

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

Herbata z cukrem, Chleb mieszany+ sałatka śledziowa+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 797,76 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,61 , Cukry: 15,39 , Tłuszcz ogółem: 35,01 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,28 , Białko: 23,76 , Błonnik: 8,65 , Sól: 2,85

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Jajko sadzone - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 694,44 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,76 , Cukry: 16,62 , Tłuszcz ogółem: 13,81 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,28 , Białko: 25,04 , Błonnik: 16,01 , Sól: ,98

PODWIECZOREK

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka + ser żółty+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 827,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,79 , Cukry: 5,96 , Tłuszcz ogółem: 30,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,02 , Białko: 36,05 , Błonnik: 3,9 , Sól: 3

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 387,38 | kcal |
| Węglowodany przyswajalne | 304,12 | g |
| Cukry (glukoza) | 8,32 | g |
| Cukry (fruktoza) | 9,47 | g |
| Cukry (sacharoza) | 33,98 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 33,61 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 33,19 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 12,65 | g |
| Białko | 85,76 | g |
| Błonnik | 31,41 | g |
| Sól | 6,84 | g |

Dieta: D02 ŁATWOSTRAWNA D02**ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, wek+ sałatka śledziowa+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 980,22 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,68 , Cukry: 16,07 , Tłuszcz ogółem: 42,92 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,56 , Białko: 33,99 , Błonnik: 3,44 , Sól: 2,67

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Jajko

gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 674,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,68 , Cukry: 16,53 , Tłuszcz ogółem: 11,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,14 , Białko: 24,84 , Błonnik: 15,88 , Sól: ,98

PODWIECZOREK

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka + dżem+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 713,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 115,24 , Cukry: 24,46 , Tłuszcz ogółem: 17,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,81 , Białko: 19,47 , Błonnik: 4,3 , Sól: 1,66

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 435,76 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 341,55 | g |
| Cukry (glukoza) | 13,90 | g |
| Cukry (fruktoza) | 15,06 | g |
| Cukry (sacharoza) | 41,90 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 29,54 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 30,91 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 12,07 | g |
| Białko | 79,19 | g |
| Błonnik | 26,48 | g |
| Sól | 5,31 | g |

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

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 931,18 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,05 , Cukry: 18,03 , Tłuszcz ogółem: 36,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,25 , Białko: 33,44 , Błonnik: 3,76 , Sól: 1,86

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 674,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,68 , Cukry: 16,53 , Tłuszcz ogółem: 11,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,14 , Białko: 24,84 , Błonnik: 15,88 , Sól: ,98

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), Bułka + dżem+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 714,83 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 115,79 , Cukry: 23,41 , Tłuszcz ogółem: 17,55 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,81 , Białko: 19,52 , Błonnik: 4,25 , Sól: 1,66

Dobowa suma wartości odżywczych

Ilość jm.

| | | |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 395,70 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 344,66 | g |
| Cukry (glukoza) | 15,17 | g |
| Cukry (fruktoza) | 21,96 | g |
| Cukry (sacharoza) | 35,39 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 30,25 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 26,87 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 9,43 | g |
| Białko | 78,40 | g |
| Błonnik | 26,89 | g |
| Sól | 4,50 | g |

Dieta: D03 Z OGR. WĘGLOWOD-CUKRZYCA D03

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb graham+ sałatka śledziowa+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 708,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,1 , Cukry: 14,31 , Tłuszcz ogółem: 34,86 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,23 , Białko: 23,25 , Błonnik: 8,71 , Sól: 2,62

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Jajko sadzone - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 694,44 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,76 , Cukry: 16,62 , Tłuszcz ogółem: 13,81 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,28 , Białko: 25,04 , Błonnik: 16,01 , Sól: ,98

PODWIECZOREK

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), graham+ ser żółty+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 695,36 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 63,71 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 30,36 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,01 , Białko: 33,86 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,88

