

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

Chleb miesz+śledź w sosie pomid+ogóre+rukola+szynk - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 693,57 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,44 , Cukry: 18,09 , Tłuszcz ogółem: 21,34 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,68 , Białko: 26,94 , Błonnik: 8,11 , Sól: 3,56

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Łazanki z kielbaską - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 653,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 83,21 , Cukry: 15,58 , Tłuszcz ogółem: 16,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,86 , Białko: 33,61 , Błonnik: 9,81 , Sól: 1,47

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb mieszany+ kielbasa drob+ pomidor+ ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 675,37 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,93 , Cukry: 5,6 , Tłuszcz ogółem: 18,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,23 , Białko: 33,41 , Błonnik: 8,82 , Sól: 2,4

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 097,01	kcal
Węglowodny przyswajalne	276,73	g
Cukry (glukoza)	8,83	g
Cukry (fruktoza)	15,44	g
Cukry (sacharoza)	29,56	g
Tłuszcze (nasycone)	26,84	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,35	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,53	g
Białko	94,57	g
Błonnik	29,73	g
Sól	7,44	g

Dieta: D02 ŁATWOSTRAWNA D02**ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, wek+ pasta z jaj i ryby+ rukola+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 906,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,65 , Cukry: 17,43 , Tłuszcz ogółem: 34,74 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,82 , Białko: 34,12 , Błonnik: 5,22 , Sól: 2,06

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 637,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,44 , Cukry: 30,22 , Tłuszcz ogółem: 12,19 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,69 , Białko: 24,14 , Błonnik: 9,66 , Sól: ,62

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser twaróg - 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	2 222,73	kcal
Węglowodny przyswajalne	287,70	g
Cukry (glukoza)	10,73	g
Cukry (fruktoza)	25,45	g
Cukry (sacharoza)	32,09	g
Tłuszcze (nasycone)	33,46	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,80	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,49	g
Białko	89,80	g
Błonnik	20,88	g
Sól	4,56	g

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

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, wek+ pasta z jaj i ryby+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 898,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,07 , Cukry: 17,06 , Tłuszcz ogółem: 34,64 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,8 , Białko: 33,2 , Błonnik: 4,65 , Sól: 2,06

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 637,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,44 , Cukry: 30,22 , Tłuszcz ogółem: 12,19 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,69 , Białko: 24,14 , Błonnik: 9,66 , Sól: ,62

PODWIECZOREK

Jabłko-mus

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

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser twaróg - 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	2 214,21	kcal

Węglowodny przyswajalne	287,12 g
Cukry (glukoza)	10,58 g
Cukry (fruktoza)	25,27 g
Cukry (sacharoza)	32,05 g
Tłuszcze (nasycone)	33,45 g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,80 g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,41 g
Białko	88,88 g
Błonnik	20,31 g
Sól	4,56 g

Dieta: D03 Z OGR. WĘGLOWOD-CUKRZYCA D03

ŚNIADANIE

Chleb graha+śledź w sosie pomid+ogóre+rukola+szynk - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 604,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,93 , Cukry: 17,01 , Tłuszcz ogółem: 21,19 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,63 , Białko: 26,43 , Błonnik: 8,17 , Sól: 3,33

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Łazanki z kielbaską - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 653,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 83,21 , Cukry: 15,58 , Tłuszcz ogółem: 16,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,86 , Białko: 33,61 , Błonnik: 9,81 , Sól: 1,47

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ kielbasa drob+ pomidor+ ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 586,95 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,38 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 18,44 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,18 , Białko: 32,92 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,17

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 919,52	kcal
Węglowodny przyswajalne	233,67	g
Cukry (glukoza)	8,83	g
Cukry (fruktoza)	15,44	g
Cukry (sacharoza)	27,40	g
Tłuszcze (nasycone)	26,73	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,39	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,31	g
Białko	93,57	g
Błonnik	29,85	g
Sól	6,98	g

