kielbasa drobiowa+ pomidor	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+jajecznica z kukurydzą+ rukol	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
Owsianka **(gotowanie)	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	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
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowani)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb graham+boczek prasowany+ pomidor	Ogórek kwaszony	50,0	g
	Boczek Prasowany *(1, 6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g



Kawa, napar bez cukru *(1)

20,0 g

Inne składniki

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+jajecznica z kukurydzą+ rukol	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0
Ziemniaki, późne		30,0	g
Masło ekstra *(7)		10,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		80,0	g
Kasza manna *(1)		10,0	g
Ser twarogowy chudy *(7)		150,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb graham+boczek prasowany+pomidor	Masło ekstra *(7)	15,0	g



	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0 g
	Pomidor	50,0 g
	Ogórek kwaszony	50,0 g
	Boczek Prasowany *(1, 6)	50,0 g
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0 g
Inne składniki		

DRUGA KOLACJA

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

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g	
Graham+ jajecznica z kukurydzą+ rukola	Jaja kurze całe *(3)	90,0 g	
	Masło ekstra *(7)	5,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g	
	Kukurydza, konserwowa	10,0 g	
	Rukola	20,0 g	
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g	
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowani	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Kości, wywar	300,0 g	
	Ziemniaki, późne	200,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g	
	Buraki, got. w wodzie	40,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0 g	
	Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0 g
Ziemniaki, późne		30,0 g	
Masło ekstra *(7)		5,0 g	
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		80,0 g	
Kasza manna *(1)		10,0 g	
Ser twarogowy chudy *(7)		150,0 g	



Inne składniki

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Graham+ kielbasa drobiowa+ pomidor	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	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+ jajecznicza z kukurydzą+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	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
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0
Ziemniaki, późne		30,0	g
Masło ekstra *(7)		10,0	g



	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0 g
	Kasza manna *(1)	10,0 g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: 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+ jajecznicza z kukurydzą+ rukola	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	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
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowani)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g



	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0 g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0 g
	Ziemniaki, późne	30,0 g
	Masło ekstra *(7)	10,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0 g
	Kasza manna *(1)	10,0 g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kefir **(obróbka wstępna)	Kefir, 2% tł. *(7)	200,0	g
Rodzynki 50 g **(obróbka wstępna)	Rodzynki, suszone *(12)	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+ kielbasa drobiowa+ pomidor	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

** 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

Jadłospis na dzień: 04-08-2025
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

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	Pszonica	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