



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

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ sałatka brokułowo-kalafiorowa+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 647,1 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,85 , Cukry: 5,64 , Tłuszcz ogółem: 13,02 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,81 , Białko: 28,37 , Błonnik: 6,17 , Sól: 1,71

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

Wartość energetyczna: 145,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 32,7 , Cukry: 28,8 , Tłuszcz ogółem: ,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,18 , Białko: 1,5 , Błonnik: 2,55 , Sól: 0

### OBIAD

Kompot bez cukru, Pulpety z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), ziemniaki gotowane, Zupa jarzynowa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Buraczki z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 791,12 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 118,75 , Cukry: 22,73 , Tłuszcz ogółem: 11,88 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,96 , Białko: 41,76 , Błonnik: 14,28 , Sól: ,94

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

Wartość energetyczna: 486,92 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,36 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 8,88 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,68 , Białko: 30,84 , Błonnik: 3 , Sól: 1,87

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 270,95	kcal
Węglowodany przyswajalne	348,97	g
Cukry (glukoza)	11,42	g
Cukry (fruktoza)	12,97	g
Cukry (sacharoza)	46,89	g
Tłuszcze (nasycone)	17,61	g
Tłuszcze (jednonasycone)	15,39	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,80	g
Białko	111,03	g
Błonnik	26,03	g
Sól	4,81	g

## Dieta: 1 Podstawowa

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+ sałatka kalafiorowo- brokułowa - w tym alergeny (Gluten, Jaja

(jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 629,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 78,6 , Cukry: 4,62 , Tłuszcz ogółem: 22,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,12 , Białko: 18,58 , Błonnik: 11,28 , Sól: 1,97

## **DRUGIE ŚNIADANIE**

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

## **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa pieczarkowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Pulpety z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), ziemniaki gotowane, Buraczki z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 822,83 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 121,65 , Cukry: 21,89 , Tłuszcz ogółem: 13,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,11 , Białko: 42,16 , Błonnik: 13,88 , Sól: ,94

## **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 +pasztet dr+ rzodkiewka+ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 697,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,96 , Cukry: 2,73 , Tłuszcz ogółem: 23,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,25 , Białko: 29,14 , Błonnik: 8,99 , Sól: 2,27

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 544,94	kcal
Węglowodny przyswajalne	359,13	g
Cukry (glukoza)	12,71	g
Cukry (fruktoza)	13,31	g
Cukry (sacharoza)	50,66	g
Tłuszcze (nasycone)	30,69	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,71	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,14	g
Białko	100,44	g
Błonnik	37,58	g
Sól	5,46	g

---

## **Dieta: 10 Niskobiałkowa**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Wek+ sałatka brokułowo-kalafiorowa+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 493,61 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 60,27 , Cukry: 4,89 , Tłuszcz ogółem: 18,82 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,33 , Białko: 15,5 , Błonnik: 4,91 , Sól: 1,3

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Pulpety z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), ziemniaki gotowane, Zupa jarzynowa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Buraczki z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 867,79 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 134,99 , Cukry: 22,69 , Tłuszcz ogółem: 12,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,21 , Białko: 42,73 , Błonnik: 14,88 , Sól: ,89

## 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+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ miód - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 629,86 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,59 , Cukry: 5,56 , Tłuszcz ogółem: 20,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,75 , Białko: 21,12 , Błonnik: 3 , Sól: 1,83

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 284,46	kcal
Węglowodny przyswajalne	349,02	g
Cukry (glukoza)	14,62	g
Cukry (fruktoza)	17,52	g
Cukry (sacharoza)	56,98	g
Tłuszcze (nasycone)	26,56	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,28	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,46	g
Białko	81,60	g
Błonnik	27,21	g
Sól	4,07	g

---

## Dieta: 11/GL Bezglutenowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Chleb bezglutenowy+ sałatka brokułowo-kalaf.+sałat - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Musztarda/gorczyca), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 405,22 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,62 , Cukry: 3,8 , Tłuszcz ogółem: 14,57 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,03 , Białko: 20,04 , Błonnik: 4,38 , Sól: ,77

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

### OBIAD

Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą (bezgluten) - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Pulpety w sosie koperkowym (bezgluten) - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego), ziemniaki gotowane, Buraczki z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 769,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 118,17 , Cukry: 22,48 , Tłuszcz ogółem: 12,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,71 , Białko: 36,25 , Błonnik: 13,53 , Sól: ,82

