



Dieta: 03 Z ogr. tłuszczu (wątrobowa)

ŚNIADANIE

Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 691,19 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,11 , Cukry: 4,18 , Tłuszcz ogółem: 17,65 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,47 , Białko: 33,16 , Błonnik: 3,51 , Sól: 1,75

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, Udziec słodko kwaśny z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Barszcz biały z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 754,03 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,13 , Cukry: 28,58 , Tłuszcz ogółem: 15,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,88 , Białko: 40,16 , Błonnik: 13,55 , Sól: 1,19

PODWIECZOREK

Budyń bez cukru - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kielbasa szynkowa+ pomidor+ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 488,06 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,33 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 9,57 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,07 , Białko: 29,16 , Błonnik: 3 , Sól: 1,98

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 208,58	kcal
Węglowodny przyswajalne	309,02	g
Cukry (glukoza)	12,37	g
Cukry (fruktoza)	21,97	g
Cukry (sacharoza)	27,07	g
Tłuszcze (nasycone)	19,46	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,31	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,49	g
Białko	111,64	g
Błonnik	23,10	g
Sól	5,20	g

Dieta: 1 Podstawowa

ŚNIADANIE

Chleb mieszany+ pasta z jaj+pomidor+sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka

krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 642,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 75,04 , Cukry: 3,19 , Tłuszcz ogółem: 23,78 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,61 , Białko: 23,14 , Błonnik: 8,58 , Sól: 1,97

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, udziec z kurczaka słodko kwaśny z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Barszcz biały z jajka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 826,03 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,13 , Cukry: 28,58 , Tłuszcz ogółem: 22,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,42 , Białko: 40,16 , Błonnik: 13,55 , Sól: 1,19

PODWIECZOREK

Budyń bez cukru - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 721,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,31 , Cukry: 3,3 , Tłuszcz ogółem: 20,65 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,97 , Białko: 27,34 , Błonnik: 8,12 , Sól: 2,27

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 465,64	kcal
Węglowodny przyswajalne	307,93	g
Cukry (glukoza)	11,87	g
Cukry (fruktoza)	21,17	g
Cukry (sacharoza)	25,62	g
Tłuszcze (nasycone)	34,03	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,21	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,87	g
Białko	99,80	g
Błonnik	33,29	g
Sól	5,72	g

Dieta: 10 Niskobiałkowa

ŚNIADANIE

Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 576,54 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,31 , Cukry: 3,75 , Tłuszcz ogółem: 28,54 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,71 , Białko: 16,84 , Błonnik: 2,77 , Sól: 1,4

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, udziec z kurczaka słodko kwaśny z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Barszcz biały z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 826,03 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,13 , Cukry: 28,58 , Tłuszcz ogółem: 22,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,42 , Białko: 40,16 , Błonnik: 13,55 , Sól: 1,19

PODWIECZOREK

Kisiel i jabłko

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

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ paszтет+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 647,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,94 , Cukry: 5,12 , Tłuszcz ogółem: 27,06 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,2 , Białko: 23,81 , Błonnik: 3,24 , Sól: 2,1

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 223,77	kcal
Węglowodny przyswajalne	268,10	g
Cukry (glukoza)	13,37	g
Cukry (fruktoza)	24,67	g
Cukry (sacharoza)	31,55	g
Tłuszcze (nasycone)	31,40	g
Tłuszcze (jednonasycone)	34,14	g
Tłuszcze (wielonasycone)	13,11	g
Białko	81,65	g
Błonnik	23,58	g
Sól	4,74	g

Dieta: 11/GL Bezglutenowa

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, chleb bezgl+ pasta z jaj+ pomidor + sałata - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 484,56 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,48 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: 38,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,79 , Białko: 12,75 , Błonnik: ,97 , Sól: ,6

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, udziec z kurcz. w sosie słodko-kwaśnym z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Barszcz biały z jajkiem(bezglut) - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 839,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,17 , Cukry: 28,58 , Tłuszcz ogółem: 22,7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,4 , Białko: 39,62 , Błonnik: 13,45 , Sól: 1,19