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

ŚNIADANIE

Chleb graha+śledź w sosie pomid+ogóre+rukola+szynk - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 558,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 61,47 , Cukry: 16,95 , Tłuszcz ogółem: 20,84 w tym nasycone kwasy

tłuszczowe 10,56 , Białko: 24,77 , Błonnik: 6,89 , Sól: 3,12

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, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Łazanki z kielbaską - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 653,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 83,21 , Cukry: 15,58 , Tłuszcz ogółem: 16,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,86 , Białko: 33,61 , Błonnik: 9,81 , Sól: 1,47

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ kielbasa drob+ pomidor+ ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 540,67 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,93 , Cukry: 4,46 , Tłuszcz ogółem: 18,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,11 , Białko: 31,26 , Błonnik: 7,6 , Sól: 1,95

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	2 195,55	kcal
Węglowodny przyswajalne	270,24	g
Cukry (glukoza)	9,78	g
Cukry (fruktoza)	16,54	g
Cukry (sacharoza)	27,73	g
Tłuszcze (nasycone)	32,51	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,93	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,33	g
Białko	101,07	g
Błonnik	35,82	g
Sól	7,87	g

Dieta: D05 ŁATWOS Z OGR.TŁ-WĄTROBOWA D05

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, wek+ pasta z jaj i ryby+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 786,1 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 104,96 , Cukry: 17,06 , Tłuszcz ogółem: 22,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,59 , Białko: 33,09 , Błonnik: 4,65 , Sól: 2,06

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 600,39 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,41 , Cukry: 30,22 , Tłuszcz ogółem: 8,27 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,96 , Białko: 24,1 , Błonnik: 9,66 , Sól: ,62

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ser twaróg - 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	1 952,41	kcal
Węglowodny przyswajalne	286,87	g
Cukry (glukoza)	10,58	g
Cukry (fruktoza)	25,27	g
Cukry (sacharoza)	32,05	g
Tłuszcze (nasycone)	14,29	g
Tłuszcze (jednonasycone)	17,95	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,01	g
Białko	88,63	g
Błonnik	20,31	g
Sól	4,55	g

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

ŚNIADANIE

graham+ pasta z jaj i ryby+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 461,89 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,57 , Cukry: 1,76 , Tłuszcz ogółem: 14,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,19 , Białko: 23,08 , Błonnik: 8,28 , Sól: 2,02

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 600,39 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,41 , Cukry: 30,22 , Tłuszcz ogółem: 8,27 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,96 , Białko: 24,1 , Błonnik: 9,66 , Sól: ,62

PODWIECZOREK

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

Kolacja

graham+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ser twaróg - 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	1 515,19	kcal
Węglowodny przyswajalne	220,56	g
Cukry (glukoza)	10,58	g
Cukry (fruktoza)	25,27	g

Cukry (sacharoza)	13,85 g
Tłuszcze (nasycone)	7,04 g
Tłuszcze (jednonasycone)	11,91 g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,24 g
Białko	74,67 g
Błonnik	29,82 g
Sól	4,67 g

Dieta: D06 BOGATORESZTKOWA D06

ŚNIADANIE

Chleb graha+śledź w sosie pomid+ogóre+rukola+szynk - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 604,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,93 , Cukry: 17,01 , Tłuszcz ogółem: 21,19 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,63 , Białko: 26,43 , Błonnik: 8,17 , Sól: 3,33

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Łazanki z kiełbaską - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 653,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 83,21 , Cukry: 15,58 , Tłuszcz ogółem: 16,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,86 , Białko: 33,61 , Błonnik: 9,81 , Sól: 1,47

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ kiełbasa drob+ pomidor+ ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorzycza, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 586,95 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,38 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 18,44 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,18 , Białko: 32,92 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,17

