

**Dieta: D01 PODSTAWOWA D01****ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Chleb miesz+ kielbasa zielonog+papryka+ser+kielki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 633,89 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,73 , Cukry: 16,24 , Tłuszcz ogółem: 22,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,05 , Białko: 20,66 , Błonnik: 8,62 , Sól: 2,63

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 902,94 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,04 , Cukry: 17,37 , Tłuszcz ogółem: 25,38 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,64 , Białko: 33,25 , Błonnik: 12,54 , Sól: 5,7

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb mieszany+ kielbasa drobiowa+pomidor ser twar - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 642,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,9 , Cukry: 5,6 , Tłuszcz ogółem: 17,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,99 , Białko: 27,54 , Błonnik: 8,82 , Sól: 1,82

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 441,41 | kcal |
| Węglowodany przyswajalne | 339,26 | g |
| Cukry (glukoza) | 5,07 | g |
| Cukry (fruktoza) | 7,12 | g |
| Cukry (sacharoza) | 33,96 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 38,85 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 25,80 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 7,32 | g |
| Białko | 88,37 | g |
| Błonnik | 31,33 | g |
| Sól | 10,46 | g |

Dieta: D02 ŁATWOSTRAWNA D02**ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Wek+ kielbasa zielonogórska+ pomidor+kielki+jajko - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 831,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,41 , Cukry: 16,46 , Tłuszcz ogółem: 30,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,36 , Białko: 32,12 , Błonnik: 3,12 , Sól: 2,21

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka

krowiego, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 715,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,2 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 7,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,07 , Białko: 41,17 , Błonnik: 15,91 , Sól: ,86

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser tw - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 603,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,46 , Cukry: 6,06 , Tłuszcz ogółem: 20,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,89 , Białko: 30,94 , Błonnik: 3 , Sól: 1,87

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 411,76 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 329,65 | g |
| Cukry (glukoza) | 5,25 | g |
| Cukry (fruktoza) | 7,13 | g |
| Cukry (sacharoza) | 32,78 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 36,48 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 21,78 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 6,63 | g |
| Białko | 111,16 | g |
| Błonnik | 23,38 | g |
| Sól | 5,26 | g |

Dieta: D02/M MODYF.ŁATWOS-WRZODOWA D02/M

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Wek+ kiełbasa zielonogórska+ pomidor+jajko - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 831,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,41 , Cukry: 16,46 , Tłuszcz ogółem: 30,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,36 , Białko: 32,12 , Błonnik: 3,12 , Sól: 2,21

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 715,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,2 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 7,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,07 , Białko: 41,17 , Błonnik: 15,91 , Sól: ,86

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser tw - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 603,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,46 , Cukry: 6,06 , Tłuszcz ogółem: 20,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,89 , Białko: 30,94 , Błonnik: 3 , Sól: 1,87

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 239,86 | kcal |

| | | |
|--------------------------|--------|---|
| Węglowodny przyswajalne | 297,37 | g |
| Cukry (glukoza) | 5,25 | g |
| Cukry (fruktoza) | 7,13 | g |
| Cukry (sacharoza) | 27,35 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 35,10 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 20,06 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 5,84 | g |
| Białko | 110,68 | g |
| Błonnik | 22,03 | g |
| Sól | 5,18 | g |

Dieta: D03 Z OGR. WĘGLOWOD-CUKRZYCA D03

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb graham+ kielbasa zielonog+papryka+ser+kiełki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 544,79 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,22 , Cukry: 15,16 , Tłuszcz ogółem: 21,94 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,99 , Białko: 20,15 , Błonnik: 8,68 , Sól: 2,4

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 902,94 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,04 , Cukry: 17,37 , Tłuszcz ogółem: 25,38 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,64 , Białko: 33,25 , Błonnik: 12,54 , Sól: 5,7

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ kielbasa drobiowa+pomidor ser twar - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 553,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,39 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 17,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,94 , Białko: 27,02 , Błonnik: 8,88 , Sól: 1,59

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 263,23 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 296,23 | g |
| Cukry (glukoza) | 5,07 | g |
| Cukry (fruktoza) | 7,12 | g |
| Cukry (sacharoza) | 31,80 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 38,74 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 25,83 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 7,09 | g |
| Białko | 87,35 | g |
| Błonnik | 31,45 | g |
| Sól | 10,00 | g |

Dieta: D03/K Z OGR.WĘGL-CUKRZYC+NOCNY D03/K

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb graham+ kielbasa zielonog+papryka+ser+kiełki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 498,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,76 , Cukry: 15,1 , Tłuszcz ogółem: 21,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,93 , Białko: 18,49 , Błonnik: 7,4 , Sól: 2,18

DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 183,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 26,62 , Cukry: ,93 , Tłuszcz ogółem: 4,99 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,95 , Białko: 5,37 , Błonnik: 4,09 , Sól: ,67

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 902,94 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,04 , Cukry: 17,37 , Tłuszcz ogółem: 25,38 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,64 , Białko: 33,25 , Błonnik: 12,54 , Sól: 5,7

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ kielbasa drobiowa+pomidor ser twar - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 507,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,93 , Cukry: 4,46 , Tłuszcz ogółem: 17,28 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,87 , Białko: 25,36 , Błonnik: 7,6 , Sól: 1,37

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 | 2 539,32 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 332,79 | g |
| Cukry (glukoza) | 6,02 | g |
| Cukry (fruktoza) | 8,22 | g |
| Cukry (sacharoza) | 32,14 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 44,51 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 28,37 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 8,12 | g |
| Białko | 94,86 | g |
| Błonnik | 37,42 | g |
| Sól | 10,90 | g |

Dieta: D05 ŁATWOS Z OGR.TŁ-WĄTROBOWA D05

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Wek+ kielbasa zielonogórska+ pomidor+kielki+jajko - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 719,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,3 , Cukry: 16,46 , Tłuszcz ogółem: 18,66 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,15 , Białko: 32,01 , Błonnik: 3,12 , Sól: 2,21

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 715,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,2 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 7,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,07 , Białko: 41,17 , Błonnik: 15,91 , Sól: ,86

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ser tw - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 490,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,36 , Cukry: 6,06 , 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 | 2 187,39 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 329,44 | g |
| Cukry (glukoza) | 5,25 | g |
| Cukry (fruktoza) | 7,13 | g |
| Cukry (sacharoza) | 32,78 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 20,07 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 15,05 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 6,29 | g |
| Białko | 110,95 | g |
| Błonnik | 23,38 | g |
| Sól | 5,25 | g |

Dieta: D05/M MOD.- UBOGOENERGETYCZNA D05/M

ŚNIADANIE

grah+ kielbasa zielonogórska+ pomidor+kiełki+jajko - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 396,52 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 53,11 , Cukry: 1,76 , Tłuszcz ogółem: 10,66 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,82 , Białko: 21,76 , Błonnik: 8,28 , Sól: 2,16

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 715,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,2 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 7,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,07 , Białko: 41,17 , Błonnik: 15,91 , Sól: ,86

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+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ser tw - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 377,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 55,44 , Cukry: 3,16 , Tłuszcz ogółem: 3,31 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,83 , Białko: 26,89 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,03

| Dobowa suma wartości odżywczych | Ilość | jm. |
|---------------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 1 579,49 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 229,05 | g |
| Cukry (glukoza) | 5,25 | g |
| Cukry (fruktoza) | 7,13 | g |
| Cukry (sacharoza) | 9,76 | g |

| | |
|--------------------------|---------|
| Tłuszcze (nasycone) | 11,50 g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 7,44 g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 5,00 g |
| Białko | 96,27 g |
| Błonnik | 33,07 g |
| Sól | 5,28 g |

Dieta: D06 BOGATORESZTKOWA D06

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb graham+ kielbasa zielonog+papryka+ser+kiełki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 544,79 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,22 , Cukry: 15,16 , Tłuszcz ogółem: 21,94 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,99 , Białko: 20,15 , Błonnik: 8,68 , Sól: 2,4

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 902,94 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,04 , Cukry: 17,37 , Tłuszcz ogółem: 25,38 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,64 , Białko: 33,25 , Błonnik: 12,54 , Sól: 5,7

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ kielbasa drobiowa+pomidor ser twar - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 553,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,39 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 17,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,94 , Białko: 27,02 , Błonnik: 8,88 , Sól: 1,59

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 263,23 | kcal |
| Węglowodany przyswajalne | 296,23 | g |
| Cukry (glukoza) | 5,07 | g |
| Cukry (fruktoza) | 7,12 | g |
| Cukry (sacharoza) | 31,80 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 38,74 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 25,83 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 7,09 | g |
| Białko | 87,35 | g |
| Błonnik | 31,45 | g |
| Sól | 10,00 | g |

Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07

ŚNIADANIE

Chleb miesz+ kielbasa zielonog+papryka+ser+kiełki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 840,09 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,88 , Cukry: 4,4 , Tłuszcz ogółem: 27,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,66 , Białko: 32,87 , Błonnik: 9,34 , Sól: 2,97

