

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

Herbata bez cukru, Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ twarożek ze szczypiorkiem+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 710,51 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,48 , Cukry: 5,99 , Tłuszcz ogółem: 15,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,66 , Białko: 41,46 , Błonnik: 5,68 , Sól: 1,55

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

**OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryż gotowany, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Brokuły z wody

Wartość energetyczna: 656,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,64 , Cukry: 10,91 , Tłuszcz ogółem: 5,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,37 , Białko: 40,82 , Błonnik: 10,16 , Sól: ,45

**PODWIECZOREK**

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

**Kolacja**

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

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

**Dobowa suma wartości odżywczych**

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 110,97	kcal
Węglowodny przyswajalne	304,99	g
Cukry (glukoza)	8,47	g
Cukry (fruktoza)	10,12	g
Cukry (sacharoza)	20,97	g
Tłuszcze (nasycone)	18,16	g
Tłuszcze (jednonasycone)	13,94	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,93	g
Białko	119,17	g
Błonnik	22,39	g
Sól	4,58	g

**Dieta: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Wek+ twarożek ze szczypiorkiem+ogórek+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 564,16 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 61,75 , Cukry: 3,94 , Tłuszcz ogółem: 20,72 w tym nasycone kwasy

## DRUGIE ŚNIADANIE

### Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

## OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Bigos - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 453,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 48,03 , Cukry: 16,28 , Tłuszcz ogółem: 12,92 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,63 , Białko: 28,45 , Błonnik: 8,93 , Sól: 1,14

## PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb mieszany+ parówka+ ketchup+ogórek kons - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 770,36 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,77 , Cukry: 4,7 , Tłuszcz ogółem: 31,64 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,03 , Białko: 24,54 , Błonnik: 7,95 , Sól: 3,31

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 072,08	kcal
Węglowodny przyswajalne	235,79	g
Cukry (glukoza)	9,51	g
Cukry (fruktoza)	10,50	g
Cukry (sacharoza)	22,51	g
Tłuszcze (nasycone)	36,24	g
Tłuszcze (jednonasycone)	28,86	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,00	g
Białko	94,12	g
Błonnik	23,55	g
Sól	6,04	g

---

## Dieta: 10 Niskobiałkowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+masło+ dżem+ pomidor+sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 504,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 76,61 , Cukry: 23,4 , Tłuszcz ogółem: 16,31 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,38 , Białko: 9,69 , Błonnik: 3,68 , Sól: 1,1

### DRUGIE ŚNIADANIE

#### Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryż gotowany, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Brokuły z wody

Wartość energetyczna: 656,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,64 , Cukry: 10,91 , Tłuszcz ogółem: 5,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,37 , Białko: 40,82 , Błonnik: 10,16 , Sól: ,45

### PODWIECZOREK

## Galaretko owocowa, Banan

Wartość energetyczna: 394,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,6 , Cukry: 81,4 , Tłuszcz ogółem: ,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,27 , Białko: 7 , Błonnik: 5,15 , Sól: ,01

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 676,88 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,43 , Cukry: 6,06 , Tłuszcz ogółem: 19,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,51 , Białko: 15,31 , Błonnik: 3 , Sól: 1,25

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 299,53	kcal
Węglowodany przyswajalne	386,23	g
Cukry (glukoza)	25,13	g
Cukry (fruktoza)	25,36	g
Cukry (sacharoza)	85,09	g
Tłuszcze (nasycone)	23,55	g
Tłuszcze (jednonasycone)	13,95	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,06	g
Białko	73,72	g
Błonnik	24,84	g
Sól	2,82	g

---

## Dieta: 11/GL Bezglutenowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Chleb bezgl+ ser biały ze szczyp+pomidor+sałata - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 491,56 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 42,74 , Cukry: 4,35 , Tłuszcz ogółem: 18,78 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,24 , Białko: 33,51 , Błonnik: 3,85 , Sól: ,54