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 919,52	kcal
Węglowodny przyswajalne	233,67	g
Cukry (glukoza)	8,83	g
Cukry (fruktoza)	15,44	g
Cukry (sacharoza)	27,40	g
Tłuszcze (nasycone)	26,73	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,39	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,31	g
Białko	93,57	g
Błonnik	29,85	g
Sól	6,98	g

Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07

ŚNIADANIE

Chleb miesz+śledź w sosie pomid+ogóre+rukola+szynk - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem, zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 950,97 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 127,29 , Cukry: 19,35 , Tłuszcz ogółem: 27,65 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,37 , Białko: 38,91 , Błonnik: 10,36 , Sól: 3,9

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, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Łazanki z kielbaską - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 653,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 83,21 , Cukry: 15,58 , Tłuszcz ogółem: 16,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,86 , Białko: 33,61 , Błonnik: 9,81 , Sól: 1,47

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb mieszany+ kielbasa drob+ pomidor+ ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 675,37 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,93 , Cukry: 5,6 , Tłuszcz ogółem: 18,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,23 , Białko: 33,41 , Błonnik: 8,82 , Sól: 2,4

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 534,41	kcal
Węglowodny przyswajalne	331,18	g
Cukry (glukoza)	8,83	g
Cukry (fruktoza)	15,44	g
Cukry (sacharoza)	33,82	g
Tłuszcze (nasycone)	34,09	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,34	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,25	g
Białko	119,44	g
Błonnik	31,98	g
Sól	8,25	g

Dieta: D10 PRZETARTA (zmielona) D10

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, wek+ pasta z jaj i ryby+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 784,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 83,31 , Cukry: 16,47 , Tłuszcz ogółem: 33 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,37 , Białko: 30,41 , Błonnik: 4,18 , Sól: 1,66

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 637,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,44 , Cukry: 30,22 , Tłuszcz ogółem: 12,19 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,69 , Białko: 24,14 , Błonnik: 9,66 , Sól: ,62

PODWIECZOREK

Jabłko-mus

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 485,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 47,54 , Cukry: 5,3 , Tłuszcz ogółem: 18,92 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,45 , Białko: 27,74 , Błonnik: 2,28 , Sól: 1,47

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 982,51	kcal
Węglowodny przyswajalne	243,45	g
Cukry (glukoza)	10,65	g
Cukry (fruktoza)	25,35	g
Cukry (sacharoza)	30,55	g
Tłuszcze (nasycone)	32,57	g
Tłuszcze (jednonasycone)	24,33	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,41	g
Białko	82,89	g
Błonnik	19,12	g
Sól	3,76	g

Dieta: D1/GL BEZGLUTENOWA D01/GL

ŚNIADANIE

Chleb bezgl+śledź w sosie pomid+ogóre+rukola+szynk - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 481,39 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 48,36 , Cukry: 45,82 , Tłuszcz ogółem: 23,03 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,97 , Białko: 16,51 , Błonnik: ,49 , Sól: 2,03

OBIAD

Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Łazanki (bezgl) z kielbaską - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego), Kompot z cukrem

Wartość energetyczna: 728,21 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 74,16 , Cukry: 44,04 , Tłuszcz ogółem: 31,02 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6 , Białko: 24,1 , Błonnik: 9,48 , Sól: 1,51

PODWIECZOREK

Jabłko, Rodzynki 50 g - w tym alergeny (Siarczyn i pochodna siarczynowa)

Wartość energetyczna: 218,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 47,5 , Cukry: 15,1 , Tłuszcz ogółem: ,37 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,14 , Białko: 1,75 , Błonnik: 6,25 , Sól: ,03

Kolacja

Chleb bezgl+ kielbasa drob+ pomidor+ ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 455,97 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 46,49 , Cukry: 44,47 , Tłuszcz ogółem: 21,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,22 , Białko: 16,02 , Błonnik: 1,2 , Sól: ,73