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 902,94 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,04 , Cukry: 17,37 , Tłuszcz ogółem: 25,38 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,64 , Białko: 33,25 , Błonnik: 12,54 , Sól: 5,7

PODWIECZOREK

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

Wartość energetyczna: 361,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 50,98 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 10,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,55 , Białko: 13,73 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,5

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 638,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,9 , Cukry: 4,6 , Tłuszcz ogółem: 17,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,99 , Białko: 27,54 , Błonnik: 8,82 , Sól: 1,82

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 833,61 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 382,11 | g |
| Cukry (glukoza) | 5,07 | g |
| Cukry (fruktoza) | 7,12 | g |
| Cukry (sacharoza) | 22,62 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 46,63 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 29,95 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 7,78 | g |
| Białko | 113,83 | g |
| Błonnik | 32,05 | g |
| Sól | 11,23 | g |

Dieta: D10 PRZETARTA (zmielona) D10

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Wek+ kielbasa zielonogórska+ pomidor+jajko - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 714,09 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,49 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 28,7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,91 , Białko: 28,92 , Błonnik: 2,4 , Sól: 1,81

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 715,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,2 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 7,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,07 , Białko: 41,17 , Błonnik: 15,91 , Sól: ,86

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ser tw - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa

mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 741,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,19 , Cukry: 5,96 , Tłuszcz ogółem: 24,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,06 , Białko: 39,95 , Błonnik: 3 , Sól: 1,82

| Dobowa suma wartości odżywczych | Ilość | jm. |
|--|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 432,75 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 323,46 | g |
| Cukry (glukoza) | 5,25 | g |
| Cukry (fruktoza) | 7,13 | g |
| Cukry (sacharoza) | 31,92 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 39,21 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 22,25 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 5,84 | g |
| Białko | 116,97 | g |
| Błonnik | 22,66 | g |
| Sól | 4,80 | g |

Dieta: D1/GL BEZGLUTENOWA D01/GL

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb bezgl+ kiełbasa zielonog+papryka+ser+kiełki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 305,03 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,5 , Cukry: 14,8 , Tłuszcz ogółem: 23,78 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,33 , Białko: 10,22 , Błonnik: 1 , Sól: 1,1

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem bezgl - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Sałatka szwedzka - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca), Mięso gotowane w sosie wł (bezgl), ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 780,06 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 118 , Cukry: 16,3 , Tłuszcz ogółem: 16,04 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,79 , Białko: 33,69 , Błonnik: 9 , Sól: 1,97

PODWIECZOREK

Jogurt naturalny 150g+ wafle ryżowe - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Rodzynki 50 g - w tym alergeny (Siarczyny i pochodna siarczynowa)

Wartość energetyczna: 233,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,65 , Cukry: 2,05 , Tłuszcz ogółem: 2,98 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,87 , Białko: 7,6 , Błonnik: 3,25 , Sól: ,26

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 267,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 17,29 , Cukry: 15,3 , Tłuszcz ogółem: 16,08 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,13 , Białko: 11,19 , Błonnik: 1,2 , Sól: ,15

| Dobowa suma wartości odżywczych | Ilość | jm. |
|--|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 1 585,69 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 192,44 | g |
| Cukry (glukoza) | 4,63 | g |
| Cukry (fruktoza) | 6,72 | g |
| Cukry (sacharoza) | 37,11 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 34,12 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 20,25 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 4,51 | g |
| Białko | 62,70 | g |
| Błonnik | 14,45 | g |
| Sól | 3,48 | g |

Dieta: D1/M MODYF.-NISKOPURYN. D01/M

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb graham+ kielbasa zielonog+papryka+ser+kielki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 544,79 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,22 , Cukry: 15,16 , Tłuszcz ogółem: 21,94 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,99 , Białko: 20,15 , Błonnik: 8,68 , Sól: 2,4

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 704,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,2 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 7,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,07 , Białko: 38,53 , Błonnik: 15,91 , Sól: ,7

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ kielbasa drobiowa+pomidor+ser twar - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 553,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,39 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 17,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,94 , Białko: 27,02 , Błonnik: 8,88 , Sól: 1,59

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 064,35 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 284,39 | g |
| Cukry (glukoza) | 5,70 | g |
| Cukry (fruktoza) | 7,58 | g |
| Cukry (sacharoza) | 29,05 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 32,16 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 15,58 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 5,69 | g |
| Białko | 92,63 | g |
| Błonnik | 34,82 | g |
| Sól | 5,00 | g |