PODWIECZOREK

Budyń z cukrem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Budyń w proszku 20g, Mleko spożywcze, 2% tł. 250g - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Cukier 5g

Wartość energetyczna: 220,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 35,3 , Cukry: 14,03 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 300,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 17,32 , Cukry: 15,3 , Tłuszcz ogółem: 16,89 w tym nasycone kwasy

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 944,37	kcal
Węglowodny przyswajalne	193,48	g
Cukry (glukoza)	13,37	g
Cukry (fruktoza)	24,67	g
Cukry (sacharoza)	53,82	g
Tłuszcze (nasycone)	34,62	g
Tłuszcze (jednonasycone)	35,50	g
Tłuszcze (wielonasycone)	12,59	g
Białko	78,80	g
Błonnik	19,67	g
Sól	2,82	g

Dieta: 11/ML Bezmleczna

ŚNIADANIE

wek+ pasta z jaj+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem, Zupa mleczna bez lakt. z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 872,14 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,48 , Cukry: 16,14 , Tłuszcz ogółem: 26 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,27 , Białko: 32,71 , Błonnik: 3,51 , Sól: 1,44

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, Kurczak słodko kwaśny z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Barszcz biały z jajkiem (bezmleczna) - w tym alergeny (Gluten, Seler), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 807,45 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 100,77 , Cukry: 28,58 , Tłuszcz ogółem: 21,06 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,34 , Białko: 39,91 , Błonnik: 13,55 , Sól: 1,18

PODWIECZOREK

Budyń bez laktozy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 197,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,06 , Cukry: 8,54 , Tłuszcz ogółem: ,01 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 0 , Białko: 8,06 , Błonnik: ,04 , Sól: 0

Kolacja

wek+ pasztet+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa z mlekiem bez laktozy - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 692,04 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	2 644,42	kcal
Węglowodny przyswajalne	320,77	g
Cukry (glukoza)	12,37	g
Cukry (fruktoza)	21,97	g
Cukry (sacharoza)	38,17	g
Tłuszcze (nasycone)	32,05	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,73	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,70	g
Białko	96,08	g
Błonnik	23,10	g

Dieta: 11/NP Niskopurynowa

ŚNIADANIE

Graham+ pasta z jaj+ pomidor+sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 859,21 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,42 , Cukry: 2,84 , Tłuszcz ogółem: 34,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,52 , Białko: 35,36 , Błonnik: 9,4 , Sól: 2,15

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

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

OBIAD

Kompot bez cukru, udziec z Kurczaka słodko kwaśny z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Barszcz biały z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 826,03 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,13 , Cukry: 28,58 , Tłuszcz ogółem: 22,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,42 , Białko: 40,16 , Błonnik: 13,55 , Sól: 1,19

PODWIECZOREK

Budyń bez cukru - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Graham+ kiełbasa szynkowa+ pomidor+ser tw - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 583,52 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 64,39 , Cukry: 3,52 , Tłuszcz ogółem: 19,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,57 , Białko: 31,22 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,28

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 544,06	kcal
Węglowodny przyswajalne	301,40	g
Cukry (glukoza)	12,37	g
Cukry (fruktoza)	21,97	g
Cukry (sacharoza)	24,19	g
Tłuszcze (nasycone)	35,54	g
Tłuszcze (jednonasycone)	32,80	g
Tłuszcze (wielonasycone)	13,18	g
Białko	115,91	g
Błonnik	34,86	g
Sól	5,90	g

Dieta: 11/WE Wegetariańska

ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 875,97 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,46 , Cukry: 4,38 , Tłuszcz ogółem: 36,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,23 , Białko: 33,4 , Błonnik: 3,52 , Sól: 1,85

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, Papryka nadziewana wege - w tym alergeny (Gluten, Seler), Barszcz biały z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 723,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,5 , Cukry: 30,97 , Tłuszcz ogółem: 16,31 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,04 , Białko: 28,97 , Błonnik: 20,3 , Sól: ,61

