

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

Herbata z cukrem, chleb miesz+ pasta z jaj i ryb+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 763,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,44 , Cukry: 15,71 , Tłuszcz ogółem: 28,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,37 , Białko: 28,37 , Błonnik: 8,79 , Sól: 2,36

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 815,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 169,29 , Cukry: 31,95 , Tłuszcz ogółem: 3,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,16 , Białko: 19,86 , Błonnik: 10,58 , Sól: ,38

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 668,52 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,44 , Cukry: 5,6 , Tłuszcz ogółem: 21,37 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,59 , Białko: 31,14 , Błonnik: 8,82 , Sól: 2,39

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 464,58 | kcal |
| Węglowodany przyswajalne | 368,47 | g |
| Cukry (glukoza) | 6,53 | g |
| Cukry (fruktoza) | 13,89 | g |
| Cukry (sacharoza) | 36,64 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 32,52 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 20,87 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 7,58 | g |
| Białko | 90,50 | g |
| Błonnik | 28,89 | g |
| Sól | 5,49 | g |

Dieta: D02 ŁATWOSTRAWNA D02**ŚNIADANIE**

Herbata, wek+ pasta z jaj i ryb+ pomidor+ rukola - 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: 898,83 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,32 , Cukry: 4,93 , Tłuszcz ogółem: 37,18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,72 , Białko: 37,87 , Błonnik: 5,22 , Sól: 2,17

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko

mleka krowiego, Seler), Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 815,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 169,29 , Cukry: 31,95 , Tłuszcz ogółem: 3,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,16 , Białko: 19,86 , Błonnik: 10,58 , Sól: ,38

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Kolacja

Kawa zbożowa - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), wek+ kiełbasa zielonogórska+ pomid+ser - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 592,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,97 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 23,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,25 , Białko: 28,67 , Błonnik: 3 , Sól: 1,86

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 523,39 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 355,88 | g |
| Cukry (glukoza) | 6,53 | g |
| Cukry (fruktoza) | 13,89 | g |
| Cukry (sacharoza) | 25,32 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 37,52 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 25,81 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 8,01 | g |
| Białko | 97,53 | g |
| Błonnik | 19,50 | g |
| Sól | 4,78 | g |

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

ŚNIADANIE

Herbata, wek+ pasta z jaj i ryb+ 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: 890,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 92,74 , Cukry: 4,56 , Tłuszcz ogółem: 37,08 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,7 , Białko: 36,95 , Błonnik: 4,65 , Sól: 2,17

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 815,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 169,29 , Cukry: 31,95 , Tłuszcz ogółem: 3,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,16 , Białko: 19,86 , Błonnik: 10,58 , Sól: ,38

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Kolacja

Kawa zbożowa - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), wek+ kiełbasa zielonogórska+ pomid+ser - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 592,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,97 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 23,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,25 , Białko: 28,67 , Błonnik: 3 , Sól: 1,86

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 514,86 | kcal |

| | |
|--------------------------|----------|
| Węglowodny przyswajalne | 355,30 g |
| Cukry (glukoza) | 6,38 g |
| Cukry (fruktoza) | 13,71 g |
| Cukry (sacharoza) | 25,28 g |
| Tłuszcze (nasycone) | 37,50 g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 25,81 g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 7,93 g |
| Białko | 96,61 g |
| Błonnik | 18,93 g |
| Sól | 4,77 g |

Dieta: D03 Z OGR. WĘGLOWOD-CUKRZYCA D03

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, chleb graham+ pasta z jaj i ryb+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 674,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,93 , Cukry: 14,63 , Tłuszcz ogółem: 28,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,32 , Białko: 27,86 , Błonnik: 8,85 , Sól: 2,13

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 815,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 169,29 , Cukry: 31,95 , Tłuszcz ogółem: 3,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,16 , Białko: 19,86 , Błonnik: 10,58 , Sól: ,38

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 579,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,93 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 21,22 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,54 , Białko: 30,63 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,16

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 286,39 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 325,45 | g |
| Cukry (glukoza) | 6,53 | g |
| Cukry (fruktoza) | 13,89 | g |
| Cukry (sacharoza) | 34,48 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 32,41 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 20,90 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 7,35 | g |
| Białko | 89,48 | g |
| Błonnik | 29,01 | g |
| Sól | 5,03 | g |