Dieta: D1/ML BEZMLECZNA D01/ML

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb miesz+ kielbasa zielonog+papryka+jajk+kielki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 654,27 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,07 , Cukry: 16,24 , Tłuszcz ogółem: 22,66 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,11 , Białko: 22,58 , Błonnik: 8,62 , Sól: 2,39

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 899,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,04 , Cukry: 17,31 , Tłuszcz ogółem: 24,48 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,07 , Białko: 33,22 , Błonnik: 12,54 , Sól: 5,67

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

Chleb mieszany+ kiełbasa drobiowa+pomidor+miód - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa z mlekiem bez laktozy - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 667,64 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 103,85 , Cukry: 4,74 , Tłuszcz ogółem: 14,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,71 , Białko: 17,35 , Błonnik: 8,82 , Sól: 1,57

| Dobowa suma wartości odżywczych | Ilość | jm. |
|---------------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 483,46 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 356,54 | g |
| Cukry (glukoza) | 5,07 | g |
| Cukry (fruktoza) | 7,12 | g |
| Cukry (sacharoza) | 33,04 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 35,05 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 25,43 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 7,54 | g |
| Białko | 80,08 | g |
| Błonnik | 31,33 | g |
| Sól | 9,94 | g |

Dieta: D2/M MODYF.ŁATWOS-TRZUSTKOWA D02/M

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Wek+ kiełbasa zielonogórska+ pomidor+jajko - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 831,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,41 , Cukry: 16,46 , Tłuszcz ogółem: 30,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,36 , Białko: 32,12 , Błonnik: 3,12 , Sól: 2,21

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 715,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,2 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 7,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,07 , Białko: 41,17 , Błonnik: 15,91 , Sól: ,86

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser tw - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 603,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,46 , Cukry: 6,06 , Tłuszcz ogółem: 20,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,89 , Białko: 30,94 , Błonnik: 3 , Sól: 1,87

| Dobowa suma wartości odżywczych | Ilość | jm. |
|---------------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 239,86 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 297,37 | g |
| Cukry (glukoza) | 5,25 | g |
| Cukry (fruktoza) | 7,13 | g |
| Cukry (sacharoza) | 27,35 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 35,10 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 20,06 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 5,84 | g |
| Białko | 110,68 | g |
| Błonnik | 22,03 | g |

Dieta: D4/WE WEGETARIAŃSKA D04/WE

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb miesz+ jajko+papryka+ser+kiełki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 692,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,55 , Cukry: 16,24 , Tłuszcz ogółem: 23,38 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,25 , Białko: 24,56 , Błonnik: 8,62 , Sól: 2,27

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Fasolka szparagowa, ziemniaki gotowane, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 615,75 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,03 , Cukry: 20,08 , Tłuszcz ogółem: 2,94 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,11 , Białko: 20,92 , Błonnik: 20,88 , Sól: ,59

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb mieszany+ miód+ pomidor ser twar - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 722,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,78 , Cukry: 6,1 , Tłuszcz ogółem: 17,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,99 , Białko: 27,61 , Błonnik: 8,82 , Sól: 1,82

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 292,17 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 349,94 | g |
| Cukry (glukoza) | 7,10 | g |
| Cukry (fruktoza) | 9,58 | g |
| Cukry (sacharoza) | 32,69 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 28,51 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 16,22 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 6,08 | g |
| Białko | 80,01 | g |
| Błonnik | 39,67 | g |
| Sól | 4,99 | g |

.....
sporządził

/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził



Dieta: D01 PODSTAWOWA D01

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| Herbata z cukrem **(gotowanie) | Cukier | 3,0 | g |
| | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Chleb miesz+ kielbasa zielonog+papryka+se | Ser, gouda tłusty *(7) | 20,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb zwykły *(1, 7) | 90,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 60,0 | g |
| | Papryka czerwona | 50,0 | g |
| | Kielbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 | g |
| | Kiełki Mieszanka | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 220,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Kalafior | 40,0 | g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 | g |
| | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Sól biała | 0,1 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| Kaszanka z ziemniakami **(smażenie) | Kiszka kaszana jęczmienna | 200,0 | g |
| | Ziemniaki, późne | 300,0 | g |
| Sałatka szwedzka **(obróbka wstępna) | Cebula | 20,0 | g |
| | Marchew | 20,0 | g |
| | Papryka czerwona | 20,0 | g |
| | Ogórki, konserwowe *(10) | 140,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

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

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |
| | Kawa, napar z cukrem *(1) | 20,0 | g |
| Chleb mieszany+ kielbasa drobiowa+pomido | Ser twarogowy chudy *(7) | 50,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb zwykły *(1, 7) | 90,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 60,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |



Kiełbasa Drobiowa Gruba *(1, 6) 30,0 g

Inne składniki

Dieta: D02 ŁATWOSTRAWNA D02**ŚNIADANIE**

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------|-------|----|
| Herbata z cukrem **(gotowanie) | Cukier | 3,0 | g |
| | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Wek+ kiełbasa zielonogórska+ pomidor+kiełk | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Pomidor | 50,0 | g |
| | Kiełbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 | g |
| | Kiełki Mieszanka | 20,0 | g |
| Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 | g |
| | Ryż biały | 30,0 | g |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 220,0 | g |
| | Makaron czterojęczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Kalafior | 40,0 | g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 | g |
| | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Sól biała | 0,1 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa | Wieprzowina, szynka surowa | 100,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 10,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 | g |
| Jarzyny duszone **(duszenie) | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 10,0 | g |
| | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 190,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

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

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |
| | Kawa, napar z cukrem *(1) | 20,0 | g |
| Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser tw **(| Ser twarogowy chudy *(7) | 50,0 | g |



| | | |
|----------------|---------------------------------------|---------|
| | 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 |
| Inne składniki | | |

Dieta: D02/M MODYF.ŁATWOS-WRZODOWA D02/

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------|-------|----|
| Herbata z cukrem **(gotowanie) | Cukier | 3,0 | g |
| | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Wek+ kiełbasa zielonogórska+ pomidor+jajko | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Pomidor | 50,0 | g |
| | Kiełbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 | g |
| Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 | g |
| | Ryż biały | 30,0 | g |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 220,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Kalafior | 40,0 | g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 | g |
| | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Sól biała | 0,1 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa) | Wieprzowina, szynka surowa | 100,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 10,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 | 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 |
|---|-------------------------------|-------|----|
| Jogurt naturalny 150g **(obróbka wstępna) | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7) | 150,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-------------------------------------|------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |



| | | |
|---|---------------------------------------|---------|
| | Kawa, napar z cukrem *(1) | 20,0 g |
| Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser tw ** | Ser twarogowy chudy *(7) | 50,0 g |
| | 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 |
| Inne składniki | | |

Dieta: D03 Z OGR. WĘGLOWOD-CUKRZYCA D03

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| Herbata z cukrem **(gotowanie) | Cukier | 3,0 | g |
| | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Chleb graham+ kiełbasa zielonog+papryka+s | Ser, gouda tłusty *(7) | 20,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 | g |
| | Papryka czerwona | 50,0 | g |
| | Kiełbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 | g |
| | Kiełki Mieszanka | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 220,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Kalafior | 40,0 | g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 | g |
| | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Sól biała | 0,1 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| Kaszanka z ziemniakami **(smażenie) | Kiszka kaszana jęczmienna | 200,0 | g |
| | Ziemniaki, późne | 300,0 | g |
| Sałatka szwedzka **(obróbka wstępna) | Cebula | 20,0 | g |
| | Marchew | 20,0 | g |
| | Papryka czerwona | 20,0 | g |
| | Ogórki, konserwowe *(10) | 140,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

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

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-------------------------------------|------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |



| | | |
|---|---------------------------------|---------|
| | Kawa, napar z cukrem *(1) | 20,0 g |
| Chleb graham+ kiełbasa drobiowa+pomidor | 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 |
| | Kiełbasa Drobiowa Gruba *(1, 6) | 30,0 g |
| Inne składniki | | |

Dieta: D03/K Z OGR.WĘGL-CUKRZYC+NOCNY D0

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| Herbata z cukrem **(gotowanie) | Cukier | 3,0 | g |
| | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Chleb graham+ kiełbasa zielonog+papryka+s | Ser, gouda tłusty *(7) | 20,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 100,0 | g |
| | Papryka czerwona | 50,0 | g |
| | Kiełbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 | g |
| | Kiełki Mieszanka | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 220,0 | g |
| | Makaron czterojęczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Kalafior | 40,0 | g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 | g |
| | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Sól biała | 0,1 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| Kaszanka z ziemniakami **(smażenie) | Kiszka kaszana jęczmienna | 200,0 | g |
| | Ziemniaki, późne | 300,0 | g |
| Sałatka szwedzka **(obróbka wstępna) | Cebula | 20,0 | g |
| | Marchew | 20,0 | g |
| | Papryka czerwona | 20,0 | g |
| | Ogórki, konserwowe *(10) | 140,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK



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

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |
| | Kawa, napar z cukrem *(1) | 20,0 | g |
| Chleb graham+ kielbasa drobiowa+pomidor | Ser twarogowy chudy *(7) | 50,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 100,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Kielbasa Drobiowa Gruba *(1, 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: D05 ŁATWOS Z OGR.TŁ-WĄTROBOWA D05

