



Dieta: 03 Z ogr. tłuszczu (wątrobową)

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), wek+ kiełbasa szynkowa+ pomidor+ jajko - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 687,18 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,03 , Cukry: 4,17 , Tłuszcz ogółem: 18,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,51 , Białko: 34,17 , Błonnik: 4,47 , Sól: 2,33

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, Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 729,12 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,05 , Cukry: 20,89 , Tłuszcz ogółem: 8,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,34 , Białko: 40,71 , Błonnik: 15,45 , Sól: ,74

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 486,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,37 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 8,88 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,69 , Białko: 30,84 , Błonnik: 3 , Sól: 1,87

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 066,71	kcal
Węglowodny przyswajalne	304,19	g
Cukry (glukoza)	12,33	g
Cukry (fruktoza)	18,87	g
Cukry (sacharoza)	32,33	g
Tłuszcze (nasycone)	14,62	g
Tłuszcze (jednonasycone)	13,75	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,43	g
Białko	107,62	g
Błonnik	30,17	g
Sól	5,10	g

Dieta: 1 Podstawowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb miesz+kiełbasa szynkowa+pomidor+ jajko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 605,87 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 74,19 , Cukry: 2,84 , Tłuszcz ogółem: 20,46 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 brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Pieczeń wieprzowa - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 858,09 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,86 , Cukry: 21,41 , Tłuszcz ogółem: 21,52 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,44 , Białko: 40,24 , Błonnik: 15,62 , Sól: ,76

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 729,36 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,06 , Cukry: 5,4 , Tłuszcz ogółem: 20,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,97 , Białko: 27,24 , Błonnik: 8,32 , Sól: 2,74

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 356,82	kcal
Węglowodny przyswajalne	308,85	g
Cukry (glukoza)	11,90	g
Cukry (fruktoza)	18,27	g
Cukry (sacharoza)	32,89	g
Tłuszcze (nasycone)	30,62	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,05	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,39	g
Białko	92,35	g
Błonnik	39,41	g
Sól	6,18	g

Dieta: 10 Niskobiałkowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+kiełbasa szynkowa+pomidor+jajko - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 533,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,71 , Cukry: 3,3 , Tłuszcz ogółem: 22,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,77 , Białko: 20,51 , Błonnik: 2,4 , Sól: 1,99

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 brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 774,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,05 , Cukry: 20,89 , Tłuszcz ogółem: 12,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,67 , Białko: 40,71 , Błonnik: 15,45 , Sól: ,74

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Wek+ pasztetowa drobiowa+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 601,61 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 59,6 , Cukry: 4,7 , Tłuszcz ogółem: 22,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,37 , Białko: 9,25 , Błonnik: 3 , Sól: 2

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 072,83	kcal
Węglowodny przyswajalne	262,12	g
Cukry (glukoza)	12,33	g
Cukry (fruktoza)	18,87	g
Cukry (sacharoza)	31,10	g
Tłuszcze (nasycone)	30,91	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,44	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,63	g
Białko	72,37	g
Błonnik	28,10	g
Sól	4,89	g

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Chleb bezgl+kiełbasa szynkowa+pomidor+jaja - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 495,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 39,57 , Cukry: 2,06 , Tłuszcz ogółem: 24,05 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,28 , Białko: 24,72 , Błonnik: 1,32 , Sól: 1,33

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 brokułowa z ryżem (bezgluten) - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Mięso gotowane w sosie wł (bezgl), Ryż gotowany, Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 813,75 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 132,03 , Cukry: 20,65 , Tłuszcz ogółem: 11,26 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,24 , Białko: 37,16 , Błonnik: 12,1 , Sól: ,73

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 262,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 17,29 , Cukry: 15,3 , Tłuszcz ogółem: 12,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,64 , Białko: 17,03 , Błonnik: 1,2 , Sól: ,73