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

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, chleb graham+ pasta z jaj i ryb+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 628,57 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,49 , Cukry: 14,57 , Tłuszcz ogółem: 28,34 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,25 , Białko: 26,2 , Błonnik: 7,57 , Sól: 1,91

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 815,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 169,29 , Cukry: 31,95 , Tłuszcz ogółem: 3,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,16 , Białko: 19,86 , Błonnik: 10,58 , Sól: ,38

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 533,21 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,48 , Cukry: 4,46 , Tłuszcz ogółem: 20,88 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,47 , Białko: 28,96 , Błonnik: 7,6 , Sól: 1,94

DRUGA KOLACJA

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

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 562,62 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 362,03 | g |
| Cukry (glukoza) | 7,48 | g |
| Cukry (fruktoza) | 14,99 | g |
| Cukry (sacharoza) | 34,82 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 38,19 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 23,44 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 8,38 | g |
| Białko | 96,99 | g |
| Błonnik | 34,98 | g |
| Sól | 5,92 | g |

Dieta: D05 ŁATWOS Z OGR.TŁ-WĄTROBOWA D05

ŚNIADANIE

Herbata, wek+ pasta z jaj i ryb+ pomidor+rukola - 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: 783,08 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,05 , Cukry: 4,76 , Tłuszcz ogółem: 25,38 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,5 , Białko: 37,36 , Błonnik: 4,97 , Sól: 2,17

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 815,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 169,29 , Cukry: 31,95 , Tłuszcz ogółem: 3,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,16 , Białko: 19,86 , Błonnik: 10,58 , Sól: ,38

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Kolacja

Kawa zbożowa - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), wek+ kiełbasa zielonogórska+ pomid+ser - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 480,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,87 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 11,66 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,04 , Białko: 28,56 , Błonnik: 3 , Sól: 1,86

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 295,44 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 355,51 | g |
| Cukry (glukoza) | 6,46 | g |
| Cukry (fruktoza) | 13,81 | g |
| Cukry (sacharoza) | 25,30 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 21,09 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 19,09 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 7,61 | g |
| Białko | 96,91 | g |
| Błonnik | 19,25 | g |
| Sól | 4,77 | g |

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

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 549,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 53,37 , Cukry: 2,13 , Tłuszcz ogółem: 20,86 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,85 , Białko: 27,79 , Błonnik: 8,85 , Sól: 2,12

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 780,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 160,33 , Cukry: 22,94 , Tłuszcz ogółem: 3,08 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,17 , Białko: 19,9 , Błonnik: 10,78 , Sól: ,38

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

Chleb graham+ kiełbasa zielonogórska+ pomid+ser - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 371,01 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 55,95 , Cukry: 3,16 , Tłuszcz ogółem: 6,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,19 , Białko: 24,61 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,01

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 1 791,26 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 278,94 | g |
| Cukry (glukoza) | 6,73 | g |
| Cukry (fruktoza) | 14,43 | g |
| Cukry (sacharoza) | 8,58 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 13,99 | g |

| | |
|--------------------------|---------|
| Tłuszcze (jednonasycone) | 12,22 g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 6,65 g |
| Białko | 78,75 g |
| Błonnik | 28,51 g |
| Sól | 4,76 g |

Dieta: D06 BOGATORESZTKOWA D06

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, chleb graham+ pasta z jaj i ryb+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 674,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,93 , Cukry: 14,63 , Tłuszcz ogółem: 28,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,32 , Białko: 27,86 , Błonnik: 8,85 , Sól: 2,13

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 815,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 169,29 , Cukry: 31,95 , Tłuszcz ogółem: 3,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,16 , Białko: 19,86 , Błonnik: 10,58 , Sól: ,38

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 579,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,93 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 21,22 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,54 , Białko: 30,63 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,16

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 286,39 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 325,45 | g |
| Cukry (glukoza) | 6,53 | g |
| Cukry (fruktoza) | 13,89 | g |
| Cukry (sacharoza) | 34,48 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 32,41 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 20,90 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 7,35 | g |
| Białko | 89,48 | g |
| Błonnik | 29,01 | g |
| Sól | 5,03 | g |

Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07

ŚNIADANIE

Herbata, chleb miesz+ pasta z jaj i ryb+ pomidor+ rukola - 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: 971,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 110,79 , Cukry: 4,47 , Tłuszcz ogółem: 35,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,06 , Białko: 40,34 , Błonnik: 11,04 , Sól: 2,7