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------|-------|----|
| Herbata z cukrem **(gotowanie) | Cukier | 3,0 | g |
| | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Wek+ kielbasa zielonogórska+ pomidor+kiełk | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Pomidor | 50,0 | g |
| | Kielbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 | g |
| | Kiełki Mieszanka | 20,0 | g |
| Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 | g |
| | Ryż biały | 30,0 | g |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 220,0 | g |
| | Makaron czterojęczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Kalafior | 40,0 | g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 | g |
| | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Sól biała | 0,1 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa | Wieprzowina, szynka surowa | 100,0 | g |

Jadłospis na dzień: 11-04-2026
szczegółowy**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

| | | |
|----------------------------------|---|---------|
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 10,0 g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 g |
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 g |
| Jarzyzny duszone **(duszenie) | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 10,0 g |
| | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 190,0 g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 g |
| Inne składniki | | |

PODWIECZOREK

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

Kolacja

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

Dieta: D05/M MOD.- UBOGOENERGETYCZNA D05/**ŚNIADANIE**

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|---------|----|
| grah+ kielbasa zielonogórska+ pomidor+kielk | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 g | |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 g | |
| | Pomidor | 50,0 g | |
| | Kielbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 g | |
| | Kiełki Mieszanka | 20,0 g | |
| Herbata bez cukru **(gotowanie) | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 g | |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---|---------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 g | |
| Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 g | |
| | Kości, wywar | 220,0 g | |
| | Makaron czterojęczny *(1, 3) | 30,0 g | |
| | Kalafior | 40,0 g | |
| | Pietruszka, liście | 5,0 g | |
| | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 g | |
| | Sól biała | 0,1 g | |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 g | |
| Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa | Wieprzowina, szynka surowa | 100,0 g | |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 10,0 g | |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 g | |



| | | |
|----------------------------------|---|---------|
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 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 |
|---|-------------------------------|-------|----|
| Jogurt naturalny 150g **(obróbka wstępna) | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7) | 150,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------------|-------|----|
| graham+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ser tw | Ser twarogowy chudy *(7) | 50,0 | g |
| | Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6) | 30,0 | 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: D06 BOGATORESZTKOWA D06**ŚNIADANIE**

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| Herbata z cukrem **(gotowanie) | Cukier | 3,0 | g |
| | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Chleb graham+ kielbasa zielonog+papryka+s | Ser, gouda tłusty *(7) | 20,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 | g |
| | Papryka czerwona | 50,0 | g |
| | Kielbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 | g |
| | Kiełki Mieszanka | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---|---------------------------|-------|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 220,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Kalafior | 40,0 | g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 | g |
| | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Sól biała | 0,1 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Kaszanka z ziemniakami **(smażenie) | Kiszka kaszana jęczmienna | 200,0 |
| Ziemniaki, późne | | 300,0 | g |
| Sałatka szwedzka **(obróbka wstępna) | Cebula | 20,0 | g |
| | Marchew | 20,0 | g |



| | | |
|----------------|--------------------------|---------|
| | Papryka czerwona | 20,0 g |
| | Ogórki, konserwowe *(10) | 140,0 g |
| Inne składniki | | |

PODWIECZOREK

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

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |
| | Kawa, napar z cukrem *(1) | 20,0 | g |
| Chleb graham+ kiełbasa drobiowa+pomidor | 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 |
| | Kiełbasa Drobiowa Gruba *(1, 6) | 30,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| Chleb miesz+ kiełbasa zielonog+papryka+se | Ser, gouda tłusty *(7) | 20,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb zwykły *(1, 7) | 90,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 60,0 | g |
| | Papryka czerwona | 50,0 | g |
| | Kiełbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 | g |
| | Kiełki Mieszanka | 20,0 | g |
| Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 | g |
| | Ryż biały | 30,0 | g |
| Herbata bez cukru **(gotowanie) | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 220,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Kalafior | 40,0 | g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 | g |
| | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |



| | | |
|--------------------------------------|---------------------------|---------|
| | Sól biała | 0,1 g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 g |
| Kaszanka z ziemniakami **(smażenie) | Kiszka kaszana jęczmienna | 200,0 g |
| | Ziemniaki, późne | 300,0 g |
| Sałatka szwedzka **(obróbka wstępna) | Cebula | 20,0 g |
| | Marchew | 20,0 g |
| | Papryka czerwona | 20,0 g |
| | Ogórki, konserwowe *(10) | 140,0 g |
| Inne składniki | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|--------------------------|-------|----|
| Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstęp) | Ciasto drożdżowe *(1, 3) | 90,0 | g |
| Kefir **(obróbka wstępna) | Kefir, 2% tł. *(7) | 200,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------|-------|----|
| Chleb mieszany+ kiełbasa drobiowa+pomido | Ser twarogowy chudy *(7) | 50,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb zwykły *(1, 7) | 90,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 60,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Kiełbasa Drobiowa Gruba *(1, 6) | 30,0 | 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: D10 PRZETARTA (zmielona) D10