PODWIECZOREK

Budyń bez cukru - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

Kolacja

Wek+masło+ dżem+ 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: 642,92 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,93 , Cukry: 23,56 , Tłuszcz ogółem: 19,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,65 , Białko: 25,21 , Błonnik: 3,4 , Sól: 1,29

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 517,91	kcal
Węglowodny przyswajalne	326,35	g
Cukry (glukoza)	20,23	g
Cukry (fruktoza)	30,12	g
Cukry (sacharoza)	32,15	g
Tłuszcze (nasycone)	34,96	g
Tłuszcze (jednonasycone)	31,63	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,41	g
Białko	96,75	g
Błonnik	30,25	g
Sól	4,05	g

Dieta: 12 Papkowata (przecierana)

ŚNIADANIE

Wek+ pasta z jaj+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą maną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 755,19 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 72,23 , Cukry: 3,42 , Tłuszcz ogółem: 35,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,78 , Białko: 29,92 , Błonnik: 2,51 , Sól: 1,44

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, udko z kurczaka słodko kwaśny z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Barszcz biały z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 703,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,43 , Cukry: 15,29 , Tłuszcz ogółem: 17,68 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5 , Białko: 38,58 , Błonnik: 7,47 , Sól: ,92

PODWIECZOREK

Budyń bez cukru - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ paszтет+ pomidor+ser tw - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 771,01 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,6 , Cukry: 4,96 , Tłuszcz ogółem: 27,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,17 , Białko: 39 , Błonnik: 3,15 , Sól: 1,66

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 504,64	kcal
Węglowodny przyswajalne	290,72	g
Cukry (glukoza)	8,81	g
Cukry (fruktoza)	16,27	g
Cukry (sacharoza)	22,18	g
Tłuszcze (nasycone)	39,99	g
Tłuszcze (jednonasycone)	34,39	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,11	g
Białko	116,66	g
Błonnik	16,18	g
Sól	4,31	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

Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 875,97 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,46 , Cukry: 4,38 , Tłuszcz ogółem: 36,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,23 , Białko: 33,4 , Błonnik: 3,52 , Sól: 1,85

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, udziec z Kurczaka słodko kwaśny z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Barszcz biały z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 826,03 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,13 , Cukry: 28,58 , Tłuszcz ogółem: 22,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,42 , Białko: 40,16 , Błonnik: 13,55 , Sól: 1,19

PODWIECZOREK

Budyń bez cukru - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Weky+ pasztet drobiowy+ pomidor+ser tw - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 631,19 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 70,57 , Cukry: 5,09 , Tłuszcz ogółem: 23,55 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,99 , Białko: 29,39 , Błonnik: 3,12 , Sól: 1,72

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 608,49	kcal
Węglowodny przyswajalne	311,61	g
Cukry (glukoza)	12,37	g
Cukry (fruktoza)	21,97	g
Cukry (sacharoza)	27,30	g
Tłuszcze (nasycone)	37,68	g
Tłuszcze (jednonasycone)	37,10	g
Tłuszcze (wielonasycone)	13,35	g
Białko	112,11	g
Błonnik	23,23	g
Sól	5,05	g

Dieta: 4 Wrzodowa

ŚNIADANIE

Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego,

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

Wartość energetyczna: 808,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,77 , Cukry: 4,23 , Tłuszcz ogółem: 29,56 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,79 , Białko: 33,57 , Błonnik: 3,43 , Sól: 1,77

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, Udziec zKurczaka słodko kwaśny z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Barszcz biały z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 731,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,93 , Cukry: 22,38 , Tłuszcz ogółem: 13,17 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,73 , Białko: 41,47 , Błonnik: 13,45 , Sól: 1,06

PODWIECZOREK

Budyń bez cukru - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Weky+ kiełbasa szynkowa+ pomidor+ ser tw - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 600,27 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,44 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 21,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,28 , Białko: 29,27 , Błonnik: 3 , Sól: 1,98

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 415,44	kcal
Węglowodny przyswajalne	307,60	g
Cukry (glukoza)	10,55	g
Cukry (fruktoza)	17,83	g
Cukry (sacharoza)	26,89	g
Tłuszcze (nasycone)	35,84	g
Tłuszcze (jednonasycone)	24,83	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,30	g
Białko	113,47	g
Błonnik	22,92	g
Sól	5,10	g