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 szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 815,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 169,29 , Cukry: 31,95 , Tłuszcz ogółem: 3,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,16 , Białko: 19,86 , Błonnik: 10,58 , Sól: ,38

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 664,52 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,44 , Cukry: 4,6 , Tłuszcz ogółem: 21,37 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,59 , Białko: 31,14 , Błonnik: 8,82 , Sól: 2,39

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 767,98 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 400,22 | g |
| Cukry (glukoza) | 6,53 | g |
| Cukry (fruktoza) | 13,89 | g |
| Cukry (sacharoza) | 24,40 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 38,58 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 24,22 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 8,24 | g |
| Białko | 109,27 | g |
| Błonnik | 31,14 | g |
| Sól | 6,02 | g |

Dieta: D10 PRZETARTA (zmielona) D10

ŚNIADANIE

Herbata, wek+ pasta z jaj i ryb+ 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: 776,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71 , Cukry: 3,97 , Tłuszcz ogółem: 35,44 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,26 , Białko: 34,16 , Błonnik: 4,18 , Sól: 1,77

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 815,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 169,29 , Cukry: 31,95 , Tłuszcz ogółem: 3,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,16 , Białko: 19,86 , Błonnik: 10,58 , Sól: ,38

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Kolacja

Kawa zbożowa - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), wek+ kiełbasa zielonogórska+ pomid+ser - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 732,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 82,9 , Cukry: 5,56 , Tłuszcz ogółem: 28,02 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,49 , Białko: 37,44 , Błonnik: 4,53 , Sól: 1,8

| Dobowa suma wartości odżywczych | Ilość | jm. |
|--|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 540,61 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 347,48 | g |
| Cukry (glukoza) | 6,45 | g |
| Cukry (fruktoza) | 13,79 | g |
| Cukry (sacharoza) | 25,04 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 40,31 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 26,43 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 7,47 | g |
| Białko | 102,59 | g |
| Błonnik | 19,99 | g |
| Sól | 4,31 | g |

Dieta: D1/GL BEZGLUTENOWA D01/GL

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, chleb bezgl+ pasta z jaj i ryb+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 514,12 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 44,34 , Cukry: 43,44 , Tłuszcz ogółem: 26,61 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,92 , Białko: 17,9 , Błonnik: 1,17 , Sól: ,83

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z makaronem bezglut - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 857,24 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 159,09 , Cukry: 31,88 , Tłuszcz ogółem: 13,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,11 , Białko: 15,51 , Błonnik: 9,74 , Sól: ,37

PODWIECZOREK

Kakao +wafel ryżowy - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 173,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 16,74 , Cukry: ,5 , Tłuszcz ogółem: 6,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,25 , Białko: 10,32 , Błonnik: ,57 , Sól: ,29

Kolacja

Chleb bezgl+ kiełbasa zielonogórska+ pomid+ser - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 411,72 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 46,96 , Cukry: 44,47 , Tłuszcz ogółem: 20,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,84 , Białko: 13,71 , Błonnik: 1,2 , Sól: ,71

| Dobowa suma wartości odżywczych | Ilość | jm. |
|--|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 1 956,49 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 267,13 | g |
| Cukry (glukoza) | 6,53 | g |
| Cukry (fruktoza) | 13,89 | g |
| Cukry (sacharoza) | 99,88 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 40,12 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 22,91 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 4,56 | g |
| Białko | 57,44 | g |
| Błonnik | 12,68 | g |
| Sól | 2,19 | g |

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

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, chleb graham+ pasta z jaj i ryb+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja

(jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 674,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,93 , Cukry: 14,63 , Tłuszcz ogółem: 28,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,32 , Białko: 27,86 , Błonnik: 8,85 , Sól: 2,13

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 804,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 169,29 , Cukry: 31,95 , Tłuszcz ogółem: 3,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,16 , Białko: 17,34 , Błonnik: 10,58 , Sól: ,24

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 579,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,93 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 21,22 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,54 , Białko: 30,63 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,16

Dobowa suma wartości odżywczych

| | Ilość | jm. |
|---------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 148,89 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 310,46 | g |
| Cukry (glukoza) | 6,53 | g |
| Cukry (fruktoza) | 13,89 | g |
| Cukry (sacharoza) | 32,19 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 29,81 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 18,95 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 7,04 | g |
| Białko | 82,27 | g |
| Błonnik | 28,31 | g |
| Sól | 4,76 | g |