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------|-------|----|
| Herbata z cukrem **(gotowanie) | Cukier | 3,0 | g |
| | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Wek+ kiełbasa zielonogórska+ pomidor+jajko | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 60,0 | g |
| | Pomidor | 50,0 | g |
| | Kiełbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 | g |
| Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 | g |
| | Ryż biały | 30,0 | g |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|--------------------------------|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 220,0 | g |
| | Makaron czterojęczny *(1, 3) | 30,0 | g |



| | | |
|--|---|---------|
| | Kalafior | 40,0 g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 g |
| | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 g |
| | Sól biała | 0,1 g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 g |
| Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa | Wieprzowina, szynka surowa | 100,0 g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 10,0 g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 g |
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 g |
| Jarzynty duszone **(duszenie) | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 10,0 g |
| | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 190,0 g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 g |
| Inne składniki | | |

PODWIECZOREK

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

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |
| | Kawa, napar z cukrem *(1) | 20,0 | g |
| Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ser tw **(| Ser twarogowy chudy *(7) | 50,0 | g |
| | Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6) | 30,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 60,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 | g |
| | Ryż biały | 30,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Dieta: D1/GL BEZGLUTENOWA D01/GL

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------|-------|----|
| Herbata z cukrem **(gotowanie) | Cukier | 3,0 | g |
| | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Chleb bezgl+ kielbasa zielonog+papryka+ser | Ser, gouda tłusty *(7) | 20,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 20,0 | g |
| | Papryka czerwona | 50,0 | g |
| | Chleb Bezglutenowy *(3, 6) | 100,0 | g |
| | Kielbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 | g |
| | Kiełki Mieszanka | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--------------------------------|----------|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |



| | | |
|--|---|---------|
| Zupa kalafiorowa z makaronem bezgl ** (gotowa) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 50,0 g |
| | Kości, wywar | 220,0 g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 g |
| | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 g |
| | Skrobia ziemniaczana | 30,0 g |
| | Sól biała | 0,1 g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 g |
| | Makaron Bezglutenowy | 30,0 g |
| Sałatka szwedzka **(obróbka wstępna) | Cebula | 20,0 g |
| | Marchew | 20,0 g |
| | Papryka czerwona | 20,0 g |
| | Ogórki, konserwowe *(10) | 140,0 g |
| Mięso gotowane w sosie wł (bezgl) **(gotowa) | Wieprzowina, szynka surowa | 100,0 g |
| | Olej rzepakowy | 10,0 g |
| | Skrobia ziemniaczana | 20,0 g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 g |
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 g |
| Inne składniki | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|-------------------------------|-------|----|
| Jogurt naturalny 150g+ wafle ryżowe **(obróbka wstępna) | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7) | 150,0 | g |
| | Wafle Ryżowe | 30,0 | g |
| Rodzynki 50 g **(obróbka wstępna) | Rodzynki, suszone *(12) | 50,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| Chleb bezgl+ kielbasa drobiowa+pomidor+se | Ser twarogowy chudy *(7) | 50,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 20,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Chleb Bezglutenowy *(3, 6) | 100,0 | g |
| | Kielbasa Drobiowa *(6, 10) | 30,0 | g |
| Herbata z cukrem **(gotowanie) | Cukier | 3,0 | g |
| | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Dieta: D1/M MODYF.-NISKOPURYN. D01/M

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| Herbata z cukrem **(gotowanie) | Cukier | 3,0 | g |
| | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Chleb graham+ kielbasa zielonog+papryka+s | Ser, gouda tłusty *(7) | 20,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 | g |
| | Papryka czerwona | 50,0 | g |
| | Kielbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 | g |
| | Kiełki Mieszanka | 20,0 | g |



Inne składniki

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Kalafior | 40,0 | g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 | g |
| | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Sól biała | 0,1 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| | Woda | 220,0 | g |
| Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa) | Wieprzowina, szynka surowa | 100,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 10,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 | g |
| Jarzyny duszone **(duszenie) | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 10,0 | g |
| | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 190,0 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