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 883,58	kcal
Węglowodny przyswajalne	216,51	g
Cukry (glukoza)	9,83	g
Cukry (fruktoza)	17,49	g
Cukry (sacharoza)	122,11	g
Tłuszcze (nasycone)	33,33	g
Tłuszcze (jednonasycone)	33,13	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,40	g
Białko	58,38	g
Błonnik	17,42	g
Sól	4,31	g

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

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Graham 120+ pasta z jaj+ rukola+szynka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 628,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 64,74 , Cukry: 13,17 , Tłuszcz ogółem: 24,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12 , Białko: 28,03 , Błonnik: 8,08 , Sól: 2,24

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 618,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,42 , Cukry: 28,29 , Tłuszcz ogółem: 12,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,69 , Białko: 21,9 , Błonnik: 9,26 , Sól: ,49

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ kielbasa drob+ pomidor+ ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 586,95 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,38 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 18,44 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,18 , Białko: 32,92 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,17

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 909,41	kcal
Węglowodny przyswajalne	240,70	g
Cukry (glukoza)	9,68	g
Cukry (fruktoza)	23,56	g
Cukry (sacharoza)	27,29	g
Tłuszcze (nasycone)	28,93	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,68	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,79	g
Białko	83,45	g
Błonnik	29,21	g
Sól	4,90	g

Dieta: D1/ML BEZMLECZNA D01/ML

ŚNIADANIE

Chleb miesz+śledź w sosie pomid+ogóre+rukola+szynk - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 693,57 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,44 , Cukry: 18,09 , Tłuszcz ogółem: 21,34 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,68 , Białko: 26,94 , Błonnik: 8,11 , Sól: 3,56

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Łazanki z kielbaską - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 652,76 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 83,18 , Cukry: 15,52 , Tłuszcz ogółem: 16,03 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,51 , Białko: 33,55 , Błonnik: 9,81 , Sól: 1,43

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Chleb mieszany+ kiełbasa drob+ pomidor+ ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa z mlekiem bez laktozy - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 642,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,02 , Cukry: 4,24 , Tłuszcz ogółem: 15,52 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,11 , Białko: 27,07 , Błonnik: 8,82 , Sól: 2,54

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 063,68	kcal
Węglowodny przyswajalne	273,79	g
Cukry (glukoza)	8,83	g
Cukry (fruktoza)	15,44	g
Cukry (sacharoza)	28,14	g
Tłuszcze (nasycone)	24,36	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,14	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,58	g
Białko	88,17	g
Błonnik	29,73	g
Sól	7,54	g

Dieta: D4/WE WEGETARIAŃSKA D04/WE

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb miesz+ pasta z jaj+dżem+ogórek+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 734,94 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,15 , Cukry: 25,74 , Tłuszcz ogółem: 23,74 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,59 , Białko: 23,15 , Błonnik: 8,32 , Sól: 2,45

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 618,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,42 , Cukry: 28,29 , Tłuszcz ogółem: 12,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,69 , Białko: 21,9 , Błonnik: 9,26 , Sól: ,49

PODWIECZOREK

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 722,4 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	2 151,14	kcal
Węglowodny przyswajalne	315,49	g
Cukry (glukoza)	12,55	g
Cukry (fruktoza)	26,43	g
Cukry (sacharoza)	35,69	g
Tłuszcze (nasycone)	28,33	g
Tłuszcze (jednonasycone)	18,89	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,67	g
Białko	73,26	g
Błonnik	29,39	g

.....
sporządził
/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził



Dieta: D01 PODSTAWOWA D01

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb miesz+śledź w sosie pomid+ogóre+ru	Szynka wieprzowa, gotowana	30,0	g
	Śledź w sosie pomidorowym *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	180,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	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
	Łazanki z kielbaską **(smażenie)	Kielbasa toruńska *(6, 7)	30,0
Olej rzepakowy		5,0	g
Makaron czterojajeczny *(1, 3)		80,0	g
Cebula		10,0	g
Kapusta biała		150,0	g
Kapusta kwaszona		30,0	g
Mieszanka Ziół		2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	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
Chleb mieszany+ kielbasa drob+ pomidor+ s	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g