Dieta: D1/ML BEZMLECZNA D01/ML

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, chleb miesz+ pasta z jaj i ryb+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 763,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,44 , Cukry: 15,71 , Tłuszcz ogółem: 28,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,37 , Białko: 28,37 , Błonnik: 8,79 , Sól: 2,36

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 812,03 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 169,29 , Cukry: 31,89 , Tłuszcz ogółem: 2,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,59 , Białko: 19,83 , Błonnik: 10,58 , Sól: ,35

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 214,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,04 , Cukry: 3,29 , Tłuszcz ogółem: 2,99 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,41 , Białko: 10,64 , Błonnik: ,7 , Sól: ,08

Kolacja

Chleb mieszany+ kielbasa zielonogórska+ pomid+dżem - 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: 651,96 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,76 , Cukry: 13,49 , Tłuszcz ogółem: 17,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,31 , Białko: 20,95 , Błonnik: 9,02 , Sól: 2,13

| Dobowa suma wartości odżywczych | Ilość | jm. |
|--|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 442,23 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 374,54 | g |
| Cukry (glukoza) | 9,40 | g |
| Cukry (fruktoza) | 16,76 | g |
| Cukry (sacharoza) | 38,22 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 26,69 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 17,78 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 7,32 | g |
| Białko | 79,79 | g |
| Błonnik | 29,09 | g |
| Sól | 4,92 | g |

Dieta: D4/WE WEGETARIAŃSKA D04/WE

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb mieszany+ pasta z jaj+szczypiorek+pomidor+ruk - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 694,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,65 , Cukry: 15,69 , Tłuszcz ogółem: 23,78 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,61 , Białko: 23,38 , Błonnik: 8,62 , Sól: 1,97

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 804,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 169,29 , Cukry: 31,95 , Tłuszcz ogółem: 3,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,16 , Białko: 17,34 , Błonnik: 10,58 , Sól: ,24

PODWIECZOREK

Kakao + ciastko - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 217,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,29 , Cukry: 3,79 , Tłuszcz ogółem: 7,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,39 , Białko: 11,14 , Błonnik: ,7 , Sól: ,36

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 680,99 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,15 , Cukry: 14,85 , Tłuszcz ogółem: 17,81 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,99 , Białko: 27,61 , Błonnik: 9,02 , Sól: 1,82

| Dobowa suma wartości odżywczych | Ilość | jm. |
|--|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 397,02 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne | 377,39 | g |
| Cukry (glukoza) | 9,35 | g |
| Cukry (fruktoza) | 16,70 | g |
| Cukry (sacharoza) | 40,22 | g |
| Tłuszcze (nasycone) | 28,16 | g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 17,90 | g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 6,30 | g |
| Białko | 79,46 | g |
| Błonnik | 28,92 | g |
| Sól | 4,39 | g |

.....
sporządził
/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził



Dieta: D01 PODSTAWOWA D01

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| Herbata z cukrem **(gotowanie) | Cukier | 3,0 | g |
| | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| chleb miesz+ pasta z jaj i ryb+ pomidor+ ruko | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | g |
| | Śledź w oleju *(4) | 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 | 50,0 | g |
| | Szczypiorek | 10,0 | g |
| | Rukola | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---|-----------|-------|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa szparagowa z tartym ciastem **(gotow | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 210,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Fasola szparagowa | 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 |
| | Ryż z jabłkami **(gotowanie) | Ryż biały | 140,0 |
| Jabłko | | 150,0 | g |
| Cukier | | 10,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-------------------------------|------------------------------|-------|----|
| Kakao + ciastko **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 250,0 | g |
| | Kakao 16%, proszek | 10,0 | g |
| | Herbatniki *(1, 3, 7) | 10,0 | 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 zielonogórska+ po | Ser twarogowy chudy *(7) | 50,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb zwykły *(1, 7) | 90,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 60,0 | g |



| | | |
|----------------|-----------------------------|---------|
| | Pomidor | 100,0 g |
| | Kiełbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 g |
| Inne składniki | | |