Dieta: 5 Bogatoresztkowa

ŚNIADANIE

Graham+ pasta z jaj+ pomidor+sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 859,21 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,42 , Cukry: 2,84 , Tłuszcz ogółem: 34,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,52 , Białko: 35,36 , Błonnik: 9,4 , Sól: 2,15

DRUGIE ŚNIADANIE

Jabłko

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

OBIAD

Kompot bez cukru, udziec z Kurczaka słodko kwaśny z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko

sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Barszcz biały z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 826,03 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,13 , Cukry: 28,58 , Tłuszcz ogółem: 22,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,42 , Białko: 40,16 , Błonnik: 13,55 , Sól: 1,19

PODWIECZOREK

Budyń bez cukru - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 637,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,3 , Cukry: 3,52 , Tłuszcz ogółem: 20,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,94 , Białko: 27,03 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,04

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 598,34	kcal
Węglowodany przyswajalne	302,30	g
Cukry (glukoza)	12,37	g
Cukry (fruktoza)	21,97	g
Cukry (sacharoza)	24,19	g
Tłuszcze (nasycone)	37,91	g
Tłuszcze (jednonasycone)	32,35	g
Tłuszcze (wielonasycone)	12,75	g
Białko	111,71	g
Błonnik	34,87	g
Sól	5,66	g

Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów

ŚNIADANIE

Chleb graham+ pasta z jaj+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 810,74 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,49 , Cukry: 2,74 , Tłuszcz ogółem: 29,53 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,18 , Białko: 35,44 , Błonnik: 9,39 , Sól: 2,08

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, udziec z kurczaka słodko kwaśny z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Barszcz biały z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Surówka z marchwi i jabłka 200 g

Wartość energetyczna: 824,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 100,63 , Cukry: 28,11 , Tłuszcz ogółem: 22,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,42 , Białko: 40,22 , Błonnik: 13,71 , Sól: 1,21

PODWIECZOREK

Budyń bez cukru - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

Kolacja

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

ogórek+ser tw - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 632,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 64,79 , Cukry: 2,22 , Tłuszcz ogółem: 20,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,92 , Białko: 26,82 , Błonnik: 8,18 , Sól: 2,05

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 543,19	kcal
Węglowodny przyswajalne	301,36	g
Cukry (glukoza)	11,83	g
Cukry (fruktoza)	20,77	g
Cukry (sacharoza)	24,06	g
Tłuszcze (nasycone)	37,55	g
Tłuszcze (jednonasycone)	29,18	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,00	g
Białko	111,65	g
Błonnik	34,32	g
Sól	5,63	g

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

ŚNIADANIE

Chleb graham+ pasta z jaj+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 507,12 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 45,07 , Cukry: 2,05 , Tłuszcz ogółem: 23,29 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,49 , Białko: 20,97 , Błonnik: 7,36 , Sól: 1,52

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, udziec z Kurczaka słodko kwaśny z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Barszcz biały z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 826,03 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,13 , Cukry: 28,58 , Tłuszcz ogółem: 22,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,42 , Białko: 40,16 , Błonnik: 13,55 , Sól: 1,19

PODWIECZOREK

Budyń bez cukru - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ pasztetowa+ ogórek+ser tw - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 586,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,33 , Cukry: 2,16 , Tłuszcz ogółem: 20,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,85 , Białko: 25,16 , Błonnik: 6,9 , Sól: 1,83

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	2 563,53	kcal
Węglowodny przyswajalne	301,47	g
Cukry (glukoza)	12,82	g
Cukry (fruktoza)	22,27	g
Cukry (sacharoza)	23,80	g
Tłuszcze (nasycone)	39,70	g
Tłuszcze (jednonasycone)	29,79	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,67	g
Białko	106,29	g
Błonnik	39,38	g
Sól	6,16	g

Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

ŚNIADANIE

Graham+ jajko+ pomidor+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 408,09 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,61 , Cukry: 1,76 , Tłuszcz ogółem: 10,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,96 , Białko: 18,19 , Błonnik: 8,28 , Sól: 1,59