### DRUGIE ŚNIADANIE

Orzechy 40 g, Mandarynki

Wartość energetyczna: 333,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 18,55 , Cukry: 14,68 , Tłuszcz ogółem: 22,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,65 , Białko: 7,3 , Błonnik: 5,45 , Sól: ,01

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą (bezgluten) - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Ryż gotowany, Mięso gotowane w sosie wł (bezgl), Brokuły z wody

Wartość energetyczna: 692,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,07 , Cukry: 11,86 , Tłuszcz ogółem: 6,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,89 , Białko: 39,74 , Błonnik: 10,96 , Sól: ,5

### PODWIECZOREK

Banan, Kakao - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 415,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71,24 , Cukry: 48,5 , Tłuszcz ogółem: 7,29 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,55 , Białko: 12,82 , Błonnik: 4,82 , Sól: ,29

## Kolacja

Herbata bez cukru, Chleb bezglutenowy+ masło+kiełbasa drob+pomidor - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 185,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 3,06 , Cukry: 0 , Tłuszcz ogółem: 13,29 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,66 , Białko: 11,06 , Błonnik: 0 , Sól: 1,04

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 119,42	kcal
Węglowodany przyswajalne	246,66	g

Cukry (glukoza)	18,42 g
Cukry (fruktoza)	18,06 g
Cukry (sacharoza)	42,90 g
Tłuszcze (nasycone)	30,99 g
Tłuszcze (jednonasycone)	18,13 g
Tłuszcze (wielonasycone)	19,63 g
Białko	104,42 g
Błonnik	25,08 g
Sól	2,38 g

---

## Dieta: 11/ML Bezmleczna

---

### ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, wek+ miód+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 527,51 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 110,36 , Cukry: 18,4 , Tłuszcz ogółem: 4,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,17 , Białko: 9,82 , Błonnik: 3,32 , Sól: 1,11

### DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryż gotowany, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Brokuły z wody

Wartość energetyczna: 656,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,64 , Cukry: 10,91 , Tłuszcz ogółem: 5,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,37 , Białko: 40,82 , Błonnik: 10,16 , Sól: ,45

### PODWIECZOREK

Galaretko owocowa, Banan

Wartość energetyczna: 345,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 75,7 , Cukry: 71,8 , Tłuszcz ogółem: ,64 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,21 , Białko: 6,5 , Błonnik: 4,3 , Sól: ,01

### Kolacja

Herbata z cukrem, Wek+ parówka+ ketchup+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 572,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 72,41 , Cukry: 17,84 , Tłuszcz ogółem: 23,81 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,17 , Białko: 15,47 , Błonnik: 3,23 , Sól: 2,69

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 169,11	kcal
Węglowodny przyswajalne	375,06	g
Cukry (glukoza)	17,18	g
Cukry (fruktoza)	17,76	g
Cukry (sacharoza)	97,81	g
Tłuszcze (nasycone)	11,94	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,94	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,99	g
Białko	73,51	g
Błonnik	23,86	g
Sól	4,26	g

---

## Dieta: 11/NP Niskopurynowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek + twarożek ze szczypiorkiem+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 781,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,03 , Cukry: 5,74 , Tłuszcz ogółem: 22,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,35 , Białko: 41,81 , Błonnik: 5,27 , Sól: 1,55

## **DRUGIE ŚNIADANIE**

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

## **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryż gotowany, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 676,24 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,77 , Cukry: 13,92 , Tłuszcz ogółem: 5,86 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,38 , Białko: 34,89 , Błonnik: 12,04 , Sól: ,48

## **PODWIECZOREK**

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

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

## **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 555,08 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 62,69 , 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	2 170,45	kcal
Węglowodny przyswajalne	295,74	g
Cukry (glukoza)	8,07	g
Cukry (fruktoza)	9,72	g
Cukry (sacharoza)	20,69	g
Tłuszcze (nasycone)	28,74	g
Tłuszcze (jednonasycone)	15,95	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,72	g
Białko	110,98	g
Błonnik	29,04	g
Sól	4,78	g

---

## **Dieta: 11/WE Wegetariańska**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ twarożek ze szczypiorkiem+pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 822,67 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,6 , Cukry: 5,99 , Tłuszcz ogółem: 26,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,87 , Białko: 41,56 , Błonnik: 5,68 , Sól: 1,55

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryż gotowany, Brokuły z wody, Jajko sadzone - w tym alergeny (Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 582,69 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,92 , Cukry: 10,97 , Tłuszcz ogółem: 8,12 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,25 , Białko: 22,52 , Błonnik: 10,06 , Sól: ,31

## PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 529,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,38 , Cukry: 7,26 , Tłuszcz ogółem: 19,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,51 , Białko: 15,31 , Błonnik: 3,1 , Sól: 1,73

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 219,26	kcal
Węglowodny przyswajalne	301,14	g
Cukry (glukoza)	8,50	g
Cukry (fruktoza)	10,16	g
Cukry (sacharoza)	23,16	g
Tłuszcze (nasycone)	34,05	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,10	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,34	g
Białko	91,43	g
Błonnik	22,39	g
Sól	3,96	g

---

## Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ twarożek ze szczypiorkiem+pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 822,67 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,6 , Cukry: 5,99 , Tłuszcz ogółem: 26,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,87 , Białko: 41,56 , Błonnik: 5,68 , Sól: 1,55

### 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 grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryż gotowany, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 594,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,24 , Cukry: 6,31 , Tłuszcz ogółem: 5,38 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,27 , Białko: 34,82 , Błonnik: 5,16 , Sól: ,42

## PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ parówka+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 746,44 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 82,12 , Cukry: 5,1 , Tłuszcz ogółem: 30,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,74 , Białko: 29,6 , Błonnik: 4,19 , Sól: 1,86

### Dobowa suma wartości odżywczych

Ilość      jm.

Wartość energetyczna kcal	2 455,36	kcal
Węglowodny przyswajalne	316,39	g
Cukry (glukoza)	6,92	g
Cukry (fruktoza)	14,32	g
Cukry (sacharoza)	14,51	g
Tłuszcze (nasycone)	38,33	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,64	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,50	g
Białko	117,72	g
Błonnik	18,73	g
Sól	4,20	g

---

## Dieta: 13 Płynna (kleikowa)

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Kleik, Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 388,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 81,99 , Cukry: ,22 , Tłuszcz ogółem: 1,25 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,26 , Białko: 8,82 , Błonnik: 4,8 , Sól: ,49

### DRUGIE ŚNIADANIE

Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 216,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,74 , Cukry: ,12 , Tłuszcz ogółem: ,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,19 , Białko: 5,22 , Błonnik: 3,6 , Sól: ,41

### OBIAD

Herbata bez cukru, Marchwianka z ryżem

Wartość energetyczna: 341,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71,4 , Cukry: 10,16 , Tłuszcz ogółem: ,79 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,2 , Białko: 7,61 , Błonnik: 9,12 , Sól: ,49

### PODWIECZOREK

Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 216,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,74 , Cukry: ,12 , Tłuszcz ogółem: ,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,19 , Białko: 5,22 , Błonnik: 3,6 , Sól: ,41

### Kolacja

Herbata bez cukru, Kleik, Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 388,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 81,99 , Cukry: ,22 , Tłuszcz ogółem: 1,25 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,26 , Białko: 8,82 , Błonnik: 4,8 , Sól: ,49

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 549,20	kcal
Węglowodny przyswajalne	322,86	g
Cukry (glukoza)	3,20	g
Cukry (fruktoza)	2,80	g
Cukry (sacharoza)	4,84	g
Tłuszcze (nasycone)	1,09	g
Tłuszcze (jednonasycone)	0,90	g
Tłuszcze (wielonasycone)	3,20	g
Białko	35,69	g
Błonnik	25,92	g
Sól	2,28	g

---

## Dieta: 2 Łatwostrawna

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek +

twarożek ze szczypiorkiem+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 781,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,03 , Cukry: 5,74 , Tłuszcz ogółem: 22,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,35 , Białko: 41,81 , Błonnik: 5,27 , Sól: 1,55

## **DRUGIE ŚNIADANIE**

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

## **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryż gotowany, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Brokuły z wody

Wartość energetyczna: 656,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,64 , Cukry: 10,91 , Tłuszcz ogółem: 5,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,37 , Białko: 40,82 , Błonnik: 10,16 , Sól: ,45

## **PODWIECZOREK**

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

## **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 705,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,51 , Cukry: 5,77 , Tłuszcz ogółem: 33,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,73 , Białko: 22,81 , Błonnik: 3,23 , Sól: 2,32

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 427,42	kcal
Węglowodny przyswajalne	308,41	g
Cukry (glukoza)	8,36	g
Cukry (fruktoza)	10,00	g
Cukry (sacharoza)	21,64	g
Tłuszcze (nasycone)	36,87	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,42	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,02	g
Białko	117,49	g
Błonnik	22,21	g
Sól	4,68	g

---

## **Dieta: 4 Wrzodowa**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Wek+ pasta z sera białego+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 779,75 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,96 , Cukry: 2,8 , Tłuszcz ogółem: 22,86 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,39 , Białko: 41,54 , Błonnik: 4,86 , Sól: 1,55

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Jabłko

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

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryż gotowany, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Brokuły z wody

Wartość energetyczna: 656,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,64 , Cukry: 10,91 , Tłuszcz ogółem: 5,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,37 , Białko: 40,82 , Błonnik: 10,16 , Sól: ,45

## 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 mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 571,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,73 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 20,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,92 , Białko: 24,97 , Błonnik: 3 , Sól: 2,21

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 172,89	kcal
Węglowodany przyswajalne	290,78	g
Cukry (glukoza)	7,50	g
Cukry (fruktoza)	14,36	g
Cukry (sacharoza)	12,96	g
Tłuszcze (nasycone)	29,52	g
Tłuszcze (jednonasycone)	17,34	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,77	g
Białko	114,38	g
Błonnik	21,02	g
Sól	4,46	g

---

## Dieta: 5 Bogatoresztkowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham 120 + twarożek ze szcyp.+ pomidor+sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 764,84 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 92,99 , Cukry: 4,2 , Tłuszcz ogółem: 20,65 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,63 , Białko: 43,77 , Błonnik: 11,15 , Sól: 1,84

### DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryż gotowany, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Brokuły z wody

Wartość energetyczna: 656,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,64 , Cukry: 10,91 , Tłuszcz ogółem: 5,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,37 , Białko: 40,82 , Błonnik: 10,16 , Sól: ,45

## PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ parówka+ ketchup+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 688,26 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,46 , Cukry: 4,23 , Tłuszcz ogółem: 31,66 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,02 , Białko: 24,77 , Błonnik: 9,11 , Sól: 2,62

### Dobowa suma wartości odżywczych

Ilość jm.

Wartość energetyczna kcal	2 393,84	kcal
Węglowodny przyswajalne	300,34	g
Cukry (glukoza)	8,36	g
Cukry (fruktoza)	10,00	g
Cukry (sacharoza)	18,56	g
Tłuszcze (nasycone)	35,44	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,61	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,89	g
Białko	121,40	g
Błonnik	33,97	g
Sól	5,28	g

---

## Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham 120 + twaróg ze szczyp.+ ogórek+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 759,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 92,49 , Cukry: 2,9 , Tłuszcz ogółem: 20,53 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,61 , Białko: 43,57 , Błonnik: 10,44 , Sól: 1,85

### DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryż gotowany, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Brokuły z wody

Wartość energetyczna: 656,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,64 , Cukry: 10,91 , Tłuszcz ogółem: 5,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,37 , Białko: 40,82 , Błonnik: 10,16 , Sól: ,45

### PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

### Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ parówka+ ketchup+ ogórek kon+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 690,76 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,72 , Cukry: 3,68 , Tłuszcz ogółem: 31,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16 , Białko: 24,47 , Błonnik: 8,61 , Sól: 3,09

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 391,33	kcal
Węglowodny przyswajalne	301,09	g
Cukry (glukoza)	6,66	g
Cukry (fruktoza)	7,70	g
Cukry (sacharoza)	20,71	g
Tłuszcze (nasycone)	35,40	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,58	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,76	g
Białko	120,90	g
Błonnik	32,77	g
Sól	5,76	g

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

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham 120+ twarożek ze szczypiorkiem+ogórek+ruk - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 501,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 49,26 , Cukry: 2,34 , Tłuszcz ogółem: 18,19 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,39 , Białko: 29,39 , Błonnik: 7,72 , Sól: 1,3

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 250,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 40,57 , Cukry: 14,73 , Tłuszcz ogółem: 5,12 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 6,27 , Błonnik: 6,94 , Sól: ,67

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryż gotowany, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Brokuły z wody

Wartość energetyczna: 656,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,64 , Cukry: 10,91 , Tłuszcz ogółem: 5,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,37 , Białko: 40,82 , Błonnik: 10,16 , Sól: ,45

### PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

### Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ parówka+ ketchup+ ogórek kons+ pomid - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 644,54 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 59,26 , Cukry: 4,97 , Tłuszcz ogółem: 31,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,93 , Białko: 22,82 , Błonnik: 7,33 , Sól: 2,87

### 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	2 454,99	kcal
Węglowodny przyswajalne	302,87	g
Cukry (glukoza)	8,32	g
Cukry (fruktoza)	9,67	g
Cukry (sacharoza)	20,33	g
Tłuszcze (nasycone)	40,02	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,54	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,52	g
Białko	115,90	g
Błonnik	37,29	g
Sól	6,32	g

---

## Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Graham 120 + twarożek ze szczyp.+pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 436,57 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,58 , Cukry: 3,45 , Tłuszcz ogółem: 6,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,48 , Białko: 31,43 , Błonnik: 9,29 , Sól: 1,5

## DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

## OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryż gotowany, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Brokuły z wody

Wartość energetyczna: 656,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,64 , Cukry: 10,91 , Tłuszcz ogółem: 5,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,37 , Białko: 40,82 , Błonnik: 10,16 , Sól: ,45

## 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

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

Wartość energetyczna: 388,08 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 53,75 , Cukry: 3,16 , Tłuszcz ogółem: 7,53 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,59 , Białko: 20,95 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,37

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 638,41	kcal
Węglowodny przyswajalne	237,22	g
Cukry (glukoza)	8,36	g
Cukry (fruktoza)	10,00	g
Cukry (sacharoza)	14,45	g
Tłuszcze (nasycone)	11,25	g
Tłuszcze (jednonasycone)	6,96	g
Tłuszcze (wielonasycone)	4,79	g
Białko	100,55	g
Błonnik	31,17	g
Sól	4,56	g

---

## Dieta: 9 Bogatobiałkowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek + twarożek ze szczypiorkiem+pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 781,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,03 , Cukry: 5,74 , Tłuszcz ogółem: 22,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,35 , Białko: 41,81 , Błonnik: 5,27 , Sól: 1,55

### DRUGIE ŚNIADANIE

Mandarynki, Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 167,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,35 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: 3,9 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,41 , Białko: 7,7 , Błonnik: 2,85 , Sól: ,19

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryż gotowany, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Brokuły z wody

Wartość energetyczna: 656,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,64 , Cukry: 10,91 , Tłuszcz ogółem: 5,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,37 , Białko: 40,82 , Błonnik: 10,16 , Sól: ,45

### PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), Jogurt naturalny 150g -

w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 307,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 33,59 , Cukry: 5,29 , Tłuszcz ogółem: 10,51 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,18 , Białko: 17,59 , Błonnik: ,7 , Sól: ,6

## **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 705,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,51 , Cukry: 5,77 , Tłuszcz ogółem: 33,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,73 , Białko: 22,81 , Błonnik: 3,23 , Sól: 2,32

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 617,42	kcal
Węglowodny przyswajalne	327,11	g
Cukry (glukoza)	8,36	g
Cukry (fruktoza)	10,00	g
Cukry (sacharoza)	23,14	g
Tłuszcze (nasycone)	41,03	g
Tłuszcze (jednonasycone)	28,63	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,23	g
Białko	130,74	g
Błonnik	22,21	g
Sól	5,11	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek + twarożek ze szczypiorkiem+pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 781,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,03 , Cukry: 5,74 , Tłuszcz ogółem: 22,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,35 , Białko: 41,81 , Błonnik: 5,27 , Sól: 1,55

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Mandarynki, Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 167,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,35 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: 3,9 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,41 , Białko: 7,7 , Błonnik: 2,85 , Sól: ,19

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Ryż gotowany, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Brokuły z wody

Wartość energetyczna: 656,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,64 , Cukry: 10,91 , Tłuszcz ogółem: 5,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,37 , Białko: 40,82 , Błonnik: 10,16 , Sól: ,45

### **PODWIECZOREK**

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), Jogurt naturalny 150g - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Rodzynki 50 g - w tym alergeny (Siarczyny i pochodna siarczynowa)

Wartość energetyczna: 450,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,94 , Cukry: 5,84 , Tłuszcz ogółem: 10,67 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,26 , Białko: 18,74 , Błonnik: 3,95 , Sól: ,62

## **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 705,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,51 , Cukry: 5,77 , Tłuszcz ogółem: 33,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,73 , Białko: 22,81 , Błonnik: 3,23 , Sól: 2,32

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

**Ilość**      **jm.**

Wartość energetyczna kcal	2 760,42	kcal
Węglowodny przyswajalne	359,46	g
Cukry (glukoza)	8,36	g
Cukry (fruktoza)	10,00	g
Cukry (sacharoza)	23,69	g
Tłuszcze (nasycone)	41,11	g
Tłuszcze (jednonasycone)	28,64	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,30	g
Białko	131,89	g
Błonnik	25,46	g
Sól	5,14	g

---

.....  
sporządził  
/Morkisz Magdalena/

.....  
zatwierdził



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

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Zupa mleczna z kaszą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
Wek+ twaróg ze szczypiorkiem+ pomidor+	Szczypiorek	20,0	g
	Rukola	20,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ser twarogowy półtłusty *(7)	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryż gotowany **(gotowanie)	Ryż biały	80,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Kakao 16%, proszek	10,0	g
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0	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
Wek+ twarożek ze szczypiorkiem+ogórek+ r	Szczypiorek	20,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Ogórek	100,0	g
	Ser twarogowy półtłusty *(7)	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Kości, wywar	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Bigos **(duszenie)	Kapusta kwaszona	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Wieprzowina, łopatka	50,0	g
	Kiełbasa zwyczajna *(6, 7)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
Kapusta biała	180,0	g	
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko **(gotowanie)	Kakao 16%, proszek	10,0	g
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	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
Chleb mieszany+ parówka+ ketchup+ogórek	Ketchup *(9)	5,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g



	Parówki z kurczaka	70,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0 g
Inne składniki		

**Dieta: 10 Niskobiałkowa****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+masło+ dżem+ pomidor+sałata **(obró	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryż gotowany **(gotowanie)	Ryż biały	80,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Galaretka owocowa **(gotowanie)	Truskawki w galaretkie	250,0	g
Banan **(obróbka wstępna)	Banan	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+ miód+ pomidor	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g



	Pomidor	100,0 g
	Miód pszczeli	50,0 g
Inne składniki		

**Dieta: 11/GL Bezglutenowa**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow	Mąka kukurydziana	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Chleb bezgl+ ser biały ze szczyp+pomidor+s	Szczypiorek	5,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Sałata	20,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Orzechy 40 g **(obróbka wstępna)	Orzechy włoskie	40,0	g
Mandarynki **(obróbka wstępna)	Mandarynki	150,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą (bezgl	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Skrobia kukurydziana	20,0	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
Ryż gotowany **(gotowanie)	Ryż biały	80,0	g
Mięso gotowane w sosie wł (bezgl) **(gotowa	Skrobia ziemniaczana	20,0	g
	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan **(obróbka wstępna)	Banan	250,0	g
Kakao **(gotowanie)	Kakao 16%, proszek	10,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g



Inne składniki

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb bezglutenowy+ masło+kiełbasa drob+	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	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+ miód+ pomidor+ rukola **(obróbka wst	Rukola	20,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Miód pszczeli	50,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Kości, wywar	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Ryż gotowany **(gotowanie)	Ryż biały	80,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Galaretka owocowa **(gotowanie)	Truskawki w galaretkie	250,0	g
Banan **(obróbka wstępna)	Banan	150,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g



Wek+ parówka+ ketchup+ pomidor	Kecup *(9)	5,0 g
	Parówki Popularne- Śląskie *(1, 10)	70,0 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
Zupa mleczna z kaszą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
Wek + twarożek ze szczypiorkiem+ pomidor+	Szczypiorek	5,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Salata	20,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami *(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryż gotowany *(gotowanie)	Ryż biały	80,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym *(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Jarzyny duszone *(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	190,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
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+kielbasa drob+ 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: 11/WE Wegetariańska**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Zupa mleczna z kaszą	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Wek+ twarożek ze szczypiorkiem+pomidor+	Szczypiorek	20,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ser twarogowy półtłusty *(7)	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Ryż gotowany **(gotowanie)	Ryż biały	80,0	g
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0	g
Jajko sadzone **(smażenie)	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko **(gotowanie)	Kakao 16%, proszek	10,0	g
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

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

**Jadłospis na dzień: 06-08-2025  
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+ ogórki kons+ pomidor	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Ogórki, konserwowe *(10)	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
Zupa mleczna z kaszą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
Wek+ twarożek ze szczypiorkiem+pomidor+	Ser twarogowy półtłusty *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Szczypiorek	20,0	g
	Rukola	20,0	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 grysikowa z jarzynami *(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryż gotowany *(gotowanie)	Ryż biały	80,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym *(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko *(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Kakao 16%, proszek	10,0	g
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0	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+ parówka+ pomidor	Pomidor	100,0	g
	Parówki z kurczaka	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
Zupa mleczna z kaszą **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(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 **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Zupa mleczna z kaszą **(gotowanie)	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g

**Jadłospis na dzień: 06-08-2025  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Wek + twarózek ze szczypiorkiem+ pomidor+	Szczypiorek	5,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Salata	20,0 g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0 g
Inne składniki		

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g	
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Kości, wywar	300,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Kasza manna *(1)	30,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
Ryż gotowany **(gotowanie)	Ryż biały	80,0 g	
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g	
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0 g	
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0 g	
	Kakao 16%, proszek	10,0 g	
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0 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+ parówka+ ketchup+ pomidor	Ketchup *(9)	5,0 g	
	Parówki z kurczaka	70,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
Inne składniki			

**Dieta: 4 Wrzodowa****ŚNIADANIE**

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



Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g
Wek+ pasta z sera białego+pomidor	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	5,0 g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0 g
Zupa mleczna z kaszą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0 g
Inne składniki		

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryż gotowany **(gotowanie)	Ryż biały	80,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0	g
Inne składniki			

#### PODWIECZOREK

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

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	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: 5 Bogatoresztkowa

#### ŚNIADANIE

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

**Jadłospis na dzień: 06-08-2025  
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Zupa mleczna z kaszą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0 g
Graham 120 + twarożek ze szczyp.+ pomido	Szczypiorek	5,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Sałata	20,0 g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0 g
Inne składniki		

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryż gotowany **(gotowanie)	Ryż biały	80,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko **(gotowanie)	Kakao 16%, proszek	10,0	g
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	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
Graham+ parówka+ ketchup+ pomidor	Ketchup *(9)	5,0	g
	Parówki z kurczaka	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

**Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Zupa mleczna z kaszą **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
Graham 120 + twarożek ze szczyp.+ ogórek	Szczypiorek	5,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Ogórek	100,0	g
	Salata	20,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryż gotowany **(gotowanie)	Ryż biały	80,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Kakao 16%, proszek	10,0	g
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0	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+ parówka+ ketchup+ogórek kon+ p	Ketchup *(9)	5,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Parówki z kurczaka	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g



	Pomidor	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 120+ twarożek ze szczypiorkiem+og	Szczypiorek	20,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Ogórek	100,0	g
	Ser twarogowy półtłusty *(7)	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryż gotowany **(gotowanie)	Ryż biały	80,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Kakao 16%, proszek	10,0	g
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0	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+ parówka+ ketchup+ogórek kons+ p	Ketchup *(9)	5,0 g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0 g
	Parówki z kurczaka	70,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0 g
	Pomidor	50,0 g
Inne składniki		

#### DRUGA KOLACJA

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

#### Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g	
Graham 120 + twarózek ze szczyp.+pomidor	Szczypiorek	5,0 g	
	Masło ekstra *(7)	5,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
	Salata	20,0 g	
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0 g	
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g	
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Kości, wywar	300,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Kasza manna *(1)	30,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
Ryż gotowany **(gotowanie)	Ryż biały	80,0 g	
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g	
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0 g	
Inne składniki			

#### PODWIECZOREK

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



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

### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
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
Zupa mleczna z kaszą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
Wek + twarózek ze szczypiorkiem+pomidor+	Szczypiorek	5,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Salata	20,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Mandarynki **(obróbka wstępna)	Mandarynki	150,0	g
Kefir **(obróbka wstępna)	Kefir, 2% tł. *(7)	200,0	g
Inne składniki			

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
Ryż gotowany **(gotowanie)	Ryż biały	80,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0	g
Inne składniki			

#### PODWIECZOREK

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



Kakao + ciastko **(gotowanie)	Kakao 16%, proszek	10,0 g
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0 g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0 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+ parówka+ ketchup+ pomidor	Ketchup *(9)	5,0 g	
	Parówki z kurczaka	70,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g	
Zupa mleczna z kaszą	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g	
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0 g	
Wek + twaróg ze szczypiorkiem+pomidor+	Szczypiorek	5,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
	Salata	20,0 g	
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0 g	
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Mandarynki **(obróbka wstępna)	Mandarynki	150,0 g	
Kefir **(obróbka wstępna)	Kefir, 2% tł. *(7)	200,0 g	
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g	
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Kości, wywar	300,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Kasza manna *(1)	30,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
Ryż gotowany **(gotowanie)	Ryż biały	80,0 g	
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	



	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kakao + ciastko **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Kakao 16%, proszek	10,0	g
	Herbatniki *(1, 3, 7)	10,0	g
Jogurt naturalny 150g **(obróbka wstępna)	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	150,0	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+ parówka+ ketchup+ pomidor	Ketchup *(9)	5,0	g
	Parówki z kurczaka	70,0	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
P46	Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego	P47	Laktoza	P48	Maliny



P49	Małże	P50	Marchew	P51	Mąтва
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