	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0 g
	Pomidor	100,0 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+ pasta z jaj i ryby+ rukola+pomidor **(go	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Śledź w oleju *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Rukola	20,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	180,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	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
	Makaron z jabłkami **(duszenie)	Masło ekstra *(7)	5,0
Makaron czterojajeczny *(1, 3)		80,0	g
Jabłko		220,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	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+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ser twaróg	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+ pasta z jaj i ryby+pomidor **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Śledź w oleju *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	180,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	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
Makaron z jabłkami **(duszenie)	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
	Jabłko	220,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko-mus **(obróbka wstępna)	Jabłko	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 twaróg	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
Chleb graha+śledź w sosie pomid+ogóre+ruk	Szynka wieprzowa, gotowana	30,0	g
	Śledź w sosie pomidorowym *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	180,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	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
Łazanki z kielbaską **(smażenie)	Kielbasa toruńska *(6, 7)	30,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
	Cebula	10,0	g
	Kapusta biała	150,0	g
	Kapusta kwaszona	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	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



Chleb graham+ kiełbasa drob+ pomidor+ ser	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0 g
	Kiełbasa 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: D03/K Z OGR.WĘGL-CUKRZYC+NOCNY D0

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb graha+śledź w sosie pomid+ogórek+ruk	Szynka wieprzowa, gotowana	30,0 g	
	Śledź w sosie pomidorowym *(4)	70,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0 g	
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0 g	
	Rukola	20,0 g	
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0 g	
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 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	
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0 g	
	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g	
	Kości, wywar	180,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g	
	Buraki, got. w wodzie	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	
	Łazanki z kiełbaską **(smażenie)	Kiełbasa toruńska *(6, 7)	30,0 g
Olej rzepakowy		5,0 g	
Makaron czterojajeczny *(1, 3)		80,0 g	
Cebula		10,0 g	
Kapusta biała		150,0 g	
Kapusta kwaszona		30,0 g	
Mieszanka Ziół		2,0 g	
Inne składniki			



PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko ** (obróbka wstępna)	Jabłko	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
Chleb graham+ kiełbasa drob+ pomidor+ ser	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	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+ pasta z jaj i ryby+pomidor ** (gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Śledź w oleju *(4)	30,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą ** (gotow	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru ** (gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem ** (gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	180,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	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

Jadłospis na dzień: 20-04-2026
szczegółowy**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Makaron z jabłkami **(duszenie)	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0 g
	Jabłko	220,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	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 twaróg	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
graham+ pasta z jaj i ryby+pomidor **(gotow	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Śledź w oleju *(4)	30,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	50,0	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
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	180,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	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
	Makaron z jabłkami **(duszenie)	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0
Jabłko		220,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	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
Chleb graha+śledź w sosie pomidor+ogórek+ruk	Szynka wieprzowa, gotowana	30,0	g
	Śledź w sosie pomidorowym *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	180,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	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
Łazanki z kielbaską **(smażenie)	Kielbasa toruńska *(6, 7)	30,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
	Cebula	10,0	g
	Kapusta biała	150,0	g
	Kapusta kwaszona	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	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
Chleb graham+ kiełbasa drob+ pomidor+ ser	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kiełbasa 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: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb miesz+śledź w sosie pomid+ogóre+ru	Szynka wieprzowa, gotowana	30,0	g
	Śledź w sosie pomidorowym *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	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
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	180,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	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
	Łazanki z kiełbaską **(smażenie)	Kiełbasa toruńska *(6, 7)	30,0
Olej rzepakowy		5,0	g
Makaron czterojajeczny *(1, 3)		80,0	g