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, Udziec z Kurczaka słodko kwaśny z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Barszcz biały z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Surówka marchew z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 736,03 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,13 , Cukry: 28,58 , Tłuszcz ogółem: 13,22 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,75 , Białko: 40,16 , Błonnik: 13,55 , Sól: 1,19

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

Graham+ kiełbasa drob+ pomidor+ser tw - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 415,29 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	1 724,42	kcal
Węglowodny przyswajalne	233,66	g
Cukry (glukoza)	12,27	g
Cukry (fruktoza)	21,85	g
Cukry (sacharoza)	15,43	g
Tłuszcze (nasycone)	15,12	g
Tłuszcze (jednonasycone)	12,32	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,01	g
Białko	92,33	g
Błonnik	33,71	g
Sól	5,06	g

Dieta: 9 Bogatobiałkowa

ŚNIADANIE

Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 875,97 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,46 , Cukry: 4,38 , Tłuszcz ogółem: 36,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,23 , Białko: 33,4 , Błonnik: 3,52 , Sól: 1,85

DRUGIE ŚNIADANIE

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

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

OBIAD

Kompot bez cukru, udziec z Kurczaka słodko kwaśny z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Barszcz biały z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Surówka z marchwi i jabłka 200 g

Wartość energetyczna: 824,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 100,63 , Cukry: 28,11 , Tłuszcz ogółem: 22,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,42 , Białko: 40,22 , Błonnik: 13,71 , Sól: 1,21

PODWIECZOREK

Budyń bez cukru - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ paszтет+ pomidor+ser tw - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 600,27 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,44 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 21,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,28 , Białko: 29,27 , Błonnik: 3 , Sól: 1,98

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 665,87	kcal
Węglowodny przyswajalne	318,28	g
Cukry (glukoza)	12,33	g
Cukry (fruktoza)	21,57	g
Cukry (sacharoza)	28,74	g
Tłuszcze (nasycone)	38,75	g
Tłuszcze (jednonasycone)	36,56	g
Tłuszcze (wielonasycone)	13,40	g
Białko	118,50	g
Błonnik	23,27	g
Sól	5,56	g

Dieta: 9/WEN Bogatobiałkowa wysokoenerget

ŚNIADANIE

Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru, zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 875,97 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,46 , Cukry: 4,38 , Tłuszcz ogółem: 36,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,23 , Białko: 33,4 , Błonnik: 3,52 , Sól: 1,85

DRUGIE ŚNIADANIE

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

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

OBIAD

Kompot bez cukru, udziec z Kurczaka słodko kwaśny z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca), Barszcz biały z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Surówka z marchwi i jabłka 200 g

Wartość energetyczna: 824,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 100,63 , Cukry: 28,11 , Tłuszcz ogółem: 22,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,42 , Białko: 40,22 , Błonnik: 13,71 , Sól: 1,21

PODWIECZOREK

Budyń bez cukru - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 200,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 30,31 , Cukry: 9,04 , Tłuszcz ogółem: 4,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,98 , Białko: 8,56 , Błonnik: ,04 , Sól: ,28

Kolacja

Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ paszтет+ pomidor+ser tw - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 600,27 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,44 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 21,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,28 , Białko: 29,27 , Błonnik: 3 , Sól: 1,98

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 665,87	kcal
Węglowodny przyswajalne	318,28	g
Cukry (glukoza)	12,33	g
Cukry (fruktoza)	21,57	g
Cukry (sacharoza)	28,74	g
Tłuszcze (nasycone)	38,75	g
Tłuszcze (jednonasycone)	36,56	g
Tłuszcze (wielonasycone)	13,40	g
Białko	118,50	g
Błonnik	23,27	g
Sól	5,56	g

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szcypiorek	3,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Sałata	20,0	g
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
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
Udziec słodko kwaśny z ryżem **(duszenie)	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	2,0	g
	Ananas	30,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Szcypiorek	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Marchew	20,0	g
	Papryka czerwona	30,0	g
Barszcz biały z jajkiem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Śmietana, 18% tł. *(7)	10,0	g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obrób)	Jabłko	70,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Marchew	130,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Budyń w proszku	20,0	g



Inne składniki

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ kielbasa szynkowa+ pomidor+ser twar	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	30,0	g
Inne składniki			

Dieta: 1 Podstawowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb mieszany+ pasta z jaj+pomidor+sałata	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	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
	Sałata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	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
udziec z kurczaka słodko kwaśny z ryżem **(Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	2,0	g
	Ananas	30,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Marchew	20,0	g
	Papryka czerwona	30,0	g
	Barszcz biały z jajka **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0
Jaja kurze całe *(3)		60,0	g



	Kości, wywar	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Śmietana, 18% tł. *(7)	10,0 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
Budyń bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Budyń w proszku	20,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Chleb mieszany+ pasztetowa+ogórek+ser tw	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
	Ogórek	100,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
Inne składniki			

Dieta: 10 Niskobiałkowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Sałata	20,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	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



udziec z kurczaka słodko kwaśny z ryżem **	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g
	Kukurydza, konserwowa	20,0 g
	Skrobia ziemniaczana	2,0 g
	Ananas	30,0 g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0 g
	Szcypiorek	5,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Ryż biały	80,0 g
	Marchew	20,0 g
	Papryka czerwona	30,0 g
Barszcz biały z jajkiem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g
	Kości, wywar	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Śmietana, 18% tł. *(7)	10,0 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
Kisiel i jabłko **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
	Kisiel w proszku	20,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Wek+ paszтет+pomidor	Paszтет z kurczaka pieczony *(1, 3, 6, 7, 9, 10)	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+ pasta z jaj+ pomidor + sałata **	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szcypiorek	3,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g



	Pomidor	50,0 g
	Salata	20,0 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 **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
udziec z kurcz. w sosie słodko-kwaśnym z ry	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	2,0	g
	Ananas	30,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Marchew	20,0	g
	Papryka czerwona	30,0	g
Barszcz biały z jajkiem(bezglut) **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Skrobia ziemniaczana	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Śmietana, 18% tł. *(7)	10,0	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
Budyń z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Cukier	5,0	g
	Budyń w proszku	20,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Chleb bezgl+ kielbasa drobiowa+ pomidor+s	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Pomidor	100,0	g



	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0 g
--	--------------------------	--------

Inne składniki

Dieta: 11/ML Bezmleczna**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
wek+ pasta z jaj+ pomidor+ sałata **(obróbka)	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Masło Bez Laktozy	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Sałata	20,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Zupa mleczna bez lakt. z kaszą manną **(got)	Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy	300,0	g
	Kasza manna *(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 **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Kurczak słodko kwaśny z ryżem **(duszenie)	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	2,0	g
	Ananas	30,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Marchew	20,0	g
	Papryka czerwona	30,0	g
Barszcz biały z jajkiem (bezmleczna) **(got)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	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
Budyń bez laktozy **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy	250,0	g
	Budyń w proszku	20,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
wek+ pasztet+ pomidor **(obróbka wstępna)	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Pasztetowa *(6)	60,0	g
	Masło Bez Laktozy	15,0	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
Graham+ pasta z jaj+ pomidor+sałata	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Sałata	20,0	g
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
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
udziec z Kurczaka słodko kwaśny z ryżem **	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	2,0	g
	Ananas	30,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g



	Marchew	20,0 g
	Papryka czerwona	30,0 g
Barszcz biały z jajkiem **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Kości, wywar	300,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Śmietana, 18% tł. *(7)	10,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obróbka)	Marchew
Jabłko		70,0 g
Olej rzepakowy		5,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Budyń w proszku	20,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Graham+ kielbasa szynkowa+pomidor+ser t	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
	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	30,0	g
Inne składniki			