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

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |
| | Kawa, napar z cukrem *(1) | 20,0 | g |
| Chleb graham+ kiełbasa drobiowa+pomidor+ | 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 |
| | Kiełbasa Drobiowa Gruba *(1, 6) | 30,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Dieta: D1/ML BEZMLECZNA D01/ML

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------|-------|----|
| Herbata z cukrem **(gotowanie) | Cukier | 3,0 | g |
| | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Chleb miesz+ kiełbasa zielonog+papryka+jaj | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 | g |
| | Chleb zwykły *(1, 7) | 90,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 60,0 | g |
| | Papryka czerwona | 50,0 | g |
| | Kiełbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 | g |



| | | |
|----------------|-------------------|--------|
| | Kiełki Mieszanka | 20,0 g |
| | Masło Bez Laktozy | 15,0 g |
| Inne składniki | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|--|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 220,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Kalafior | 40,0 | g |
| | Pietruszka, liście | 5,0 | g |
| | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 | g |
| | Sól biała | 0,1 | g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 | g |
| Kaszanka z ziemniakami **(smażenie) | Kiszka kaszana jęczmienna | 200,0 | g |
| | Ziemniaki, późne | 300,0 | g |
| Sałatka szwedzka **(obróbka wstępna) | Cebula | 20,0 | g |
| | Marchew | 20,0 | g |
| | Papryka czerwona | 20,0 | g |
| | Ogórki, konserwowe *(10) | 140,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

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

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|--|-------|----|
| Chleb mieszany+ kiełbasa drobiowa+pomido | Chleb zwykły *(1, 7) | 90,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 60,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Miód pszczeli | 25,0 | g |
| | Kiełbasa Drobiowa Gruba *(1, 6) | 30,0 | 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: D2/M MODYF.ŁATWOS-TRZUSTKOWA D02/

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------|-------|----|
| Herbata z cukrem **(gotowanie) | Cukier | 3,0 | g |
| | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Wek+ kiełbasa zielonogórska+ pomidor+jajko | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |



| | | |
|------------------------------------|------------------------------|---------|
| | Pomidor | 50,0 g |
| | Kiełbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 g |
| Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 g |
| | Ryż biały | 30,0 g |
| Inne składniki | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---|---------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 g | |
| Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 g | |
| | Kości, wywar | 220,0 g | |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 g | |
| | Kalafior | 40,0 g | |
| | Pietruszka, liście | 5,0 g | |
| | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 g | |
| | Sól biała | 0,1 g | |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 g | |
| Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa) | Wieprzowina, szynka surowa | 100,0 g | |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 10,0 g | |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 g | |
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 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 |
|---|-------------------------------|---------|----|
| Jogurt naturalny 150g **(obróbka wstępna) | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7) | 150,0 g | |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------------|---------|----|
| Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 g | |
| | Kawa, napar z cukrem *(1) | 20,0 g | |
| Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser tw **(| Ser twarogowy chudy *(7) | 50,0 g | |
| | 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 | |
| Inne składniki | | | |

Dieta: D4/WE WEGETARIAŃSKA D04/WE

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|---------|----|
| Herbata z cukrem **(gotowanie) | Cukier | 3,0 g | |
| | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 g | |
| Chleb miesz+ jajko+papryka+ser+kiełki **(ob | Ser, gouda tłusty *(7) | 20,0 g | |



| | | |
|----------------|--------------------------|--------|
| | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 g |
| | Chleb zwykły *(1, 7) | 90,0 g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 60,0 g |
| | Papryka czerwona | 50,0 g |
| | Kiełki Mieszanka | 20,0 g |
| Inne składniki | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---|---------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 g | |
| Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 g | |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 g | |
| | Kalafior | 40,0 g | |
| | Pietruszka, liście | 5,0 g | |
| | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 g | |
| | Sól biała | 0,1 g | |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 g | |
| | Woda | 220,0 g | |
| Fasolka szparagowa **(gotowanie) | Fasola szparagowa | 200,0 g | |
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 g | |
| Jarzyny duszone **(duszenie) | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 10,0 g | |
| | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 190,0 g | |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 g | |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

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

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|------------------------------|---------|----|
| Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 g | |
| | Kawa, napar z cukrem *(1) | 20,0 g | |
| Chleb mieszany+ miód+pomidor ser twar ** | Ser twarogowy chudy *(7) | 50,0 g | |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 g | |
| | Chleb zwykły *(1, 7) | 90,0 g | |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 60,0 g | |
| | Pomidor | 100,0 g | |
| | Miód pszczeli | 25,0 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 |
| P91 | Żywność na bazie mleka ssaków | | | | |

.....
sporządził
/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził