

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

zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ roszponka - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 694,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 109,4 , Cukry: 18,09 , Tłuszcz ogółem: 12,31 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,55 , Białko: 33,18 , Błonnik: 4,03 , Sól: 2,45

**DRUGIE ŚNIADANIE**

Jabłko

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

**OBIAD**

Kompot bez cukru, Brokuły z wody, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 704,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,16 , Cukry: 14,44 , Tłuszcz ogółem: 7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,01 , Białko: 44,71 , Błonnik: 13,84 , Sól: ,55

**PODWIECZOREK**

Drożdżówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 261,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,58 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 6,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 6,93 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,31

**Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 459,7 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	2 220,70	kcal
Węglowodny przyswajalne	343,96	g
Cukry (glukoza)	10,91	g
Cukry (fruktoza)	20,07	g
Cukry (sacharoza)	32,92	g
Tłuszcze (nasycone)	15,52	g
Tłuszcze (jednonasycone)	13,16	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,81	g
Białko	110,48	g
Błonnik	26,21	g
Sól	5,53	g

**Dieta: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 683,14 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 79,31 , Cukry: 4,54 , Tłuszcz ogółem: 28,29 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,9 , Białko: 19,14 , Błonnik: 8,27 , Sól: 3,17

## 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, Sałatka szwedzka - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca), Kaszanka z ziemniakami, Zupa pieczarkowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 925,12 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 126,54 , Cukry: 16,5 , Tłuszcz ogółem: 25,53 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,68 , Białko: 34,94 , Błonnik: 12,52 , Sól: 5,64

## PODWIECZOREK

Drożdźówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 261,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,58 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 6,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 6,93 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,31

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 762,55 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,2 , Cukry: 3,2 , Tłuszcz ogółem: 23,48 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,84 , Białko: 17,69 , Błonnik: 8,47 , Sól: 3,53

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 707,70	kcal
Węglowodany przyswajalne	347,78	g
Cukry (glukoza)	6,06	g
Cukry (fruktoza)	12,97	g
Cukry (sacharoza)	26,70	g
Tłuszcze (nasycone)	43,64	g
Tłuszcze (jednonasycone)	31,89	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,69	g
Białko	79,29	g
Błonnik	33,61	g
Sól	12,67	g

---

## Dieta: 10 Niskobiałkowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, wek+ parówka+ ketchup+ pomidor+rukola - w tym alergeny (Gluten, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 527,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 60,32 , Cukry: 5,54 , Tłuszcz ogółem: 23,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,18 , Białko: 15,99 , Błonnik: 3,55 , Sól: 2,69

### 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, Brokuły z wody, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 704,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,16 , Cukry: 14,44 , Tłuszcz ogółem: 7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,01 , Białko: 44,71 , Błonnik: 13,84 , Sól: ,55

## PODWIECZOREK

Drożdżówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 261,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,58 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 6,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 6,93 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,31

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 656,03 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,72 , Cukry: 5,12 , Tłuszcz ogółem: 31,64 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,08 , Białko: 19,18 , Błonnik: 3,12 , Sól: 2,15

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 224,98	kcal
Węglowodny przyswajalne	291,93	g
Cukry (glukoza)	9,92	g
Cukry (fruktoza)	17,38	g
Cukry (sacharoza)	19,28	g
Tłuszcze (nasycone)	28,49	g
Tłuszcze (jednonasycone)	31,94	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,97	g
Białko	87,41	g
Błonnik	24,85	g
Sól	5,72	g

---

## Dieta: 11/GL Bezglutenowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, chleb bezgl.+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ roszonek - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 533,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 53,96 , Cukry: 16,16 , Tłuszcz ogółem: 23,06 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,02 , Białko: 23,7 , Błonnik: 2,2 , Sól: 1,41

### DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

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

### OBIAD

Zupa pomidorowa z ryżem (bezglutenowa) - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Mięso gotowane w sosie wł (bezgl), ziemniaki gotowane, Brokuły z wody, Kompot z cukrem

Wartość energetyczna: 871,76 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 150,36 , Cukry: 43,17 , Tłuszcz ogółem: 6,9 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,09 , Białko: 42,47 , Błonnik: 15,21 , Sól: ,57

## PODWIECZOREK

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

Wartość energetyczna: 234,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 44,2 , Cukry: 4,15 , Tłuszcz ogółem: 2,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,4 , Białko: 6,7 , Błonnik: 3,7 , Sól: ,2

## 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

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 062,87	kcal
Węglowodny przyswajalne	294,41	g
Cukry (glukoza)	13,92	g
Cukry (fruktoza)	27,53	g
Cukry (sacharoza)	66,44	g
Tłuszcze (nasycone)	31,03	g
Tłuszcze (jednonasycone)	15,17	g
Tłuszcze (wielonasycone)	3,69	g
Białko	85,16	g
Błonnik	28,31	g
Sól	3,27	g

---

## **Dieta: 11/ML Bezmleczna**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Wek+ parówka+ ketchup+ pomidor+ rukola (bezml) - w tym alergeny (Gluten, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 577,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 72,82 , Cukry: 18,04 , Tłuszcz ogółem: 23,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,18 , Białko: 15,99 , Błonnik: 3,55 , Sól: 2,69

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Jabłko, Orzechy 40 g

Wartość energetyczna: 341,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,75 , Cukry: 15,43 , Tłuszcz ogółem: 23,06 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,68 , Białko: 7 , Błonnik: 5,6 , Sól: ,01

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Brokuły z wody, Zupa pomidorowa z makaronem (bezml) - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 686,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 104,72 , Cukry: 14,38 , Tłuszcz ogółem: 6,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,44 , Białko: 43,72 , Błonnik: 13,84 , Sól: ,52

### **PODWIECZOREK**

Drożdżówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 261,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,58 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 6,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 6,93 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,31

### **Kolacja**

Herbata z cukrem, Wek+pasztet drob.+pomid+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 505,79 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 72,96 , Cukry: 17,46 , Tłuszcz ogółem: 16,55 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,74 , Białko: 13,57 , Błonnik: 3,4 , Sól: 2,01

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 372,84	kcal
Węglowodny przyswajalne	311,82	g
Cukry (glukoza)	10,00	g
Cukry (fruktoza)	17,48	g
Cukry (sacharoza)	44,76	g
Tłuszcze (nasycone)	20,20	g
Tłuszcze (jednonasycone)	30,90	g
Tłuszcze (wielonasycone)	25,16	g
Białko	87,20	g
Błonnik	27,74	g
Sól	5,55	g

## Dieta: 11/NP Niskopurynowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 724,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,49 , Cukry: 3,99 , Tłuszcz ogółem: 21,3 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,69 , Białko: 34,23 , Błonnik: 9,91 , Sól: 2,71

### DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

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

### OBIAD

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 724,69 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 116,28 , Cukry: 17,45 , Tłuszcz ogółem: 7,06 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,02 , Białko: 38,78 , Błonnik: 15,72 , Sól: ,58

### PODWIECZOREK

Drożdżówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 261,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,58 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 6,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 6,93 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,31

### Kolacja

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

Wartość energetyczna: 555,1 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 62,7 , Cukry: 3,52 , Tłuszcz ogółem: 18,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,2 , Białko: 26,93 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,51

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 341,22	kcal
Węglowodny przyswajalne	327,20	g
Cukry (glukoza)	9,63	g
Cukry (fruktoza)	17,10	g
Cukry (sacharoza)	19,72	g
Tłuszcze (nasycone)	30,14	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,89	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,01	g
Białko	107,46	g
Błonnik	38,86	g
Sól	6,13	g

---

## Dieta: 11/WE Wegetariańska

---

### ŚNIADANIE

Wek+ rzodkiewka+ pomidor+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 745,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,94 , Cukry: 18,93 , Tłuszcz ogółem: 22,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,03 , Białko: 22,97 , Błonnik: 5,28 , Sól: 1,46

### 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, Kotlety sojowe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe), ziemniaki gotowane, Brokuły z wody, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 748,69 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,08 , Cukry: 15,19 , Tłuszcz ogółem: 14,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,43 , Białko: 32,21 , Błonnik: 17,34 , Sól: ,32

## PODWIECZOREK

Drożdżówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 261,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,58 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 6,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 6,93 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,31

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek +miód+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, 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	2 439,27	kcal
Węglowodny przyswajalne	378,37	g
Cukry (glukoza)	10,47	g
Cukry (fruktoza)	17,68	g
Cukry (sacharoza)	32,76	g
Tłuszcze (nasycone)	30,01	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,97	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,52	g
Białko	68,02	g
Błonnik	26,46	g
Sól	3,30	g

---

## Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), 12 wek + parówka+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 769,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 74,11 , Cukry: 4,57 , Tłuszcz ogółem: 39,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,55 , Białko: 25,1 , Błonnik: 3,1 , Sól: 2,51

### 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, Brokuły z wody, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 704,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,16 , Cukry: 14,44 , Tłuszcz ogółem: 7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,01 , Białko: 44,71 , Błonnik: 13,84 , Sól: ,55

## PODWIECZOREK

Drożdżówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 261,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,58 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 6,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 6,93 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,31

## Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), 12 wek+ pasztet+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 786,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,99 , Cukry: 4,99 , Tłuszcz ogółem: 31,26 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,38 , Białko: 33,42 , Błonnik: 3,27 , Sól: 2,04

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 597,81	kcal
Węglowodny przyswajalne	322,98	g
Cukry (glukoza)	9,84	g
Cukry (fruktoza)	17,28	g
Cukry (sacharoza)	18,37	g
Tłuszcze (nasycone)	43,17	g
Tłuszcze (jednonasycone)	33,90	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,83	g
Białko	110,75	g
Błonnik	24,56	g
Sól	5,42	g

---

## **Dieta: 2 Łatwostrawna**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ parówka+ ketchup+ pomidor+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 874,45 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,31 , Cukry: 6,24 , Tłuszcz ogółem: 36,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,22 , Białko: 30,11 , Błonnik: 4,26 , Sól: 2,52

### **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, Brokuły z wody, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 704,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,16 , Cukry: 14,44 , Tłuszcz ogółem: 7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,01 , Białko: 44,71 , Błonnik: 13,84 , Sól: ,55

### **PODWIECZOREK**

Drożdźówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 261,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,58 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 6,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 6,93 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,31

### **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 656,03 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,72 , Cukry: 5,12 , Tłuszcz ogółem: 31,64 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,08 , Białko: 19,18 , Błonnik: 3,12 , Sól: 2,15

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 572,08	kcal
Węglowodny przyswajalne	330,91	g
Cukry (glukoza)	9,92	g
Cukry (fruktoza)	17,38	g

Cukry (sacharoza)	19,98 g
Tłuszcze (nasycone)	38,54 g
Tłuszcze (jednonasycone)	33,98 g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,45 g
Białko	101,53 g
Błonnik	25,56 g
Sól	5,55 g

---

## Dieta: 4 Wrzodowa

---

### ŚNIADANIE

zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 806,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 109,5 , Cukry: 18,09 , Tłuszcz ogółem: 24,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,76 , Białko: 33,29 , Błonnik: 4,03 , Sól: 2,45

### DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko- mus

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

### OBIAD

Kompot bez cukru, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler), Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), ziemniaki gotowane, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 743,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 116,72 , Cukry: 17,86 , Tłuszcz ogółem: 7,08 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,02 , Białko: 42,51 , Błonnik: 16,07 , Sól: ,81

### PODWIECZOREK

Drożdżówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 261,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,58 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 6,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 6,93 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,31

### 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: 517,37 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,68 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 19,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,51 , Białko: 15,17 , Błonnik: 3 , Sól: 1,24

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 428,90	kcal
Węglowodny przyswajalne	354,69	g
Cukry (glukoza)	10,71	g
Cukry (fruktoza)	19,87	g
Cukry (sacharoza)	36,74	g
Tłuszcze (nasycone)	31,54	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,42	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,75	g
Białko	98,70	g
Błonnik	28,45	g
Sól	4,82	g

---

## Dieta: 5 Bogatoresztkowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego),

Graham 120+ parówka+ketchup+pomidor+ rozszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 879,34 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,66 , Cukry: 4,63 , Tłuszcz ogółem: 39,31 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,3 , Białko: 30,75 , Błonnik: 10,14 , Sól: 3,33

## **DRUGIE ŚNIADANIE**

Jabłko

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

## **OBIAD**

Kompot bez cukru, Brokuły z wody, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 704,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,16 , Cukry: 14,44 , Tłuszcz ogółem: 7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,01 , Białko: 44,71 , Błonnik: 13,84 , Sól: ,55

## **PODWIECZOREK**

Drożdźówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 261,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,58 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 6,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 6,93 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,31

## **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 765,78 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,07 , Cukry: 3,76 , Tłuszcz ogółem: 37,01 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,8 , Białko: 25,53 , Błonnik: 9,12 , Sól: 2,44

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 686,72	kcal
Węglowodny przyswajalne	322,61	g
Cukry (glukoza)	9,92	g
Cukry (fruktoza)	17,38	g
Cukry (sacharoza)	17,01	g
Tłuszcze (nasycone)	45,33	g
Tłuszcze (jednonasycone)	35,88	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,03	g
Białko	108,51	g
Błonnik	37,45	g
Sól	6,64	g

---

## **Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham 120+ parówka+ketchup+ogórek kons+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 872,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,46 , Cukry: 4,03 , Tłuszcz ogółem: 39,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,25 , Białko: 30 , Błonnik: 9,04 , Sól: 3,8

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Jabłko

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

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Zupa

pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Brokuły z wody

Wartość energetyczna: 704,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,16 , Cukry: 14,44 , Tłuszcz ogółem: 7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,01 , Białko: 44,71 , Błonnik: 13,84 , Sól: ,55

## **PODWIECZOREK**

Drożdźówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 261,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,58 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 6,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 6,93 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,31

## **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 673,49 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 63,7 , Cukry: 2,12 , Tłuszcz ogółem: 23,33 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,79 , Białko: 17,17 , Błonnik: 8,53 , Sól: 3,31

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 587,47	kcal
Węglowodany przyswajalne	320,04	g
Cukry (glukoza)	8,12	g
Cukry (fruktoza)	15,13	g
Cukry (sacharoza)	18,82	g
Tłuszcze (nasycone)	42,27	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,75	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,36	g
Białko	99,41	g
Błonnik	35,76	g
Sól	7,98	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 614,94 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,5 , Cukry: 3,4 , Tłuszcz ogółem: 33,23 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,63 , Białko: 17,19 , Błonnik: 8,29 , Sól: 3,45

### **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, ziemniaki gotowane, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Brokuły z wody

Wartość energetyczna: 704,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,16 , Cukry: 14,44 , Tłuszcz ogółem: 7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,01 , Białko: 44,71 , Błonnik: 13,84 , Sól: ,55

## **PODWIECZOREK**

Drożdźówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 261,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,58 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 6,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 6,93 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,31

## **Kolacja**

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ pasztetowa+

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

Wartość energetyczna: 627,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 55,24 , Cukry: 2,06 , Tłuszcz ogółem: 22,99 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,72 , Białko: 15,52 , Błonnik: 7,25 , Sól: 3,09

## 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	2 652,40	kcal
Węglowodny przyswajalne	328,10	g
Cukry (glukoza)	9,07	g
Cukry (fruktoza)	16,23	g
Cukry (sacharoza)	18,59	g
Tłuszcze (nasycone)	44,49	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,44	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,25	g
Białko	95,77	g
Błonnik	42,25	g
Sól	8,75	g

---

## Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 392,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,46 , Cukry: 3,36 , Tłuszcz ogółem: 7,57 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,59 , Białko: 21,35 , Błonnik: 9,16 , Sól: 2,37

### 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, Brokuły z wody, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 704,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,16 , Cukry: 14,44 , Tłuszcz ogółem: 7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,01 , Białko: 44,71 , Błonnik: 13,84 , Sól: ,55

### 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

Herbata bez cukru, Graham 120+ kiełbasa drobiowa+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 388,12 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 53,75 , 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	1 650,12	kcal

Węglowodny przyswajalne	238,81 g
Cukry (glukoza)	9,92 g
Cukry (fruktoza)	17,38 g
Cukry (sacharoza)	9,72 g
Tłuszcze (nasycone)	12,04 g
Tłuszcze (jednonasycone)	7,61 g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,49 g
Białko	94,04 g
Błonnik	34,87 g
Sól	5,54 g

---

## Dieta: 9 Bogatobiałkowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), wek+ parówka+ ketchup+ pomidor+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 783,96 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,59 , Cukry: 6,17 , Tłuszcz ogółem: 29,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,8 , Białko: 28,68 , Błonnik: 4,26 , Sól: 3,03

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

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

### OBIAD

Kompot bez cukru, Brokuły z wody, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 704,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,16 , Cukry: 14,44 , Tłuszcz ogółem: 7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,01 , Białko: 44,71 , Błonnik: 13,84 , Sól: ,55

### PODWIECZOREK

Jogurt naturalny 150g - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Drożdżówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 441,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 60,18 , Cukry: 9,93 , Tłuszcz ogółem: 12,35 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,74 , Białko: 19,83 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,79

### Kolacja

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

Wartość energetyczna: 581,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,65 , Cukry: 5,12 , Tłuszcz ogółem: 23,81 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,61 , Białko: 19,11 , Błonnik: 3,12 , Sól: 2,15

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 723,29	kcal
Węglowodny przyswajalne	352,22	g
Cukry (glukoza)	9,92	g
Cukry (fruktoza)	17,38	g
Cukry (sacharoza)	22,91	g
Tłuszcze (nasycone)	30,22	g
Tłuszcze (jednonasycone)	33,52	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,39	g
Białko	127,93	g
Błonnik	25,56	g
Sól	6,59	g

## Dieta: 9/WEN Bogatobiałkowa wysokoenerget

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), wek+ parówka+ ketchup+ pomidor+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 783,96 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,59 , Cukry: 6,17 , Tłuszcz ogółem: 29,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,8 , Białko: 28,68 , Błonnik: 4,26 , Sól: 3,03

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

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

### OBIAD

Kompot bez cukru, Brokuły z wody, Zupa pomidorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 704,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,16 , Cukry: 14,44 , Tłuszcz ogółem: 7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,01 , Białko: 44,71 , Błonnik: 13,84 , Sól: ,55

### PODWIECZOREK

Jogurt naturalny 150g - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Drożdżówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 441,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 60,18 , Cukry: 9,93 , Tłuszcz ogółem: 12,35 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,74 , Białko: 19,83 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,79

### Kolacja

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

Wartość energetyczna: 581,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,65 , Cukry: 5,12 , Tłuszcz ogółem: 23,81 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,61 , Białko: 19,11 , Błonnik: 3,12 , Sól: 2,15

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 723,29	kcal
Węglowodny przyswajalne	352,22	g
Cukry (glukoza)	9,92	g
Cukry (fruktoza)	17,38	g
Cukry (sacharoza)	22,91	g
Tłuszcze (nasycone)	30,22	g
Tłuszcze (jednonasycone)	33,52	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,39	g
Białko	127,93	g
Błonnik	25,56	g
Sól	6,59	g

.....  
sporządził  
/Morkisz Magdalena/

.....  
zatwierdził



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

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	330,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ roszone	Roszonek	20,0	g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowanie)	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstępna)	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
3 wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor **(obróbka)	Kielbasa 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+ parówka+ ketchup+ogórek	Ketchup *(9)	5,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Rukola	20,0	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			

**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
Sałatka szwedzka **(obróbka wstępna)	Cebula	20,0	g
	Marchew	20,0	g
	Papryka czerwona	20,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	140,0	g
Kaszanka z ziemniakami **(smażenie)	Kiszka kaszana jęczmienna	200,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa pieczarkowa z makaronem **(gotowani)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	40,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Drożdźówka 90g bez cukru **(obróbka wstęp)	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0	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+ pasztetowa+ pomidor+ogór	Ogórek kwaszony	50,0	g
	Pasztetowa *(6)	60,0	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
wiek+ parówka+ ketchup+ pomidor+rukola **	Parówki Popularne- Śląskie *(1, 10)	70,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ketchup *(9)	5,0	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
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujęczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	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
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstęp)	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0	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+ pasztet drobiowy+ pomidor **(obróbka	Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11)	60,0 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
chleb bezgl.+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ r	Roszpinka	20,0	g
	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
Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Zupa pomidorowa z ryżem (bezglutenowa) **	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	40,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Mięso gotowane w sosie wł (bezgl) **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Skrobia ziemniaczana	30,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0	g
Kompot z cukrem **(gotowanie)	Kompot z jabłek, z cukrem	250,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt owocowy **(obróbka wstępna)	Jogurt truskawkowy, 1,5% tł. *(7)	150,0	g
Rodzynki 50 g **(obróbka wstępna)	Rodzynki, suszone *(12)	50,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

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



Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0 g
Chleb bezgl+ kielbasa drobiowa+ pomidor **	Kielbasa delikatkowa z kurczaka *(6)	50,0 g
	Masło ekstra *(7)	20,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	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+ parówka+ ketchup+ pomidor+ rukola (	Ketchup *(9)	5,0	g
	Parówki Popularne- Śląskie *(1, 10)	70,0	g
	Rukola	20,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem (bezml) **(g	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0
Mieszanka Ziół		2,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		10,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstęp	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

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



Wek+pasztet drob.+pomid+roszponka **(obr	Roszponka	20,0 g
	Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11)	60,0 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 manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Graham+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ ros	Roszponka	20,0	g
	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			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowani	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	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
Jarzyny duszone **(duszenie)	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	190,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstęp	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**



Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Graham 120+ kiełbasa drobiowa+ pomidor **	Kiełbasa 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
Wek+ rzodkiewka+ pomidor+ roszonek	Roszonek	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Rzodkiewka	50,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie)	Kasza manna *(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 **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Kotlety sojowe **(smażenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Kotlety Sojowe *(6)	100,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstępna)	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0	g



Inne składniki

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek +miód+pomidor **(obróbka wstępna)	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: 12 Pakowata (przecierana)****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
12 wek+ parówka+pomidor **(gotowanie)	Parówki Popularne- Śląskie *(1, 10)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	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
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowani)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	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
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

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



Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstęp	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0 g
Inne składniki		

### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
12 wek+ paszтет+ pomidor **(obróbka wstęp	Paszтет z kurczaka pieczony *(1, 3, 6, 7, 9, 10)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

### Dieta: 2 Łatwostrawna

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Wek+ parówka+ ketchup+ pomidor+roszpon	Ketchup *(9)	5,0	g
	Roszponka	20,0	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			

#### 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
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowani	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujęczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		10,0	g



	Mieszanka Ziół	2,0 g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstęp)	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0	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+ pasztet drobiowy+ pomidor **(obróbka	Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11)	60,0	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
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	330,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ roszone	Roszonek	20,0	g
	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
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Jarzyny duszone **(duszenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	200,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowani	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g



	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0 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
Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstęp	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0 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 **(obróbka	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
	Kielbasa Drobiowa Gruba *(1, 6)	50,0 g	
Inne składniki			

#### Dieta: 5 Bogatoresztkowa

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g	
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g	
	Kasza manna *(1)	30,0 g	
Graham 120+ parówka+ketchup+pomidor+ r	Ketchup *(9)	5,0 g	
	Parówki Popularne- Śląskie *(1, 10)	70,0 g	
	Roszponka	20,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
Inne składniki			

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g	
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0 g	
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowani	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g	
	Kości, wywar	300,0 g	



	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 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
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstęp	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0	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+ pasztet piecz+pomidor **(obróbka	Pasztet wieprzowy, pieczony *(1, 6, 7)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

### Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Graham 120+ parówka+ketchup+ogórek kon	Ketchup *(9)	5,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Parówki Popularne- Śląskie *(1, 10)	70,0	g
	Roszonka	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
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g



Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowani	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g
	Kości, wywar	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstęp	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0	g
Inne składniki			

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Graham 120+ pasztetowa+ pomidor+ ogórek	Ogórek kwaszony	50,0	g
	Pasztetowa *(6)	60,0	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 + parówka+ ketchup+ogórek kons+	Ketchup *(9)	5,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Parówki Popularne- Śląskie *(1, 10)	70,0	g
	Roszonka	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
graham 60 g+ masło+ ogórek 50 g **(obróbka	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Ogórek	50,0	g



Inne składniki

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowani	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstęp	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0	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+ pasztetowa+ pomidor+ ogórek **(o	Ogórek kwaszony	50,0	g
	Pasztetowa *(6)	60,0	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	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+ kielbasa drobiowa+ pomidor+roszp	Roszponka	20,0	g
	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		

**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
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0	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
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowani	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	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
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham 120+ kiełbasa drobiowa+ pomidor **	Kiełbasa 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: 9 Bogatobiałkowa**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
wek+ parówka+ ketchup+ pomidor+roszponk	Ketchup *(9)	5,0	g



	Parówki Popularne- Śląskie *(1, 10)	70,0 g
	Roszonka	20,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
Inne składniki		

### DRUGIE ŚNIADANIE

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

### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0	g
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowanie)	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Inne składniki			

### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt naturalny 150g **(obróbka wstępna)	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	300,0	g
Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstępna)	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0	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+ pasztet drobiowy+ pomidor **(obróbka)	Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

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

### ŚNIADANIE

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



Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g
	Kasza manna *(1)	30,0 g
wek+ parówka+ ketchup+ pomidor+roszponk	Ketchup *(9)	5,0 g
	Parówki Popularne- Śląskie *(1, 10)	70,0 g
	Roszponka	20,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
Inne składniki		

#### DRUGIE ŚNIADANIE

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

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g	
Brokuły z wody **(gotowanie)	Brokuły	200,0 g	
Zupa pomidorowa z makaronem **(gotowani	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g	
	Kości, wywar	300,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g	
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 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	
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0 g	
Inne składniki			

#### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt naturalny 150g **(obróbka wstępna)	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	300,0 g	
Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstęp	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0 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+ pasztet drobiowy+ pomidor **(obróbka	Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11)	60,0 g	
	Masło ekstra *(7)	5,0 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	Pistaćja	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