## 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

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

Wartość energetyczna: 262,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 17,28 , Cukry: 15,3 , Tłuszcz ogółem: 12,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,64 , Białko: 17,03 , Błonnik: 1,2 , Sól: ,73

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	1 831,78	kcal
Węglowodny przyswajalne	252,99	g
Cukry (glukoza)	13,62	g
Cukry (fruktoza)	14,82	g
Cukry (sacharoza)	60,58	g
Tłuszcze (nasycone)	21,59	g
Tłuszcze (jednonasycone)	18,28	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,22	g
Białko	83,89	g
Błonnik	22,55	g
Sól	2,61	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, wek + sałatka brokułowo-kalfiorowa+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna bez laktozy z ryżem

Wartość energetyczna: 800,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 110,53 , Cukry: 17,44 , Tłuszcz ogółem: 18,94 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,33 , Białko: 27,44 , Błonnik: 6,17 , Sól: 1,36

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa z makaronem (bezmleczna) - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Seler), Pulpety z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), ziemniaki gotowane, Buraczki z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 796,54 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 120,89 , Cukry: 22,63 , Tłuszcz ogółem: 12,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,96 , Białko: 40,49 , Błonnik: 14,44 , Sól: ,88

### **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+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+miód - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa z mlekiem bez laktozy - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 628,04 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,41 , Cukry: 5,2 , Tłuszcz ogółem: 17,01 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,61 , Białko: 20,76 , Błonnik: 3 , Sól: 1,62

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 616,70	kcal
Węglowodny przyswajalne	391,49	g
Cukry (glukoza)	13,62	g
Cukry (fruktoza)	14,82	g
Cukry (sacharoza)	63,77	g
Tłuszcze (nasycone)	24,14	g
Tłuszcze (jednonasycone)	18,05	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,25	g
Białko	98,75	g
Błonnik	27,05	g
Sól	3,87	g

---

## Dieta: 11/NP Niskopurynowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Graham 120+ pasta z jaj+ rozszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 798,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 89,9 , Cukry: 1,33 , Tłuszcz ogółem: 29,28 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,1 , Białko: 34,34 , Błonnik: 8,76 , Sól: 2,07

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

Wartość energetyczna: 145,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 32,7 , Cukry: 28,8 , Tłuszcz ogółem: ,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,18 , Białko: 1,5 , Błonnik: 2,55 , Sól: 0

### OBIAD

Kompot bez cukru, Pulpety z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), ziemniaki gotowane, Zupa jarzynowa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Buraczki z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 766,1 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 118,75 , Cukry: 22,73 , Tłuszcz ogółem: 11,37 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,6 , Białko: 35,92 , Błonnik: 14,28 , Sól: ,79

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

Wartość energetyczna: 582,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 64,42 , Cukry: 3,52 , Tłuszcz ogółem: 18,44 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,18 , Białko: 32,91 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,17

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 492,83	kcal
Węglowodny przyswajalne	336,08	g
Cukry (glukoza)	10,25	g
Cukry (fruktoza)	11,90	g
Cukry (sacharoza)	43,28	g
Tłuszcze (nasycone)	33,03	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,69	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,39	g
Białko	113,22	g
Błonnik	34,50	g
Sól	5,32	g

---

## Dieta: 11/WE Wegetariańska

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ sałatka brokułowo-kalafiorowa+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 784,76 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,68 , Cukry: 5,66 , Tłuszcz ogółem: 27,65 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,17 , Białko: 28,27 , Błonnik: 6,17 , Sól: 1,74

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

## **OBIAD**

Kompot bez cukru, Jajko z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), ziemniaki gotowane, Zupa jarzynowa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Buraczki z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 731,74 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 118,53 , Cukry: 22,56 , Tłuszcz ogółem: 10,29 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,53 , Białko: 30,19 , Błonnik: 14,26 , Sól: ,86

## **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+ miód+ pomidor+ ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 646,17 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,31 , Cukry: 5,56 , Tłuszcz ogółem: 19,81 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,65 , Białko: 25,14 , Błonnik: 3 , Sól: 1,29

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 556,96	kcal
Węglowodny przyswajalne	379,43	g
Cukry (glukoza)	13,62	g
Cukry (fruktoza)	14,82	g
Cukry (sacharoza)	52,78	g
Tłuszcze (nasycone)	32,56	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,26	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,05	g
Białko	94,15	g
Błonnik	26,87	g
Sól	4,19	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Wek+ sałatka brokułowo- kalafiorowa+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 524,54 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 76,72 , Cukry: 4,78 , Tłuszcz ogółem: 11,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,25 , Białko: 24,86 , Błonnik: 5,45 , Sól: 1,29

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Banan- mus

Wartość energetyczna: 145,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 32,7 , Cukry: 28,8 , Tłuszcz ogółem: ,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,18 , Białko: 1,5 , Błonnik: 2,55 , Sól: 0

## **OBIAD**

Kompot bez cukru, Pulpety z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), ziemniaki gotowane, Zupa jarzynowa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Buraczki z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 809,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 118,75 , Cukry: 22,73 , Tłuszcz ogółem: 13,79 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,09 , Białko: 41,76 , Błonnik: 14,28 , Sól: ,94

## **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

## Kolacja

Kawa zbozowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Bialko mleka krowiego), Wek+ pasztet drobiowy+ pomidor+ser tw - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Bialko sojowe, Bialko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryzem - w tym alergeny (Bialko mleka krowiego)

Wartosc energetyczna: 805,09 kcal. , Weglowodany przyswajalne: 103,31 , Cukry: 5,49 , Tluszcz ogolem: 29,72 w tym nasycone kwasy tluszczowe 15,97 , Bialko: 26,26 , Bionnik: 3,06 , Sol: 1,64

Dobowa suma wartosci odzywczych	Ilosc	jm.
Wartosc energetyczna kcal	2 484,55	kcal
Weglowodny przyswajalne	361,80	g
Cukry (glukoza)	11,42	g
Cukry (fruktoza)	12,97	g
Cukry (sacharoza)	46,46	g
Tluszcz (nasycone)	29,46	g
Tluszcz (jednonasycone)	23,86	g
Tluszcz (wielonasycone)	6,34	g
Bialko	102,94	g
Bionnik	25,37	g
Sol	4,17	g

---

## Dieta: 13 Plynna (kleikowa)

---

### ŚNIADANIE

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

Wartosc energetyczna: 388,0 kcal. , Weglowodany przyswajalne: 81,99 , Cukry: ,22 , Tluszcz ogolem: 1,25 w tym nasycone kwasy tluszczowe ,26 , Bialko: 8,82 , Bionnik: 4,8 , Sol: ,49

### DRUGIE ŚNIADANIE

Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

Wartosc energetyczna: 216,0 kcal. , Weglowodany przyswajalne: 43,74 , Cukry: ,12 , Tluszcz ogolem: ,95 w tym nasycone kwasy tluszczowe ,19 , Bialko: 5,22 , Bionnik: 3,6 , Sol: ,41

### OBIAD

Herbata bez cukru, Marchwianka z ryzem

Wartosc energetyczna: 341,2 kcal. , Weglowodany przyswajalne: 71,4 , Cukry: 10,16 , Tluszcz ogolem: ,79 w tym nasycone kwasy tluszczowe ,2 , Bialko: 7,61 , Bionnik: 9,12 , Sol: ,49

### PODWIECZOREK

Sucharki - w tym alergeny (Gluten)

Wartosc energetyczna: 216,0 kcal. , Weglowodany przyswajalne: 43,74 , Cukry: ,12 , Tluszcz ogolem: ,95 w tym nasycone kwasy tluszczowe ,19 , Bialko: 5,22 , Bionnik: 3,6 , Sol: ,41

## Kolacja

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

Wartosc energetyczna: 388,0 kcal. , Weglowodany przyswajalne: 81,99 , Cukry: ,22 , Tluszcz ogolem: 1,25 w tym nasycone kwasy tluszczowe ,26 , Bialko: 8,82 , Bionnik: 4,8 , Sol: ,49

Dobowa suma wartosci odzywczych	Ilosc	jm.
Wartosc energetyczna kcal	1 549,20	kcal
Weglowodny przyswajalne	322,86	g
Cukry (glukoza)	3,20	g
Cukry (fruktoza)	2,80	g
Cukry (sacharoza)	4,84	g
Tluszcz (nasycone)	1,09	g
Tluszcz (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, Wek+ sałatka brokułowo-kalafiorowa+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 784,76 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,68 , Cukry: 5,66 , Tłuszcz ogółem: 27,65 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,17 , Białko: 28,27 , Błonnik: 6,17 , Sól: 1,74

### DRUGIE ŚNIADANIE

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

### OBIAD

Kompot bez cukru, Pulpety z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), ziemniaki gotowane, Zupa jarzynowa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Buraczki z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 833,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,77 , Cukry: 22,75 , Tłuszcz ogółem: 13,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,11 , Białko: 42,47 , Błonnik: 14,44 , Sól: ,94

### 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+ pasztet drobiowy+ pomidor+ ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 635,72 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,45 , Cukry: 5,09 , Tłuszcz ogółem: 25,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,93 , Białko: 27,08 , Błonnik: 3,06 , Sól: 1,75

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 647,90	kcal
Węglowodny przyswajalne	365,82	g
Cukry (glukoza)	13,62	g
Cukry (fruktoza)	14,82	g
Cukry (sacharoza)	52,50	g
Tłuszcze (nasycone)	35,43	g
Tłuszcze (jednonasycone)	28,70	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,35	g
Białko	108,37	g
Błonnik	27,11	g
Sól	4,72	g

---

## Dieta: 4 Wrzodowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+ sałatka brokułowo-kalafiorowa+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 749,08 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,88 , Cukry: 5,52 , Tłuszcz ogółem: 24,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,94 , Białko: 27,63 , Błonnik: 5,58 , Sól: 1,65

## **DRUGIE ŚNIADANIE**

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

## **OBIAD**

Kompot bez cukru, Pulpety z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), ziemniaki gotowane, Zupa jarzynowa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Buraczki z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 833,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,77 , Cukry: 22,75 , Tłuszcz ogółem: 13,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,11 , Białko: 42,47 , Błonnik: 14,44 , Sól: ,94

## **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 drobiowa+ pomidor+ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 566,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,43 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 19,81 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,65 , Białko: 25,06 , Błonnik: 3 , Sól: 1,29

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 542,89	kcal
Węglowodny przyswajalne	364,00	g
Cukry (glukoza)	13,61	g
Cukry (fruktoza)	14,81	g
Cukry (sacharoza)	52,35	g
Tłuszcze (nasycone)	33,92	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,06	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,45	g
Białko	105,72	g
Błonnik	26,46	g
Sól	4,17	g

---

## **Dieta: 5 Bogatoresztkowa**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Graham+ sałatka brokułowo-kalafiorowa+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 767,95 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,64 , Cukry: 4,12 , Tłuszcz ogółem: 25,46 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,46 , Białko: 30,23 , Błonnik: 12,05 , Sól: 2,04

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Pulpety z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), ziemniaki gotowane, Zupa jarzynowa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Buraczki z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 833,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,77 , Cukry: 22,75 , Tłuszcz ogółem: 13,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,11 , Białko: 42,47 , Błonnik: 14,44 , Sól: ,94

## **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+ pasztet drobiowy+ pomidor+ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 618,97 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,42 , Cukry: 3,55 , Tłuszcz ogółem: 23,65 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,22 , Białko: 29,03 , Błonnik: 8,94 , Sól: 2,04

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 614,34	kcal
Węglowodny przyswajalne	357,74	g
Cukry (glukoza)	13,62	g
Cukry (fruktoza)	14,82	g
Cukry (sacharoza)	49,42	g
Tłuszcze (nasycone)	34,00	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,88	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,23	g
Białko	112,29	g
Błonnik	38,87	g
Sól	5,32	g

---

## **Dieta: 6 Z ogr. węglowodanów**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb graham+ sałatka kalafiorowo- brokułowa+ sa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 738,95 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,54 , Cukry: 4,04 , Tłuszcz ogółem: 22,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,24 , Białko: 30,18 , Błonnik: 12,05 , Sól: 2

### **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 pieczarkowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Pulpety z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), ziemniaki gotowane, Buraczki z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 805,67 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 118,07 , Cukry: 21,88 , Tłuszcz ogółem: 13,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,09 , Białko: 41,65 , Błonnik: 13,76 , Sól: ,94

## **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+ rzodkiewka+ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 632,75 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 63,75 , Cukry: 1,82 , Tłuszcz ogółem: 20,55 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,92 , Białko: 27,14 , Błonnik: 9,25 , Sól: 2,03

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 452,68	kcal
Węglowodny przyswajalne	321,81	g
Cukry (glukoza)	6,99	g
Cukry (fruktoza)	14,11	g
Cukry (sacharoza)	30,23	g
Tłuszcze (nasycone)	35,29	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,19	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,33	g
Białko	108,13	g
Błonnik	38,10	g
Sól	5,26	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Chleb graham+ sałatka kalafiorowo- brokułowa+ sa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 436,55 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 48,43 , Cukry: 3,32 , Tłuszcz ogółem: 16,3 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,55 , Białko: 16,31 , Błonnik: 10,05 , Sól: 1,44

### **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, Zupa pieczarkowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Pulpety z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), ziemniaki gotowane, Buraczki z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 805,67 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 118,07 , Cukry: 21,88 , Tłuszcz ogółem: 13,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,09 , Białko: 41,65 , Błonnik: 13,76 , Sól: ,94

### **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+ rzodkiewka+ser tw - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 581,56 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,88 , Cukry: 1,56 , Tłuszcz ogółem: 20,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,85 , Białko: 24,96 , Błonnik: 7,65 , Sól: 1,81

### **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

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 467,59	kcal
Węglowodny przyswajalne	320,32	g

Cukry (glukoza)	7,86 g
Cukry (fruktoza)	15,11 g
Cukry (sacharoza)	29,89 g
Tłuszcze (nasycone)	37,44 g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,78 g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,07 g
Białko	102,91 g
Błonnik	43,03 g
Sól	5,81 g

---

## Dieta: 8 Ubogoenergetyczna

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 407,98 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,82 , Cukry: 3,38 , Tłuszcz ogółem: 8,82 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,15 , Białko: 17,89 , Błonnik: 11,33 , Sól: 1,66

### 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, Pulpety z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), ziemniaki gotowane, Zupa jarzynowa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Buraczki z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 809,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 118,75 , Cukry: 22,73 , Tłuszcz ogółem: 13,79 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,09 , Białko: 41,76 , Błonnik: 14,28 , Sól: ,94

### PODWIECZOREK

serek homogenizowany - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 136,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 4,5 , Cukry: 0 , Tłuszcz ogółem: 0 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 0 , Białko: 15 , Błonnik: 0 , Sól: ,06

### Kolacja

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

Wartość energetyczna: 415,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 55,48 , Cukry: 3,16 , Tłuszcz ogółem: 7,22 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,57 , Białko: 26,92 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,03

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 843,92	kcal
Węglowodny przyswajalne	250,70	g
Cukry (glukoza)	7,82	g
Cukry (fruktoza)	15,52	g
Cukry (sacharoza)	20,49	g
Tłuszcze (nasycone)	12,86	g
Tłuszcze (jednonasycone)	11,35	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,83	g
Białko	102,18	g
Błonnik	37,48	g
Sól	4,69	g

---

## Dieta: 9 Bogatobiałkowa

---

### ŚNIADANIE

Herbata bez cukru, Wek+sałatka brokułowo-kalafiorowa+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 813,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,78 , Cukry: 5,74 , Tłuszcz ogółem: 30,65 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,39 , Białko: 28,32 , Błonnik: 6,18 , Sól: 1,78

## **DRUGIE ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 245,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 42,1 , Cukry: 28,8 , Tłuszcz ogółem: 4,08 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,56 , Białko: 8,3 , Błonnik: 2,55 , Sól: ,19

## **OBIAD**

Kompot bez cukru, Pulpety z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), ziemniaki gotowane, Zupa jarzynowa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Buraczki z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 809,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 118,75 , Cukry: 22,73 , Tłuszcz ogółem: 13,79 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,09 , Białko: 41,76 , Błonnik: 14,28 , Sól: ,94

## **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+ pasztet drobiowy+ pomidor+ ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 635,72 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,45 , Cukry: 5,09 , Tłuszcz ogółem: 25,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,93 , Białko: 27,08 , Błonnik: 3,06 , Sól: 1,75

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 704,44	kcal
Węglowodany przyswajalne	359,40	g
Cukry (glukoza)	11,42	g
Cukry (fruktoza)	12,97	g
Cukry (sacharoza)	47,02	g
Tłuszcze (nasycone)	37,95	g
Tłuszcze (jednonasycone)	31,75	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,35	g
Białko	114,01	g
Błonnik	26,10	g
Sól	4,95	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata bez cukru, Wek+sałatka brokułowo-kalafiorowa+ sałata - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 813,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,78 , Cukry: 5,74 , Tłuszcz ogółem: 30,65 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,39 , Białko: 28,32 , Błonnik: 6,18 , Sól: 1,78

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 245,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 42,1 , Cukry: 28,8 , Tłuszcz ogółem: 4,08 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,56 , Białko: 8,3 , Błonnik: 2,55 , Sól: ,19

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Pulpety z sosem koperkowym - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), ziemniaki gotowane, Zupa jarzynowa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Buraczki z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 809,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 118,75 , Cukry: 22,73 , Tłuszcz ogółem: 13,79 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,09 , Białko: 41,76 , Błonnik: 14,28 , Sól: ,94

## **PODWIECZOREK**

Budyń bez cukru - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Orzechy 40 g

Wartość energetyczna: 466,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 34,91 , Cukry: 9,92 , Tłuszcz ogółem: 27,56 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,6 , Białko: 14,96 , Błonnik: 2,64 , Sól: ,29

## **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 635,72 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,45 , Cukry: 5,09 , Tłuszcz ogółem: 25,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,93 , Białko: 27,08 , Błonnik: 3,06 , Sól: 1,75

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 970,84	kcal
Węglowodany przyswajalne	364,00	g
Cukry (glukoza)	11,42	g
Cukry (fruktoza)	12,97	g
Cukry (sacharoza)	47,90	g
Tłuszcze (nasycone)	40,58	g
Tłuszcze (jednonasycone)	35,51	g
Tłuszcze (wielonasycone)	25,81	g
Białko	120,41	g
Błonnik	28,70	g
Sól	4,96	g

---

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ sałatka brokułowo-kalafiorowa+ sałata	Fasolka flageolet, konserwowa	8,0	g
	Kukurydza, konserwowa	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Brokuły, mrożone	30,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Kalafior	70,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Salata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	10,0	g
Zupa mleczna z ryżem	Ryż biały	30,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Pulpety z sosem koperkowym	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	3,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0	g
	Koper ogrodowy	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa jarzynowa	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
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Buraczki z jabłkiem 200 g **(duszenie)	Burak	180,0	g
	Jabłko	20,0	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+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser twaro	Kiełbasa 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
Inne składniki			

**Dieta: 1 Podstawowa****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+ sałatka kalafiorowo- brokuł	Fasolka flageolet, konserwowa	8,0	g
	Kukurydza, konserwowa	8,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Brokuły, mrożone	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Kalafior	70,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Salata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Zupa pieczarkowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	40,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g



	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Pulpety z sosem koperkowym	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g
	Wieprzowina, łopatka	80,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0 g
	Koper ogrodowy	10,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0 g
Buraczki z jabłkiem 200 g **(duszenie)	Burak	180,0 g
	Jabłko	20,0 g
	Olej rzepakowy	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
Chleb mieszany +pasztet dr+rzodkiewka+ser	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Rzodkiewka	50,0	g
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ sałatka brokułowo-kalafiorowa+ sałata	Kukurydza, konserwowa	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szcypiorek	2,0	g
	Brokuły, mrożone	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Kalafior	70,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Sałata	20,0	g



Jogurt naturalny, 2% tł. \*(7)

4,0 g

Inne składniki

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Pulpety z sosem koperkowym	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	20,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0	g
	Koper ogrodowy	10,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa jarzynowa	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	15,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	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
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	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ miód	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Miód pszczeli	25,0	g
Inne składniki			

**Dieta: 11/GL Bezglutenowa****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb bezglutenowy+ sałatka brokułowo-kala	Fasolka flageolet, konserwowa	8,0	g
	Kukurydza, konserwowa	8,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Brokuły, mrożone	30,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Kalafior	70,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Salata	20,0	g
Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą (bezgl)	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Skrobia kukurydziana	20,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0
Pulpety w sosie koperkowym (bezgluten) **(d	Skrobia ziemniaczana	20,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	10,0	g
	Koper ogrodowy	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0
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
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
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Herbata czarna, napar z cukrem	250,0	g
Chleb bezgl+kiełbasa drobiowa+ pomidor+ s	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Kiełbasa 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 + sałatka brokułowo-kalfiorowa+ sałata *	Fasolka flageolet, konserwowa	8,0	g
	Kukurydza, konserwowa	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Brokuły, mrożone	30,0	g
	Masło Bez Laktozy	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Kalafior	70,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Sałata	20,0	g
Zupa mleczna bez laktozy z ryżem **(gotowa)	Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa z makaronem (bezmleczna)	Kości, wywar	300,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Makaron czterojęczny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g



	Pietruszka, liście	5,0 g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Pulpety z sosem koperkowym **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g
	Wieprzowina, łopatka	80,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0 g
	Koper ogrodowy	10,0 g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0 g
Buraczki z jabłkiem 200 g **(duszenie)	Jabłko	20,0 g
	Olej rzepakowy	2,0 g
	Burak	180,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+miód **(o	Masło Bez Laktozy	15,0	g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Miód pszczeli	25,0	g
Kawa zbożowa z mlekiem bez laktozy **(got	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
	Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy	180,0	g
Inne składniki			

**Dieta: 11/NP Niskopurynowa****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Graham 120+ pasta z jaj+ roszonekka **(obró	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Roszonekka	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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



Banan **(obróbka wstępna)	Banan	150,0 g
Inne składniki		

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Pulpety z sosem koperkowym	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	80,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	3,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0	g
	Koper ogrodowy	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa jarzynowa	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
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Buraczki z jabłkiem 200 g **(duszenie)	Burak	180,0	g
	Jabłko	20,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	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
Graham+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ ser t	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	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
Inne składniki			

**Dieta: 11/WE Wegetariańska****ŚNIADANIE**

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



Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g
Wek+ sałatka brokułowo-kalafiorowa+ sałata	Fasolka flageolet, konserwowa	8,0 g
	Kukurydza, konserwowa	8,0 g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	4,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0 g
	Szcypiorek	2,0 g
	Brokuły, mrożone	30,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Kalafior	70,0 g
	Ogórek	20,0 g
	Sałata	20,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0 g
	Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)
Ryż biały		30,0 g
Inne składniki		

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Jajko z sosem koperkowym	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Koper ogrodowy	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa jarzynowa	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
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
Buraczki z jabłkiem 200 g **(duszenie)	Burak	180,0	g
	Jabłko	20,0	g
	Olej rzepakowy	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
Wek+ miód+ pomidor+ ser twaróg	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Miód pszczeli	25,0	g
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Wek+ sałatka brokułowo- kalafiorowa+ roszp	Fasolka flageolet, konserwowa	8,0	g
	Kukurydza, konserwowa	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Brokuły, mrożone	30,0	g
	Roszonka	20,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Kalafior	70,0	g
	Ogórek	20,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Pulpety z sosem koperkowym	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	3,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0	g
	Koper ogrodowy	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa jarzynowa	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
	Fasola szparagowa	20,0 g
	Groszek zielony	10,0 g
	Kalafior	10,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
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
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+ pasztet drobiowy+ pomidor+ser tw	Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Miód pszczeli	25,0	g
Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Inne składniki			

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

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

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

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



Marchwianka z ryżem	Ryż biały	80,0 g
	Marchew	200,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

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

**Dieta: 2 Łatwostrawna****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ sałatka brokułowo-kalafiorowa+ sałata	Fasolka flageolet, konserwowa	8,0	g
	Kukurydza, konserwowa	8,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	4,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Brokuły, mrożone	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Kalafior	70,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Sałata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
	Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0
Ryż biały		30,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Pulpety z sosem koperkowym	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0	g



	Koper ogrodowy	10,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0 g
Zupa jarzynowa	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
	Fasola szparagowa	20,0 g
	Groszek zielony	10,0 g
	Kalafior	10,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Buraczki z jabłkiem 200 g **(duszenie)	Burak	180,0 g
	Jabłko	20,0 g
	Olej rzepakowy	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
Wek+ pasztet drobiowy+ pomidor+ ser twaróg	Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11)	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
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ sałatka brokułowo-kalafiorowa+ sałata	Kukurydza, konserwowa	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Brokuły, mrożone	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Kalafior	70,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Sałata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g



Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g
	Ryż biały	30,0 g
Inne składniki		

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Pulpety z sosem koperkowym	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0	g
	Koper ogrodowy	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa jarzynowa	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
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
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
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+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser twaróg	Kiełbasa Drobiowa Gruba *(1, 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
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham+ sałatka brokułowo-kalafiorowa+ sał	Fasolka flageolet, konserwowa	8,0	g
	Kukurydza, konserwowa	8,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	4,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Brokuły, mrożone	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Kalafior	70,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Sałata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Pulpety z sosem koperkowym	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0	g
	Koper ogrodowy	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa jarzynowa	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 czterojęcny *(1, 3)	30,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g



	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Buraczki z jabłkiem 200 g **(duszenie)	Jabłko	20,0 g
	Olej rzepakowy	2,0 g
	Burak	180,0 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+ pasztet drobiowy+ pomidor+ser tw	Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11)	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
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+ sałatka kalafiorowo- brokuło	Fasolka flageolet, konserwowa	8,0	g
	Kukurydza, konserwowa	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Brokuły, mrożone	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Kalafior	70,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Sałata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

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



Kompot bez cukru	Jabłko	50,0 g
Zupa pieczarkowa z makaronem	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Pieczarka uprawna, świeża	40,0 g
	Kości, wywar	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
Pulpety z sosem koperkowym	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g
	Wieprzowina, łopatka	80,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0 g
	Koper ogrodowy	10,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0 g
Buraczki z jabłkiem 200 g **(duszenie)	Jabłko	20,0 g
	Olej rzepakowy	2,0 g
	Burak	180,0 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 +paszтетowa+rzodkiewka+ser	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Rzodkiewka	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Paszтетowa *(6)	30,0	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
Chleb graham+ sałatka kalafiorowo- brokuło	Fasolka flageolet, konserwowa	8,0	g
	Kukurydza, konserwowa	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szcypiorek	2,0	g



	Brokuły, mrożone	30,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0 g
	Kalafior	70,0 g
	Ogórek	20,0 g
	Salata	20,0 g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0 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	
Zupa pieczarkowa z makaronem	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g	
	Kości, wywar	300,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0 g	
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Pieczarka uprawna, świeża	40,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
Pulpety z sosem koperkowym	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g	
	Wieprzowina, łopatka	80,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g	
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0 g	
	Koper ogrodowy	10,0 g	
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g	
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0 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
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+rzodkiewka+ser	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0 g
	Rzodkiewka	50,0 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
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g	
Graham+ sałatka brokułowo-kalafiorowa+ sał	Fasolka flageolet, konserwowa	8,0 g	
	Kukurydza, konserwowa	8,0 g	
	Jaja kurze całe *(3)	30,0 g	
	Szcypiorek	2,0 g	
	Brokuły, mrożone	30,0 g	
	Masło ekstra *(7)	5,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g	
	Kalafior	70,0 g	
	Ogórek	20,0 g	
	Sałata	20,0 g	
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0 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	
Pulpety z sosem koperkowym	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g	
	Wieprzowina, łopatka	80,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	3,0 g	
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0 g	
	Koper ogrodowy	10,0 g	
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g	



ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0 g
Zupa jarzynowa	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
	Fasola szparagowa	20,0 g
	Groszek zielony	10,0 g
	Kalafior	10,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Buraczki z jabłkiem 200 g **(duszenie)	Burak	180,0 g
	Jabłko	20,0 g
	Olej rzepakowy	2,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
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
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

**Dieta: 9 Bogatobiałkowa****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+sałatka brokułowo-kalafiorowa+ sałata	Fasolka flageolet, konserwowa	8,0	g
	Kukurydza, konserwowa	8,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szcypiorek	2,0	g
	Brokuły, mrożone	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Kalafior	70,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Sałata	20,0	g
	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
	Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0



Ryż biały	30,0 g
-----------	--------

Inne składniki
----------------

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Pulpety z sosem koperkowym	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	3,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0	g
	Koper ogrodowy	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa jarzynowa	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
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
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
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+ pasztet drobiowy+ pomidor+ ser twaróg	Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11)	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
Herbata bez cukru	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+sałatka brokułowo-kalafiorowa+ sałata	Fasolka flageolet, konserwowa	8,0	g
	Kukurydza, konserwowa	8,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Brokuły, mrożone	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Kalafior	70,0	g
	Ogórek	20,0	g
	Sałata	20,0	g
Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g	
Zupa mleczna z ryżem	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru	Jabłko	50,0	g
Pulpety z sosem koperkowym	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	3,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	10,0	g
	Koper ogrodowy	10,0	g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
ziemniaki gotowane	Ziemniaki, późne	300,0	g
Zupa jarzynowa	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
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g



Buraczki z jabłkiem 200 g **(duszenie)	Pietruszka, liście	5,0 g
	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
	Olej rzepakowy	2,0 g
	Burak	180,0 g
	Jabłko	20,0 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
Orzechy 40 g **(obróbka wstępna)	Orzechy włoskie	40,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa bez cukru	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Wek+ pasztet drobiowy+ pomidor+ ser twaróg	Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11)	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			

\*\* 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	Siarczyny 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