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 165,96 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 249,52 | g |
| Cukry (glukoza) | 8,32 | g |
| Cukry (fruktoza) | 9,47 | g |
| Cukry (sacharoza) | 31,46 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 33,55 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 33,19 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 12,43 | g |
| Białko | 83,06 | g |
| Błonnik | 36,45 | g |
| Sól | 6,49 | g |

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

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb graham+ sałatka śledziowa+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 662,46 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,64 , Cukry: 14,25 , Tłuszcz ogółem: 34,52 w tym nasycone kwasy

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 ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Jajko sadzone - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 694,44 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,76 , Cukry: 16,62 , Tłuszcz ogółem: 13,81 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,28 , Białko: 25,04 , Błonnik: 16,01 , Sól: ,98

PODWIECZOREK

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), graham+ ser żółty+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 649,16 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 55,24 , Cukry: 4,46 , Tłuszcz ogółem: 30,01 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,95 , Białko: 32,2 , Błonnik: 7,6 , Sól: 2,67

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 | 2 442,06 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 286,08 | g |
| Cukry (glukoza) | 9,27 | g |
| Cukry (fruktoza) | 10,57 | g |
| Cukry (sacharoza) | 31,80 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 39,33 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 35,73 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 13,46 | g |
| Białko | 90,57 | g |
| Błonnik | 42,42 | g |
| Sól | 7,38 | g |

Dieta: D05 ŁATWOS Z OGR.TŁ-WĄTROBOWA D05

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 752,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,32 , Cukry: 17,93 , Tłuszcz ogółem: 17,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,6 , Białko: 33,64 , Błonnik: 3,75 , Sól: 1,77

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 629,69 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,68 , Cukry: 16,53 , Tłuszcz ogółem: 7,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,81 , Białko: 24,84 , Błonnik: 15,88 , Sól: ,98

PODWIECZOREK

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka + dżem+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 602,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 115,68 , Cukry: 23,41 , Tłuszcz ogółem: 5,81 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,6 , Białko: 19,41 , Błonnik: 4,25 , Sól: 1,65

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 052,27 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 343,62 | g |
| Cukry (glukoza) | 14,72 | g |
| Cukry (fruktoza) | 15,96 | g |
| Cukry (sacharoza) | 40,99 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 13,04 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 12,54 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 5,33 | g |
| Białko | 78,79 | g |
| Błonnik | 26,73 | g |
| Sól | 4,41 | g |

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

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 452,64 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,41 , Cukry: ,71 , Tłuszcz ogółem: 13,57 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,96 , Białko: 22,56 , Błonnik: 8,08 , Sól: 1,71

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Jajko - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 629,69 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,68 , Cukry: 16,53 , Tłuszcz ogółem: 7,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,81 , Białko: 24,84 , Błonnik: 15,88 , Sól: ,98

PODWIECZOREK

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

Kolacja

graham+ dżem+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 411,56 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 72,75 , Cukry: 20,61 , Tłuszcz ogółem: 6,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,18 , Białko: 11,35 , Błonnik: 9,23 , Sól: 1,39

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 1 561,40 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 244,79 | g |
| Cukry (glukoza) | 13,62 | g |
| Cukry (fruktoza) | 14,59 | g |

| | |
|--------------------------|---------|
| Cukry (sacharoza) | 23,45 g |
| Tłuszcze (nasycone) | 11,98 g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 10,28 g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 4,75 g |
| Białko | 59,65 g |
| Błonnik | 36,04 g |
| Sól | 4,09 g |

Dieta: D06 BOGATORESZTKOWA D06

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb graham+ sałatka śledziowa+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 708,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,1 , Cukry: 14,31 , Tłuszcz ogółem: 34,86 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,23 , Białko: 23,25 , Błonnik: 8,71 , Sól: 2,62

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Jajko sadzone - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 694,44 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,76 , Cukry: 16,62 , Tłuszcz ogółem: 13,81 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,28 , Białko: 25,04 , Błonnik: 16,01 , Sól: ,98

PODWIECZOREK

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), graham+ ser żółty+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 695,36 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 63,71 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 30,36 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,01 , Białko: 33,86 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,88