	Cebula	10,0 g
	Kapusta biała	150,0 g
	Kapusta kwaszona	30,0 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
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	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
Chleb mieszany+ kiełbasa drob+ pomidor+ s	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	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+ pasta z jaj i ryby+pomidor **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Śledź w oleju *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	180,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	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
Makaron z jabłkami **(duszenie)	Masło ekstra *(7)	5,0 g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0 g
	Jabłko	220,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko-mus **(obróbka wstępna)	Jabłko	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 twaróg	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)	60,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
Inne składniki			

Dieta: D1/GL BEZGLUTENOWA D01/GL

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb bezgl+śledź w sosie pomid+ogóre+ruk	Szynka wieprzowa, gotowana	30,0 g	
	Śledź w sosie pomidorowym *(4)	70,0 g	
	Masło ekstra *(7)	20,0 g	
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0 g	
	Rukola	20,0 g	
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0 g	
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	10,0 g	
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g	
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0 g	
	Jaja kurze całe *(3)	90,0 g	
	Kości, wywar	150,0 g	
	Buraki, got. w wodzie	40,0 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	



Łazanki (bezgl) z kielbaską **(smażenie)	Kielbasa toruńska *(6, 7)	30,0 g
	Olej rzepakowy	20,0 g
	Cebula	10,0 g
	Kapusta biała	150,0 g
	Kapusta kwaszona	30,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Makaron Bezglutenowy	80,0 g
Kompot z cukrem **(gotowanie)	Kompot z jabłek, z cukrem	250,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	150,0	g
Rodzynki 50 g **(obróbka wstępna)	Rodzynki, suszone *(12)	50,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb bezgl+ kielbasa drob+ pomidor+ ser tw	Ser twarogowy tłusty	50,0	g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	10,0	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
Graham 120+ pasta z jaj+ rukola+szyńka **(Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szyńka wieprzowa, gotowana	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
	Rukola	20,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	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	180,0 g
Makaron z jabłkami **(duszenie)	Masło ekstra *(7)	5,0 g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0 g
	Jabłko	200,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	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
Chleb graham+ kiełbasa drob+ pomidor+ ser	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kiełbasa 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: D1/ML BEZMLECZNA D01/ML

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb miesz+śledź w sosie pomid+ogóre+ru	Szynka wieprzowa, gotowana	30,0	g
	Śledź w sosie pomidorowym *(4)	70,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło Bez Laktozy	15,0	g
	Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0
Herbata czarna, napar bez cukru		250,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	180,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	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
Łazanki z kielbaską **(smażenie)	Kielbasa toruńska *(6, 7)	30,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0 g
	Cebula	10,0 g
	Kapusta biała	150,0 g
	Kapusta kwaszona	30,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb mieszany+ kielbasa drob+ pomidor+ s	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0 g	
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0 g	
	Pomidor	100,0 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: 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+ pasta z jaj+dżem+ogórek+rukola	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0 g	
	Jaja kurze całe *(3)	90,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0 g	
	Szcypiorek	3,0 g	
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0 g	
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	25,0 g	
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0 g	
	Rukola	20,0 g	
Inne składniki			

OBIAD

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



Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0 g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Buraki, got. w wodzie	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	180,0 g
Makaron z jabłkami **(duszenie)	Masło ekstra *(7)	5,0 g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0 g
	Jabłko	200,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	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
Chleb mieszany+ miód+ pomidor+ ser twaróg	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	Mąтва
P52	Melon	P53	Mięso	P54	Mięso czerwone
P55	Migdał	P56	Nabiał	P57	Nasiona
P58	Olej rybi	P59	Olejek migdałowy	P60	Orzech
P61	Orzech laskowy	P62	Orzech nerkowca	P63	Orzech włoski - orzech
P64	Orzeszki piniowe	P65	Ostryga	P66	Ośmiornica
P67	Owies	P68	Owoc	P69	Owoc cytrusowy
P70	Owoc kiwi	P71	Owoc mango	P72	Papryka
P73	Pistacja	P74	Pomarańcza - owoc	P75	Pomidor
P76	Pszelica	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