Dieta: 11/WE Wegetariańska**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata **(obróbka)	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Sałata	20,0	g
zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(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 **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Papryka nadziewana wege **(pieczenie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Soczewica czerwona, nasiona suche	40,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Brokuły	20,0	g
	Kalafior	20,0	g
	Papryka czerwona	200,0	g
Barszcz biały z jajkiem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Śmietana, 18% tł. *(7)	10,0	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
Budyń bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Budyń w proszku	20,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+masło+ dżem+ pomidor+ser tw **(obróbka)	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	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: 12 Papkowata (przecierana)**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ pasta z jaj+ pomidor	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g



	Szcypiorek	3,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0 g
	Pomidor	50,0 g
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
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
udko z kurczaka słodko kwaśny z ryżem **(d	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	2,0	g
	Ananas	30,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Szcypiorek	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Marchew	20,0	g
	Papryka czerwona	30,0	g
Barszcz biały z jajkiem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Śmietana, 18% tł. *(7)	10,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru **(gotowanie)	Budyń w proszku	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	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+ pomidor+ser tw	Pasztet z kurczaka pieczony *(1, 3, 6, 7, 9, 10)	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
zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g
	Kasza manna *(1)	30,0 g
Inne składniki		

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

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

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

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

PODWIECZOREK

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

Kolacja

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

Dieta: 2 Łatwostrawna**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Salata	20,0	g



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
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
udziec z Kurczaka słodko kwaśny z ryżem **	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	2,0	g
	Ananas	30,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Marchew	20,0	g
	Papryka czerwona	30,0	g
	Barszcz biały z jajkiem **(gotowanie)	Śmietana, 18% tł. *(7)	10,0
Jaja kurze całe *(3)		60,0	g
Kości, wywar		300,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		6,0	g
Pietruszka, liście		5,0	g
Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)		30,0	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
Budyń bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Budyń w proszku	20,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Weky+ pasztet drobiowy+pomidor+ser tw	Pasztet z kurczaka pieczony *(1, 3, 6, 7, 9, 10)	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
Inne składniki		

Dieta: 4 Wrzodowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Sałata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	10,0	g
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
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
Udziec zKurczaka słodko kwaśny z ryżem **	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	2,0	g
	Ananas	30,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Marchew	20,0	g
	Papryka czerwona	30,0	g
Barszcz biały z jajkiem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Śmietana, 18% tł. *(7)	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
---------	----------	-------	----



Budyń bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0 g
	Budyń w proszku	20,0 g
Inne składniki		

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g	
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0 g	
Weky+ kielbasa szynkowa+pomidor+ ser tw	Kielbasa Szynkowa Wieprzowa *(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	
Inne składniki			

Dieta: 5 Bogatoresztkowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Graham+ pasta z jaj+ pomidor+sałata	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0 g	
	Jaja kurze całe *(3)	90,0 g	
	Szczypiorek	3,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g	
	Pomidor	50,0 g	
	Sałata	20,0 g	
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	
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	
udziec z Kurczaka słodko kwaśny z ryżem	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g	
	Kukurydza, konserwowa	20,0 g	
	Skrobia ziemniaczana	2,0 g	
	Ananas	30,0 g	
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0 g	
	Szczypiorek	5,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Olej rzepakowy	5,0 g	
	Ryż biały	80,0 g	
	Marchew	20,0 g	



Barszcz biały z jajkiem **(gotowanie)	Papryka czerwona	30,0 g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g
	Kości, wywar	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Śmietana, 18% tł. *(7)	10,0 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
Budyń bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Budyń w proszku	20,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Graham+ pasztetowa +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 Z ogr. węglowodanów**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb graham+ pasta z jaj+ pomidor+ sałata	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Sałata	20,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
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
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
udziec z kurczaka słodko kwaśny z ryżem **	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	2,0	g
	Ananas	30,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Marchew	20,0	g
	Papryka czerwona	30,0	g
Barszcz biały z jajkiem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Śmietana, 18% tł. *(7)	10,0	g
Surówka z marchwi i jabłka 200 g **(obróbka)	Jabłko	60,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Marchew	140,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Budyń w proszku	20,0	g
Inne składniki			