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 165,96 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 249,52 | g |
| Cukry (glukoza) | 8,32 | g |
| Cukry (fruktoza) | 9,47 | g |
| Cukry (sacharoza) | 31,46 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 33,55 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 33,19 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 12,43 | g |
| Białko | 83,06 | g |
| Błonnik | 36,45 | g |
| Sól | 6,49 | g |

Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07

ŚNIADANIE

Herbata, Chleb mieszany+ sałatka śledziowa+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 964,96 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 110,33 , Cukry: 3,54 , Tłuszcz ogółem: 37,38 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,69 , Białko: 35,97 , Błonnik: 10,5 , Sól: 3,15

DRUGIE ŚNIADANIE

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Jajko sadzone - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 631,45 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,76 , Cukry: 16,62 , Tłuszcz ogółem: 7,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,82 , Białko: 25,04 , Błonnik: 16,01 , Sól: ,98

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

Bułka + ser żółty+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 748,85 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,73 , Cukry: 4,96 , Tłuszcz ogółem: 22,66 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,55 , Białko: 35,99 , Błonnik: 3,9 , Sól: 3

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 602,76 | kcal |
| Węglowodany przyswajalne | 344,46 | g |
| Cukry (glukoza) | 8,32 | g |
| Cukry (fruktoza) | 9,47 | g |
| Cukry (sacharoza) | 22,63 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 35,25 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 28,42 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 10,22 | g |
| Białko | 111,15 | g |
| Błonnik | 33,26 | g |
| Sól | 7,56 | g |

Dieta: D10 PRZETARTA (zmielona) D10

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, wek+ sałatka śledziowa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 857,62 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,35 , Cukry: 15,11 , Tłuszcz ogółem: 41,18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,11 , Białko: 30,27 , Błonnik: 2,4 , Sól: 2,26

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Jajko gotowane - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 674,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,68 , Cukry: 16,53 , Tłuszcz ogółem: 11,87 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,14 , Białko: 24,84 , Błonnik: 15,88 , Sól: ,98

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), Bułka + dżem+ pomidor - w

tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 748,44 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,85 , Cukry: 24,25 , Tłuszcz ogółem: 22,54 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,28 , Białko: 25,26 , Błonnik: 4,72 , Sól: 1,24

| Dobowa suma wartości odżywczych | Ilość | jm. |
|--|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 355,75 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 311,03 | g |
| Cukry (glukoza) | 14,27 | g |
| Cukry (fruktoza) | 20,96 | g |
| Cukry (sacharoza) | 35,21 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 32,59 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 31,85 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 11,36 | g |
| Białko | 80,97 | g |
| Błonnik | 26,01 | g |
| Sól | 4,49 | g |

Dieta: D1/GL BEZGLUTENOWA D01/GL

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb bezglut+ sałatka śledziowa+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 792,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,71 , Cukry: 43,12 , Tłuszcz ogółem: 33,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,13 , Białko: 16,09 , Błonnik: 3,23 , Sól: 2,92

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Jajko sadzone - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 817,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,37 , Cukry: 16,62 , Tłuszcz ogółem: 26,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,13 , Białko: 24,3 , Błonnik: 15,86 , Sól: ,98

PODWIECZOREK

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

Kolacja

chleb bezgl+ ser żółty+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 488,64 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 44,73 , Cukry: 44,47 , Tłuszcz ogółem: 24,9 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,47 , Białko: 18 , Błonnik: 1,2 , Sól: 1,44

| Dobowa suma wartości odżywczych | Ilość | jm. |
|--|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 1 922,06 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 211,56 | g |
| Cukry (glukoza) | 8,32 | g |
| Cukry (fruktoza) | 9,47 | g |
| Cukry (sacharoza) | 100,21 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 31,46 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 39,36 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 13,13 | g |
| Białko | 56,48 | g |
| Błonnik | 20,94 | g |
| Sól | 3,75 | g |

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

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 577,49 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 64,99 , Cukry: 13,21 , Tłuszcz ogółem: 21,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,43 , Białko: 22,63 , Błonnik: 8,08 , Sól: 1,71

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Jajko sadzone - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 682,94 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,76 , Cukry: 16,62 , Tłuszcz ogółem: 13,81 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,28 , Białko: 22,28 , Błonnik: 16,01 , Sól: ,82

PODWIECZOREK

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), graham+ dżem+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 582,54 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 82,7 , Cukry: 21,97 , Tłuszcz ogółem: 17,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,8 , Białko: 17,32 , Błonnik: 9,23 , Sól: 1,54

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 1 910,47 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 267,39 | g |
| Cukry (glukoza) | 13,65 | g |
| Cukry (fruktoza) | 14,63 | g |
| Cukry (sacharoza) | 37,32 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 25,54 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 20,30 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 6,92 | g |
| Białko | 63,14 | g |
| Błonnik | 36,16 | g |
| Sól | 4,07 | g |

Dieta: D1/ML BEZMLECZNA D01/ML

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb mieszany+ sałatka śledziowa+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 794,76 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,3 , Cukry: 15,34 , Tłuszcz ogółem: 34,92 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,22 , Białko: 23,55 , Błonnik: 8,65 , Sól: 2,85

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Jajko sadzone - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 690,04 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,76 , Cukry: 16,54 , Tłuszcz ogółem: 12,61 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,51 , Białko: 25 , Błonnik: 16,01 , Sól: ,94

PODWIECZOREK

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

Kolacja

Bułka + dżem+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Kawa zbożowa z mlekiem bez laktozy - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 596,88 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,5 , Cukry: 22,05 , Tłuszcz ogółem: 2,43 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,46 , Białko: 19,05 , Błonnik: 4,25 , Sól: 1,45

| Dobowa suma wartości odżywczych | Ilość | jm. |
|---------------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 149,18 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 321,51 | g |
| Cukry (glukoza) | 13,77 | g |
| Cukry (fruktoza) | 14,72 | g |
| Cukry (sacharoza) | 39,23 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 14,22 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 23,90 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 11,97 | g |
| Białko | 68,50 | g |
| Błonnik | 31,76 | g |
| Sól | 5,23 | g |

Dieta: D4/WE WEGETARIAŃSKA D04/WE

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 594,32 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,03 , Cukry: 14,75 , Tłuszcz ogółem: 23,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,15 , Białko: 20,67 , Błonnik: 2,19 , Sól: 1,41

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Jajko sadzone - w tym alergeny (Jaja (jadalne)), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 682,94 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,76 , Cukry: 16,62 , Tłuszcz ogółem: 13,81 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,28 , Białko: 22,28 , Błonnik: 16,01 , Sól: ,82

PODWIECZOREK

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,03 , Białko: ,9 , Błonnik: 2,85 , Sól: 0

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), wek+ dżem+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 599,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,74 , Cukry: 23,51 , Tłuszcz ogółem: 19,61 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,51 , Białko: 15,37 , Błonnik: 3,35 , Sól: 1,24

| Dobowa suma wartości odżywczych | Ilość | jm. |
|---------------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 1 944,08 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 275,48 | g |
| Cukry (glukoza) | 13,65 | g |
| Cukry (fruktoza) | 14,63 | g |
| Cukry (sacharoza) | 40,40 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 26,97 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 23,12 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 7,05 | g |
| Białko | 59,22 | g |
| Błonnik | 24,40 | g |
| Sól | 3,48 | 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 mieszany+ sałatka śledziowa+ rukola | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7) | 5,0 | g |
| | Śledź w oleju *(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 |
| | Cebula | 8,0 | g |
| | Fasolka flageolet, konserwowa | 8,0 | g |
| | Ogórki, konserwowe *(10) | 15,0 | g |
| | Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10) | 5,0 | g |
| | Rukola | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa kalafiorowa z ryżem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 230,0 | g |
| | Ryż biały | 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 |
| Jajko sadzone **(smażenie) | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 | g |
| | Olej rzepakowy | 2,0 | g |
| | Szczypiorek | 5,0 | g |
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 | g |
| Marchew z groszkiem **(duszenie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0 | g |
| | Olej rzepakowy | 5,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 8,0 | g |
| | Groszek zielony | 20,0 | g |
| | Marchew | 160,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--------------------------------|------------|-------|----|
| Mandarynki **(obróbka wstępna) | Mandarynki | 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 |
| Bułka + ser żółty+ pomidor **(obróbka wstępna) | Ser, gouda tłusty *(7) | 60,0 g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 g |
| | Bułki pszenne zwykłe *(1) | 150,0 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+ sałatka śledziowa+ rukola | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7) | 5,0 | g |
| | Śledź w oleju *(4) | 70,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Fasolka flageolet, konserwowa | 8,0 | g |
| | Ogórki, konserwowe *(10) | 15,0 | g |
| | Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10) | 5,0 | g |
| | Rukola | 20,0 | g |
| zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 | g |
| | Kasza manna *(1) | 30,0 | g |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa kalafiorowa z ryżem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 230,0 | g |
| | Ryż biały | 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 |
| Jajko gotowane **(smażenie) | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 | g |
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 | g |
| Marchew z groszkiem **(duszenie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0 | g |
| | Olej rzepakowy | 5,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 8,0 | g |
| | Groszek zielony | 20,0 | g |
| | Marchew | 160,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--------------------------------|------------|-------|----|
| Mandarynki **(obróbka wstępna) | Mandarynki | 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 |
| Bułka + dżem+ pomidor **(obróbka wstępna) | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki pszenne zwykłe *(1) | 150,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Dżem truskawkowy, niskosłodzony | 50,0 | 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 |
| zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 | g |
| | Kasza manna *(1) | 30,0 | g |
| Wek+ pasta z jaj+ pomidor **(obróbka wstępna) | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10) | 10,0 | g |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---|----------------------|------|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa kalafiorowa z ryżem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 230,0 | g |
| | Ryż biały | 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 |
| | Jajko gotowane **(smażenie) | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 |
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 | g |
| Marchew z groszkiem **(duszenie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0 | g |
| | Olej rzepakowy | 5,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 8,0 | g |
| | Groszek zielony | 20,0 | g |
| | Marchew | 160,0 | 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 |
| Bułka + dżem+ pomidor **(obróbka wstępna) | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki pszenne zwykłe *(1) | 150,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Dżem morelowy, niskosłodzony | 50,0 | 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+ sałatka śledziowa+ rukola | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7) | 5,0 | g |
| | Śledź w oleju *(4) | 70,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 | g |
| | Cebula | 8,0 | g |
| | Fasolka flageolet, konserwowa | 8,0 | g |
| | Ogórki, konserwowe *(10) | 15,0 | g |
| | Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10) | 5,0 | g |
| | Rukola | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa kalafiorowa z ryżem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 230,0 | g |
| | Ryż biały | 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 |
| Jajko sadzone **(smażenie) | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 | g |
| | Olej rzepakowy | 2,0 | g |
| | Szczypiorek | 5,0 | g |
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 | g |
| Marchew z groszkiem **(duszenie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0 | g |
| | Olej rzepakowy | 5,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 8,0 | g |
| | Groszek zielony | 20,0 | g |
| | Marchew | 160,0 | g |

**Jadłospis na dzień: 03-04-2026
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Inne składniki

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--------------------------------|------------|-------|----|
| Mandarynki **(obróbka wstępna) | Mandarynki | 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 |
| graham+ ser żółty+ pomidor **(obróbka wstępna) | Ser, gouda tłusty *(7) | 60,0 | 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 |
|---|---|-------|----|
| Herbata z cukrem **(gotowanie) | Cukier | 3,0 | g |
| | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Chleb graham+ sałatka śledziowa+ rukola | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7) | 5,0 | g |
| | Śledź w oleju *(4) | 70,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 100,0 | g |
| | Cebula | 8,0 | g |
| | Fasolka flageolet, konserwowa | 8,0 | g |
| | Ogórki, konserwowe *(10) | 15,0 | g |
| | Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10) | 5,0 | g |
| | Rukola | 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 ryżem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 230,0 | g |
| | Ryż biały | 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 |
| Jajko sadzone **(smażenie) | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 g |
| | Olej rzepakowy | 2,0 g |
| | Szcypiorek | 5,0 g |
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 g |
| Marchew z groszkiem **(duszenie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0 g |
| | Olej rzepakowy | 5,0 g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 8,0 g |
| | Groszek zielony | 20,0 g |
| | Marchew | 160,0 g |
| Inne składniki | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--------------------------------|------------|-------|----|
| Mandarynki **(obróbka wstępna) | Mandarynki | 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 |
| graham+ ser żółty+ pomidor **(obróbka wstę) | Ser, gouda tłusty *(7) | 60,0 | 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 |
| zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 | g |
| | Kasza manna *(1) | 30,0 | g |
| Wek+ pasta z jaj+ pomidor **(obróbka wstę) | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7) | 10,0 | g |
| | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

**Jadłospis na dzień: 03-04-2026
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa kalafiorowa z ryżem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 230,0 | g |
| | Ryż biały | 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 |
| Jajko gotowane **(smażenie) | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 | g |
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 | g |
| Marchew z groszkiem **(duszenie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 8,0 | g |
| | Groszek zielony | 20,0 | g |
| | Marchew | 160,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--------------------------------|------------|-------|----|
| Mandarynki **(obróbka wstępna) | Mandarynki | 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 |
| Bułka + dżem+ pomidor **(obróbka wstępna) | Bułki pszenne zwykłe *(1) | 150,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Dżem morelowy, niskosłodzony | 50,0 | g |
| Inne składniki | | | |

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

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| Herbata **(gotowanie) | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Graham 120+ pasta z jaj+ rukola **(obróbka) | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7) | 10,0 | g |
| | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 5,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 | g |
| | Szczypiorek | 3,0 | g |
| | Rukola | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|--------------------------------|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa kalafiorowa z ryżem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |



| | | |
|----------------------------------|---|---------|
| | Kości, wywar | 230,0 g |
| | Ryż biały | 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 |
| Jajko **(smażenie) | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 g |
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 g |
| Marchew z groszkiem **(duszenie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0 g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 8,0 g |
| | Groszek zielony | 20,0 g |
| | Marchew | 160,0 g |
| Inne składniki | | |

PODWIECZOREK

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

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| graham+ dżem+ pomidor **(obróbka wstępna) | Masło ekstra *(7) | 5,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Dżem morelowy, niskosłodzony | 50,0 | 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+ sałatka śledziowa+ rukola | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7) | 5,0 | g |
| | Śledź w oleju *(4) | 70,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 | g |
| | Cebula | 8,0 | g |
| | Fasolka flageolet, konserwowa | 8,0 | g |
| | Ogórki, konserwowe *(10) | 15,0 | g |
| | Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10) | 5,0 | g |
| | Rukola | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

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



| | | |
|--|---|---------|
| Zupa kalafiorowa z ryżem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 g |
| | Kości, wywar | 230,0 g |
| | Ryż biały | 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 |
| Jajko sadzone **(smażenie) | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 g |
| | Olej rzepakowy | 2,0 g |
| | Szcypiorek | 5,0 g |
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 g |
| Marchew z groszkiem **(duszenie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0 g |
| | Olej rzepakowy | 5,0 g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 8,0 g |
| | Groszek zielony | 20,0 g |
| | Marchew | 160,0 g |
| Inne składniki | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--------------------------------|------------|-------|----|
| Mandarynki **(obróbka wstępna) | Mandarynki | 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 |
| graham+ ser żółty+ pomidor **(obróbka wstępna) | Ser, gouda tłusty *(7) | 60,0 | 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 |
|---|---------------------------------|-------|----|
| Herbata **(gotowanie) | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Chleb mieszany+ sałatka śledziowa+ rukola | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7) | 5,0 | g |
| | Śledź w oleju *(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 |
| | Cebula | 8,0 | g |
| | Fasolka flageolet, konserwowa | 8,0 | g |
| | Ogórki, konserwowe *(10) | 15,0 | g |
| | Rukola | 20,0 | g |
| Zupa mleczna z kaszą **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 | g |



| | | |
|----------------|--------------------------------|--------|
| | Kasza jęczmienna, perlowa *(1) | 30,0 g |
| Inne składniki | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa kalafiorowa z ryżem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 230,0 | g |
| | Ryż biały | 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 |
| Jajko sadzone **(smażenie) | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 | g |
| | Szcypiorek | 5,0 | g |
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 | g |
| Marchew z groszkiem **(duszenie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 8,0 | g |
| | Groszek zielony | 20,0 | g |
| | Marchew | 160,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

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

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|------------------------------|-------|----|
| Bułka + ser żółty+ pomidor **(obróbka wstępna) | Ser, gouda tłusty *(7) | 60,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 5,0 | g |
| | Bułki pszenne zwykłe *(1) | 150,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |
| | Kawa, napar bez cukru *(1) | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Dieta: 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+ sałatka śledziowa | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7) | 5,0 g |
| | Śledź w oleju *(4) | 70,0 g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 60,0 g |
| | Fasolka flageolet, konserwowa | 8,0 g |
| | Ogórki, konserwowe *(10) | 15,0 g |
| | Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10) | 5,0 g |
| zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 g |
| | Kasza manna *(1) | 30,0 g |
| Inne składniki | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa kalafiorowa z ryżem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 230,0 | g |
| | Ryż biały | 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 |
| Jajko gotowane **(smażenie) | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 | g |
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 | g |
| Marchew z groszkiem **(duszenie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0 | g |
| | Olej rzepakowy | 5,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 8,0 | g |
| | Groszek zielony | 20,0 | g |
| | Marchew | 160,0 | 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 |
| Bułka + dżem+ pomidor **(obróbka wstępna) | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki pszenne zwykłe *(1) | 70,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Dżem truskawkowy, niskosłodzony | 50,0 | g |
| Zupa mleczna z kaszą **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 | g |
| | Kasza jęczmienna, perłowa *(1) | 30,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Dieta: D1/GL BEZGLUTENOWA D01/GL



ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---|-------|----|
| Herbata z cukrem **(gotowanie) | Cukier | 10,0 | g |
| | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| Chleb bezglut+ sałatka śledziowa+ rukola | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7) | 5,0 | g |
| | Śledź w oleju *(4) | 70,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Cebula | 8,0 | g |
| | Fasolka flageolet, konserwowa | 8,0 | g |
| | Ogórki, konserwowe *(10) | 15,0 | g |
| | Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10) | 5,0 | g |
| | Rukola | 20,0 | g |
| | Chleb Bezglutenowy *(3, 6) | 100,0 | g |
| | Inne składniki | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---|----------------------|------|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa kalafiorowa z ryżem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 230,0 | g |
| | Ryż biały | 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 |
| | Jajko sadzone **(smażenie) | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 |
| | Olej rzepakowy | 10,0 | g |
| | Szczypiorek | 5,0 | g |
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 | g |
| Marchew z groszkiem **(duszenie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0 | g |
| | Olej rzepakowy | 10,0 | g |
| | Groszek zielony | 20,0 | g |
| | Marchew | 160,0 | g |
| | Skrobia ziemniaczana | 10,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

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

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|----------------------------|-------|----|
| chleb bezgl+ ser żółty+ pomidor **(obróbka) | Ser, gouda tłusty *(7) | 60,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Chleb Bezglutenowy *(3, 6) | 100,0 | g |

Jadłospis na dzień: 03-04-2026
szczegółowy**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

| | | |
|--------------------------------|---------------------------------|---------|
| 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 **(obróbka) | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7) | 10,0 g | |
| | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 g | |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 g | |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 g | |
| | Szczypiorek | 3,0 g | |
| | Rukola | 20,0 g | |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---|---------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 g | |
| Zupa kalafiorowa z ryżem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 g | |
| | Ryż biały | 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 | 230,0 g | |
| Jajko sadzone **(smażenie) | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 g | |
| | Olej rzepakowy | 2,0 g | |
| | Szczypiorek | 5,0 g | |
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 g | |
| Marchew z groszkiem **(duszenie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0 g | |
| | Olej rzepakowy | 5,0 g | |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 8,0 g | |
| | Groszek zielony | 20,0 g | |
| | Marchew | 160,0 g | |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--------------------------------|------------|---------|----|
| Mandarynki **(obróbka wstępna) | Mandarynki | 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 | |



| | | |
|---|------------------------------|---------|
| graham+ dżem+ pomidor **(obróbka wstępna) | Masło ekstra *(7) | 15,0 g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 g |
| | Pomidor | 100,0 g |
| | Dżem morelowy, niskosłodzony | 50,0 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 mieszany+ sałatka śledziowa+ rukola | Śledź w oleju *(4) | 70,0 g | |
| | Chleb zwykły *(1, 7) | 90,0 g | |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 60,0 g | |
| | Cebula | 8,0 g | |
| | Fasolka flageolet, konserwowa | 8,0 g | |
| | Ogórki, konserwowe *(10) | 15,0 g | |
| | Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10) | 5,0 g | |
| | Rukola | 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 ryżem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy | 30,0 g | |
| | Kości, wywar | 230,0 g | |
| | Ryż biały | 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 | |
| Jajko sadzone **(smażenie) | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 g | |
| | Olej rzepakowy | 2,0 g | |
| | Szcypiorek | 5,0 g | |
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 g | |
| Marchew z groszkiem **(duszenie) | Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy | 10,0 g | |
| | Olej rzepakowy | 5,0 g | |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 8,0 g | |
| | Groszek zielony | 20,0 g | |
| | Marchew | 160,0 g | |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

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

**Kolacja**

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|--|-------|----|
| Bułka + dżem+ pomidor **(obróbka wstępna) | Bułki pszenne zwykłe *(1) | 150,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Dżem morelowy, niskosłodzony | 50,0 | 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 |
| wek+ pasta z jaj+ rukola **(obróbka wstępna) | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7) | 10,0 | g |
| | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Szczypiorek | 3,0 | g |
| | Rukola | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa kalafiorowa z ryżem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Ryż biały | 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 | 230,0 | g |
| Jajko sadzone **(smażenie) | Jaja kurze całe *(3) | 60,0 | g |
| | Olej rzepakowy | 2,0 | g |
| | Szczypiorek | 5,0 | g |
| ziemniaki gotowane **(gotowanie) | Ziemniaki, późne | 300,0 | g |
| Marchew z groszkiem **(duszenie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0 | g |
| | Olej rzepakowy | 5,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 8,0 | g |
| | Groszek zielony | 20,0 | g |
| | Marchew | 160,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--------------------------------|------------|-------|----|
| Mandarynki **(obróbka wstępna) | Mandarynki | 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+ dżem+ pomidor **(obróbka wstępna) | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Dżem morelowy, niskosłodzony | 50,0 | g |
| Inne składniki | | | |

** Sposób obróbki potrawy

* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

| | | | | | |
|-----|---|-----|---------------------|-----|---------------------------------|
| 1 | Gluten | 2 | Skorupiaki | 3 | Jaja (jadalne) |
| 4 | Ryba | 5 | Orzeszki ziemne | 6 | Białko sojowe |
| 7 | Białko mleka krowiego | 8 | Orzechy i nasiona | 9 | Seler |
| 10 | Musztarda/gorczyca | 11 | Nasiona sezamu | 12 | 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 |

Jadłospis na dzień: 03-04-2026
szczegółowy



Wojewódzki Szpital Psychiatryczny

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

| | | | | | |
|-----|-------------------------------|-----|--------------------|-----|-------------|
| 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