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 002,38	kcal

Węglowodny przyswajalne	227,23	g
Cukry (glukoza)	12,33	g
Cukry (fruktoza)	18,87	g
Cukry (sacharoza)	41,10	g
Tłuszcze (nasycone)	28,88	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,55	g
Tłuszcze (wielonasycone)	21,09	g
Białko	87,21	g
Błonnik	24,47	g
Sól	2,95	g

Dieta: 11/ML Bezmleczna

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, wek+ kielbasa szynkowa+ pomidor+jajko - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Nasiona sezamu), Owsianka bez laktozy

Wartość energetyczna: 754,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,16 , Cukry: 15,86 , Tłuszcz ogółem: 23,22 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,15 , Białko: 31,04 , Błonnik: 2,58 , Sól: 2,01

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 brokułowa z makaronem (bezmi) - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 755,83 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 110,61 , Cukry: 20,83 , Tłuszcz ogółem: 12 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,1 , Białko: 39,72 , Błonnik: 15,45 , Sól: ,71

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Wek+pasztetowa drob.+pomid - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa z mlekiem bez laktozy - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 692,01 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,31 , Cukry: 4,7 , Tłuszcz ogółem: 22,19 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,37 , Białko: 14,81 , Błonnik: 3 , Sól: 1,94

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 366,24	kcal
Węglowodny przyswajalne	298,83	g
Cukry (glukoza)	12,33	g
Cukry (fruktoza)	18,87	g
Cukry (sacharoza)	43,60	g
Tłuszcze (nasycone)	30,71	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,39	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,70	g
Białko	87,46	g
Błonnik	28,28	g
Sól	4,81	g

Dieta: 11/NP Niskopurynowa

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 782,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,09 , Cukry: 2,63 , Tłuszcz ogółem: 27,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15 , Białko: 36,23 , Błonnik: 10,35 , Sól: 2,63

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 jarzynowa z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 755,95 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 116,52 , Cukry: 20,62 , Tłuszcz ogółem: 12,12 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,45 , Białko: 34,13 , Błonnik: 15,05 , Sól: ,52

PODWIECZOREK

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 582,29 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 64,42 , Cukry: 3,52 , Tłuszcz ogółem: 18,44 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,18 , Białko: 32,9 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,17

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 288,35	kcal
Węglowodany przyswajalne	290,39	g
Cukry (glukoza)	9,38	g
Cukry (fruktoza)	13,21	g
Cukry (sacharoza)	17,99	g
Tłuszcze (nasycone)	32,04	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,78	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,62	g
Białko	110,97	g
Błonnik	37,13	g
Sól	5,52	g

Dieta: 11/WE Wegetariańska

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek +jajko+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 815,54 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,64 , Cukry: 16,67 , Tłuszcz ogółem: 28,66 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,09 , Białko: 30,08 , Błonnik: 4,47 , Sól: 1,64

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), Zupa brokułowa

z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 755,97 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 113,39 , Cukry: 21,63 , Tłuszcz ogółem: 15,46 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,74 , Białko: 27,7 , Błonnik: 18,83 , Sól: ,51

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 615,42 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,19 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 20,04 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,79 , Białko: 34,96 , Błonnik: 3 , Sól: 1,34

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 288,93	kcal
Węglowodny przyswajalne	316,36	g
Cukry (glukoza)	12,78	g
Cukry (fruktoza)	24,87	g
Cukry (sacharoza)	39,12	g
Tłuszcze (nasycone)	29,56	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,01	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,44	g
Białko	84,34	g
Błonnik	30,20	g
Sól	3,60	g

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), 12 wek+kiełbasa szynkowa+ pomidor+jajko - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 681,75 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,22 , Cukry: 3,41 , Tłuszcz ogółem: 28,46 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,28 , Białko: 31,07 , Błonnik: 3,75 , Sól: 1,93

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko- mus

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 651,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,35 , Cukry: 7,6 , Tłuszcz ogółem: 7,83 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,26 , Białko: 39,13 , Błonnik: 9,37 , Sól: ,47

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), wek + pasztetowa drob+pomidor+ser twaróg

Wartość energetyczna: 802,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 80,83 , Cukry: 5,17 , Tłuszcz ogółem: 28,77 w tym nasycone kwasy

tłuszczowe 18,15 , Białko: 35,64 , Błonnik: 4,35 , Sól: 1,68

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 306,79	kcal
Węglowodny przyswajalne	282,35	g
Cukry (glukoza)	9,30	g
Cukry (fruktoza)	19,27	g
Cukry (sacharoza)	21,77	g
Tłuszcze (nasycone)	36,81	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,35	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,36	g
Białko	107,44	g
Błonnik	24,87	g
Sól	4,24	g

Dieta: 13 Płynna (kleikowa)

ŚNIADANIE

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

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

DRUGIE ŚNIADANIE

Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

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

OBIAD

Herbata bez cukru, Marchwianka z ryżem

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

PODWIECZOREK

Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

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

Kolacja

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

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

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

Dieta: 2 Łatwostrawna

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+kielbasa szynkowa+ pomidor+jajko - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 799,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,14 , Cukry: 4,17 , Tłuszcz ogółem: 30,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,72 , Białko: 34,28 , Błonnik: 4,47 , Sól: 2,33

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 brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Buraczki z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 754,83 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 113,51 , Cukry: 21,96 , Tłuszcz ogółem: 9,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,44 , Białko: 42,45 , Błonnik: 13,73 , Sól: ,71

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Wek+paszetowa drob.+pomid+ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 654,61 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,33 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 22,81 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,65 , Białko: 25,07 , Błonnik: 3 , Sól: 1,74

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 372,32	kcal
Węglowodny przyswajalne	306,73	g
Cukry (glukoza)	9,61	g
Cukry (fruktoza)	14,71	g
Cukry (sacharoza)	40,28	g
Tłuszcze (nasycone)	33,89	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,45	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,91	g
Białko	103,69	g
Błonnik	28,45	g
Sól	4,94	g

Dieta: 4 Wrzodowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, wek+kielbasa szynkowa+ pomidor+jajko - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 687,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,03 , Cukry: 4,17 , Tłuszcz ogółem: 18,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,51 , Białko: 34,17 , Błonnik: 4,47 , Sól: 2,33

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Marchew duszona 200g - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 752,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,14 , Cukry: 17,61 , Tłuszcz ogółem: 10,12 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,49 , Białko: 41,63 , Błonnik: 16,68 , Sól: ,88

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 486,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,37 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 8,88 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,69 , Białko: 30,84 , Błonnik: 3 , Sól: 1,87

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 097,49	kcal
Węglowodny przyswajalne	305,48	g
Cukry (glukoza)	12,50	g
Cukry (fruktoza)	22,07	g
Cukry (sacharoza)	26,43	g
Tłuszcze (nasycone)	14,80	g
Tłuszcze (jednonasycone)	14,98	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,08	g
Białko	108,24	g
Błonnik	31,55	g
Sól	5,24	g

Dieta: 5 Bogatoresztkowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ kielbasa szynkowa+ pomidor + jajko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 782,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,1 , Cukry: 2,63 , Tłuszcz ogółem: 27,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15 , Białko: 36,23 , Błonnik: 10,35 , Sól: 2,63

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 brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 774,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,05 , Cukry: 20,89 , Tłuszcz ogółem: 12,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,67 , Białko: 40,71 , Błonnik: 15,45 , Sól: ,74

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

Herbata bez cukru, graham+pasztetowa drob.+pomid+ser twar - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 545,57 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,41 , Cukry: 3,16 , Tłuszcz ogółem: 17,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,8 , Białko: 21,11 , Błonnik: 8,88 , Sól: 1,9

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 265,83	kcal
Węglowodny przyswajalne	288,31	g
Cukry (glukoza)	12,33	g
Cukry (fruktoza)	18,87	g
Cukry (sacharoza)	28,89	g
Tłuszcze (nasycone)	30,56	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,38	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,56	g
Białko	99,96	g
Błonnik	41,93	g
Sól	5,43	g

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 782,59 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,1 , Cukry: 2,63 , Tłuszcz ogółem: 27,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15 , Białko: 36,24 , Błonnik: 10,35 , Sól: 2,63

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 brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Pieczeń wieprzowa - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 858,09 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,86 , Cukry: 21,41 , Tłuszcz ogółem: 21,52 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,44 , Białko: 40,24 , Błonnik: 15,62 , Sól: ,76

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 637,76 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,29 , Cukry: 3,52 , Tłuszcz ogółem: 20,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,94 , Białko: 27,02 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,04

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 441,94	kcal
Węglowodny przyswajalne	298,00	g
Cukry (glukoza)	12,50	g
Cukry (fruktoza)	19,02	g

Cukry (sacharoza)	29,45 g
Tłuszcze (nasycone)	34,47 g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,76 g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,26 g
Białko	105,40 g
Błonnik	42,10 g
Sól	5,58 g

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

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 470,59 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 44,21 , Cukry: 1,7 , Tłuszcz ogółem: 19,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,99 , Białko: 20,8 , Błonnik: 7 , Sól: 2,07

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 brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Pieczeń wieprzowa - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 858,09 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,86 , Cukry: 21,41 , Tłuszcz ogółem: 21,52 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,44 , Białko: 40,24 , Błonnik: 15,62 , Sól: ,76

PODWIECZOREK

Sok owocowy

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 591,64 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,84 , Cukry: 3,46 , Tłuszcz ogółem: 20,28 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,87 , Białko: 25,37 , Błonnik: 7,6 , Sól: 1,82

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	2 452,32	kcal
Węglowodny przyswajalne	301,14	g
Cukry (glukoza)	13,45	g
Cukry (fruktoza)	20,12	g
Cukry (sacharoza)	28,92	g
Tłuszcze (nasycone)	36,31	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,63	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,24	g
Białko	99,14	g
Błonnik	46,00	g

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 442,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,6 , Cukry: 1,76 , Tłuszcz ogółem: 12,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,59 , Białko: 22,4 , Błonnik: 8,28 , Sól: 2,28

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 brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 774,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,05 , Cukry: 20,89 , Tłuszcz ogółem: 12,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,67 , Białko: 40,71 , Błonnik: 15,45 , Sól: ,74

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+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser tw - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 415,32 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 55,47 , Cukry: 3,16 , Tłuszcz ogółem: 7,22 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,57 , Białko: 26,93 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,03

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 788,95	kcal
Węglowodny przyswajalne	243,38	g
Cukry (glukoza)	9,53	g
Cukry (fruktoza)	13,27	g
Cukry (sacharoza)	18,32	g
Tłuszcze (nasycone)	14,64	g
Tłuszcze (jednonasycone)	13,44	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,49	g
Białko	97,38	g
Błonnik	35,46	g
Sól	5,30	g

Dieta: 9 Bogatobiałkowa

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+kiełbasa szynkowa+ pomidor+jajko - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 799,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,13 , Cukry: 4,17 , Tłuszcz ogółem: 30,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,72 , Białko: 34,28 , Błonnik: 4,47 , Sól: 2,33

DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 157,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,25 , Cukry: 15,3 , Tłuszcz ogółem: 2,96 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,82 , Białko: 7,35 , Błonnik: 2,85 , Sól: ,24

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 774,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,05 , Cukry: 20,89 , Tłuszcz ogółem: 12,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,67 , Białko: 40,71 , Błonnik: 15,45 , Sól: ,74

PODWIECZOREK

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

Wartość energetyczna: 186,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 29,1 , Cukry: 21,1 , Tłuszcz ogółem: 3,06 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,85 , Białko: 7,45 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,39

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 637,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,29 , Cukry: 3,52 , Tłuszcz ogółem: 20,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,94 , Białko: 27,02 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,04

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 554,84	kcal
Węglowodny przyswajalne	319,83	g
Cukry (glukoza)	12,33	g
Cukry (fruktoza)	18,87	g
Cukry (sacharoza)	33,79	g
Tłuszcze (nasycone)	36,99	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,81	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,91	g
Białko	116,81	g
Błonnik	36,05	g
Sól	5,74	g

Dieta: 9/WEN Bogatobiałkowa wysokoenerget

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+kiełbasa szynkowa+ pomidor+jajo - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 799,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,13 , Cukry: 4,17 , Tłuszcz ogółem: 30,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,72 , Białko: 34,28 , Błonnik: 4,47 , Sól: 2,33

DRUGIE ŚNIADANIE

Jogurt naturalny 150g - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Mandarynki, Orzechy 40 g

Wartość energetyczna: 423,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 27,85 , Cukry: 16,18 , Tłuszcz ogółem: 25,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,44 , Białko: 13,75 , Błonnik: 5,45 , Sól: ,25

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa brokułowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kasza jęczmienna - w tym alergeny (Gluten), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 774,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,05 , Cukry: 20,89 , Tłuszcz ogółem: 12,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,67 , Białko: 40,71 , Błonnik: 15,45 , Sól: ,74

PODWIECZOREK

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

Wartość energetyczna: 186,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 29,1 , Cukry: 21,1 , Tłuszcz ogółem: 3,06 w tym nasycone kwasy

łuszczowe 1,85 , Białko: 7,45 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,39

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), wek + pasztetowa drob+ pomidor+ser twar - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 654,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,33 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 22,81 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,65 , Białko: 25,07 , Błonnik: 3 , Sól: 1,74

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 838,04	kcal
Węglowodny przyswajalne	328,47	g
Cukry (glukoza)	12,33	g
Cukry (fruktoza)	18,87	g
Cukry (sacharoza)	36,21	g
Tłuszcze (nasycone)	40,32	g
Tłuszcze (jednonasycone)	28,98	g
Tłuszcze (wielonasycone)	25,44	g
Białko	121,25	g
Błonnik	32,77	g
Sól	5,45	g

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Owsianka	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
wek+ kielbasa szynkowa+ pomidor+ jajko **(Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	30,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	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
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
Kasza jęczmienna **(gotowanie)	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Zupa brokułowa z makaronem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojęczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obrób	Marchew	130,0	g
	Jabłko	70,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ kielbasa drobiowa+pomidor+ser biały	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g



Kawa, napar bez cukru *(1)

20,0 g

Inne składniki

Dieta: 1 Podstawowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszc+kiełbasa szynkowa+pomidor+ j	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	30,0	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			

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 brokułowa z makaronem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojęczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Pieczeń wieprzowa **(duszenie)	Wieprzowina, łopatka	100,0
Olej rzepakowy		5,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		10,0	g
Cebula		10,0	g
Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)		6,0	g
Kasza jęczmienna **(gotowanie)	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obrób	Jabłko	70,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Marchew	130,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

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



Chleb miesz+pasztetowa drob+pomidor+ogó	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0 g
	Pasztetowa *(6)	30,0 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
	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0 g
Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0 g
Inne składniki		

Dieta: 10 Niskobiałkowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+kiełbasa szynkowa+pomidor+jajko **(o	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	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 brokułowa z makaronem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
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
Kasza jęczmienna **(gotowanie)	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obrób	Jabłko	70,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Marchew	130,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK



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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ pasztetowa drobiowa+pomidor	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Pasztetowa *(6)	60,0	g
Herbata bez cukru ** (gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/GL Bezglutenowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Chleb bezgl+kiełbasa szynkowa+pomidor+jaj	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Pomidor	50,0	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	Jabłko	50,0	g
Zupa brokułowa z ryżem (bezgluten)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Skrobia ziemniaczana	10,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Mięso gotowane w sosie wł (bezgl) ** (gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Skrobia ziemniaczana	20,0	g
Ryż gotowany ** (gotowanie)	Ryż biały	80,0	g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g ** (obrób	Olej rzepakowy	5,0	g



	Marchew	130,0 g
	Jabłko	70,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Chleb bezgl+ kielbasa drobiowa+ pomidor+s	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	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+ kielbasa szynkowa+ pomidor+jajko **(o	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło Bez Laktozy	15,0	g
	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	30,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
Owsianka bez laktozy **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy	300,0	g
	Płatki owsiane na mleku 3,2% tł.	30,0	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 brokułowa z makaronem (bezml) **(got	Brokuły	40,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	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
Kasza jęczmienna **(gotowanie)	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0 g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obróbka)	Marchew	130,0 g
	Jabłko	70,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+pasztetowa drob.+pomid **(obróbka ws)	Masło Bez Laktozy	15,0	g
	Pasztetowa *(6)	60,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Kawa zbożowa z mlekiem bez laktozy **(got)	Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/NP Niskopurynowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Owsianka	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
Graham+ kielbasa szynkowa+ pomidor+ jajk	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	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 jarzynowa z ryżem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Skrobia ziemniaczana	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Kalafior	10,0	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
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Kasza jęczmienna **(gotowanie)	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0 g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obrób	Marchew	130,0 g
	Jabłko	70,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Graham+ kielbasa drobiowa+pomidor+ ser t	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/WE Wegetariańska**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Owsianka **(gotowanie)	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Wek +jajko+ pomidor **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	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	5,0	g



Zupa brokułowa z makaronem **(gotowanie)	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Kotlety Sojowe *(6)	100,0 g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0 g
	Brokuły	40,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
Kasza jęczmienna **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0 g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obrób)	Jabłko	70,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Marchew	130,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
wek+ serek tw+ pomidor **(obróbka wstępna)	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Inne składniki			

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Owsianka	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
12 wek+kiełbasa szynkowa+ pomidor+jajko *	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	50,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD



Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa brokułowa z makaronem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
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
Kasza jęczmienna **(gotowanie)	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Owsianka **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
wek + pasztetowa drob+pomidor+ser twaróg	Pasztetowa *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Inne składniki			

Dieta: 13 Płynna (kleikowa)**ŚNIADANIE**

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

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

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



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

PODWIECZOREK

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

Kolacja

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

Dieta: 2 Łatwostrawna**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Owsianka	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
Wek+kiełbasa szynkowa+pomidor+jajko **(o	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	30,0	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 brokułowa z makaronem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
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



Kasza jęczmienna **(gotowanie)	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0 g
Buraczki z jabłkiem 200 g **(duszenie)	Olej rzepakowy	2,0 g
	Burak	180,0 g
	Jabłko	20,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+pasztetowa drob.+pomid+ser twaróg **	Paszтетowa *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Inne składniki			

Dieta: 4 Wrzodowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+kiełbasa szynkowa+ pomidor+jajko	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	30,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
Owsianka	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(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 brokułowa z makaronem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g



	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
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
Kasza jęczmienna **(gotowanie)	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0 g
Marchew duszona 200g **(duszenie)	Olej rzepakowy	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Marchew	200,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+kiełbasa drob+ pomidor+ser tw	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Inne składniki			

Dieta: 5 Bogatoresztkowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Owsianka	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
Graham+ kiełbasa szynkowa+ pomidor + jajk	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	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 brokułowa z makaronem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g



	Makaron czterojęczny *(1, 3)	30,0 g
	Brokuły	40,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 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
Kasza jęczmienna **(gotowanie)	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0 g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obrób	Marchew	130,0 g
	Jabłko	70,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
graham+pasztetowa drob.+pomid+ser twar **	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Pasztetowa *(6)	30,0	g
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Owsianka **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
Graham+ kielbasa szynkowa+ pomidor+ jajk	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	30,0	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 brokułowa z makaronem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Kości, wywar	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0 g
	Brokuły	40,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Pieczeń wieprzowa **(duszenie)	Wieprzowina, łopatka	100,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Cebula	10,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	6,0 g
Kasza jęczmienna **(gotowanie)	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0 g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obrób)	Marchew	130,0 g
	Jabłko	70,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Graham+ pasztetowa drob+pomidor+ser tw *	Pasztetowa *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham+ kielbasa szynkowa+ pomidor+ jajk	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE



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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa brokułowa z makaronem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kasza jęczmienna **(gotowanie)	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0	g
Pieczeń wieprzowa **(duszenie)	Wieprzowina, łopatka	100,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Cebula	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	6,0	g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obróbka)	Olej rzepakowy	5,0	g
	Marchew	130,0	g
	Jabłko	70,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Graham+ pasztetowa drob+pomidor+ser tw *	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Pasztetowa *(6)	30,0	g
Inne składniki			

DRUGA KOLACJA

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



Pomidor	50,0 g
---------	--------

Inne składniki

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham+ kielbasa szynkowa+ pomidor +jajk	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	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 brokułowa z makaronem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kasza jęczmienna **(gotowanie)	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	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
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obrób	Jabłko	70,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Marchew	130,0	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+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ser t	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	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
Owsianka	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
Wek+kiełbasa szynkowa+pomidor+jajko **(o	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa brokułowa z makaronem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojęcyczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kasza jęczmienna **(gotowanie)	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	80,0
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
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obrób	Marchew	130,0	g
	Jabłko	70,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt naturalny 150g **(obróbka wstępna)	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	150,0	g
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g



Inne składniki

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Graham+ pasztetowa drob+pomidor+ ser twa	Pasztetowa *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g

Inne składniki

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Owsianka	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
Wek+kielbasa szynkowa+pomidor+jajo **(obr	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g

Inne składniki

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt naturalny 150g **(obróbka wstępna)	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	150,0	g
Mandarynki **(obróbka wstępna)	Mandarynki	150,0	g
Orzechy 40 g **(obróbka wstępna)	Orzechy włoskie	40,0	g

Inne składniki

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa brokułowa z makaronem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Brokuły	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Kasza jęczmienna **(gotowanie)	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	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



Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obrób	Jabłko	70,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Marchew	130,0 g

Inne składniki

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt naturalny 150g **(obróbka wstępna)	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	150,0	g
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g

Inne składniki

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie)	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
wek + pasztetowa drob+pomidor+ser twar **(Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Pasztetowa *(6)	30,0	g

Inne składniki

** Sposób obróbki potrawy

* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

1	Gluten	2	Skorupiaki	3	Jaja (jadalne)
4	Ryba	5	Orzeszki ziemne	6	Białko sojowe
7	Białko mleka krowiego	8	Orzechy i nasiona	9	Seler
10	Musztarda/gorczyca	11	Nasiona sezamu	12	Siarczyn i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza	P15	Albumina
P16	Ananas	P17	Arbuz	P18	Aspartam
P19	Banan	P20	Białko jaja kurzego	P21	Borówka
P22	Bób	P23	Brzoskwinia	P24	Cebula
P25	Cynamon	P26	Cytrynian	P27	Czekolada
P28	Czosnek	P29	Dodatek do żywności	P30	Dorsz
P31	Drób	P32	Figi	P33	Gałka muszkatołowa
P34	Glutaminian	P35	Goździk	P36	Grzyb
P37	Homar	P38	Imbir	P39	Jabłko
P40	Kalmar	P41	Kokos	P42	Koncentrat białek jaja kurzego
P43	Krab	P44	Krewetki	P45	Kukurydza
P46	Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego	P47	Laktoza	P48	Maliny
P49	Małże	P50	Marchew	P51	Mątwą
P52	Melon	P53	Mięso	P54	Mięso czerwone