Kolacja

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

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



Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb graham+ pasta z jaj+ pomidor+ sałata	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Sałata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	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
udziec z Kurczaka słodko kwaśny z ryżem **	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	2,0	g
	Ananas	30,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Marchew	20,0	g
	Papryka czerwona	30,0	g
Barszcz biały z jajkiem **(gotowanie)	Śmietana, 18% tł. *(7)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obróbka)	Jabłko	70,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Marchew	130,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g



Budyń w proszku	20,0 g
-----------------	--------

Inne składniki

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Chleb graham+ pasztetowa+ ogórek+ser tw	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Ogórek	100,0	g
	Pasztetowa *(6)	30,0	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
Graham+ jajko+ pomidor+ sałata	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	50,0	g

Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	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
Udziec z Kurczaka słodko kwaśny z ryżem **	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	2,0	g
	Ananas	30,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Marchew	20,0	g
	Papryka czerwona	30,0	g



Barszcz biały z jajkiem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g
	Kości, wywar	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Śmietana, 18% tł. *(7)	10,0 g
Surówka marchew z jabłkiem 200 g **(obróbka)	Marchew	130,0 g
	Jabłko	70,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Graham+ kielbasa drob+ pomidor+ser tw	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
	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

Dieta: 9 Bogatobiałkowa**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Sałata	20,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0
zupa mleczna z kaszą manną	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

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



Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g
udziec z Kurczaka słodko kwaśny z ryżem **	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g
	Kukurydza, konserwowa	20,0 g
	Skrobia ziemniaczana	2,0 g
	Ananas	30,0 g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0 g
	Szcypiorek	5,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Ryż biały	80,0 g
	Marchew	20,0 g
	Papryka czerwona	30,0 g
Barszcz biały z jajkiem **(gotowanie)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g
	Kości, wywar	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Śmietana, 18% tł. *(7)	10,0 g
Surówka z marchwi i jabłka 200 g **(obróbka)	Olej rzepakowy	5,0 g
	Marchew	140,0 g
	Jabłko	60,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0	g
	Budyń w proszku	20,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
Wek+ paszтет+ pomidor+ser tw	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(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
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Wek+ pasta z jaj+ pomidor+sałata	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g



	Salata	20,0 g
	Szczypiorek	3,0 g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0 g
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
Inne składniki		

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g	
udziec z Kurczaka słodko kwaśny z ryżem **	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g	
	Kukurydza, konserwowa	20,0 g	
	Skrobia ziemniaczana	2,0 g	
	Ananas	30,0 g	
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0 g	
	Szczypiorek	5,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Olej rzepakowy	5,0 g	
	Ryż biały	80,0 g	
	Marchew	20,0 g	
	Papryka czerwona	30,0 g	
Barszcz biały z jajkiem **(gotowanie)	Śmietana, 18% tł. *(7)	10,0 g	
	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g	
	Kości, wywar	300,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
Surówka z marchwi i jabłka 200 g **(obróbka	Olej rzepakowy	5,0 g	
	Marchew	140,0 g	
	Jabłko	60,0 g	
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Budyń bez cukru **(gotowanie)	Budyń w proszku	20,0 g	
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	250,0 g	
Inne składniki			

Kolacja

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



	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0 g
Wek+ paszтет+ pomidor+ser tw	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(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
P55	Migdał	P56	Nabiał	P57	Nasiona
P58	Olej rybi	P59	Olejek migdałowy	P60	Orzech
P61	Orzech laskowy	P62	Orzech nerkowca	P63	Orzech włoski - orzech
P64	Orzeszki piniowe	P65	Ostryga	P66	Ośmiornica
P67	Owies	P68	Owoc	P69	Owoc cytrusowy
P70	Owoc kiwi	P71	Owoc mango	P72	Papryka
P73	Pistacja	P74	Pomarańcza - owoc	P75	Pomidor
P76	Pszenica	P77	Ryż	P78	Ser
P79	Skorupiak morski	P80	Sok jabłkowy	P81	Truskawka
P82	Tuńczyk	P83	Warzywa strączkowe	P84	Wieprzowina
P85	Wiśnia	P86	Zboża	P87	Ziarna soi
P88	Ziemniak	P89	Zioła i przyprawy	P90	Żyto