Dieta: D02 ŁATWOSTRAWNA D02**ŚNIADANIE**

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| Herbata **(gotowanie) | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| wek+ pasta z jaj i ryb+ pomidor+ rukola **(go | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | 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 |
| | Szcypiorek | 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 |
| Zupa szparagowa z tartym ciastem **(gotow | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 210,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Fasola szparagowa | 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 |
| Ryż z jabłkami **(gotowanie) | Ryż biały | 140,0 | g |
| | Jabłko | 150,0 | g |
| | Cukier | 10,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-------------------------------|------------------------------|-------|----|
| Kakao + ciastko **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 250,0 | g |
| | Kakao 16%, proszek | 10,0 | g |
| | Herbatniki *(1, 3, 7) | 10,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |
| | Kawa, napar bez cukru *(1) | 20,0 | g |
| wek+ kiełbasa zielonogórska+ pomid+ser **(| Ser twarogowy chudy *(7) | 50,0 | g |



| | | |
|----------------|-----------------------------|---------|
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 g |
| | Pomidor | 100,0 g |
| | Kiełbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 g |
| Inne składniki | | |

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

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| Herbata **(gotowanie) | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| wek+ pasta z jaj i ryb+ pomidor **(gotowanie) | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | 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 |
| Zupa szparagowa z tartym ciastem **(gotow) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 210,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 | g |
| | Makaron czterojęczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Fasola szparagowa | 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 |
| Ryż z jabłkami **(gotowanie) | Ryż biały | 140,0 | g |
| | Jabłko | 150,0 | g |
| | Cukier | 10,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-------------------------------|------------------------------|-------|----|
| Kakao + ciastko **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 250,0 | g |
| | Kakao 16%, proszek | 10,0 | g |
| | Herbatniki *(1, 3, 7) | 10,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |
| | Kawa, napar bez cukru *(1) | 20,0 | g |
| wek+ kiełbasa zielonogórska+ pomid+ser **(| Ser twarogowy chudy *(7) | 50,0 | g |



| | | |
|----------------|-----------------------------|---------|
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 g |
| | Pomidor | 100,0 g |
| | Kiełbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 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+ pasta z jaj i ryb+ pomidor+ ru | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | g |
| | Śledź w oleju *(4) | 30,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 | g |
| | Pomidor | 50,0 | g |
| | Szczypiorek | 10,0 | g |
| | Rukola | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa szparagowa z tartym ciastem **(gotow | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 210,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Fasola szparagowa | 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 |
| Ryż z jabłkami **(gotowanie) | Ryż biały | 140,0 | g |
| | Jabłko | 150,0 | g |
| | Cukier | 10,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-------------------------------|------------------------------|-------|----|
| Kakao + ciastko **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 250,0 | g |
| | Kakao 16%, proszek | 10,0 | g |
| | Herbatniki *(1, 3, 7) | 10,0 | 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 zielonogórska+ pom | Ser twarogowy chudy *(7) | 50,0 g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 g |
| | Pomidor | 100,0 g |
| | Kiełbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 g |
| Inne składniki | | |

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

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------|---------|----|
| Herbata z cukrem **(gotowanie) | Cukier | 3,0 g | |
| | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 g | |
| chleb graham+ pasta z jaj i ryb+ pomidor+ ru | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 g | |
| | Śledź w oleju *(4) | 30,0 g | |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 g | |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 100,0 g | |
| | Pomidor | 50,0 g | |
| | Szczypiorek | 10,0 g | |
| | Rukola | 20,0 g | |
| Inne składniki | | | |

DRUGIE ŚNIADANIE

| 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 | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---|---------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 g | |
| Zupa szparagowa z tartym ciastem **(gotow | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 g | |
| | Kości, wywar | 210,0 g | |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 g | |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 g | |
| | Fasola szparagowa | 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 | |
| Ryż z jabłkami **(gotowanie) | Ryż biały | 140,0 g | |
| | Jabłko | 150,0 g | |
| | Cukier | 10,0 g | |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-------------------------------|------------------------------|---------|----|
| Kakao + ciastko **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 250,0 g | |



| | | |
|----------------|-----------------------|--------|
| | Kakao 16%, proszek | 10,0 g |
| | Herbatniki *(1, 3, 7) | 10,0 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 zielonogórska+ pom | Ser twarogowy chudy *(7) | 50,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 100,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Kiełbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 | g |
| Inne składniki | | | |

DRUGA KOLACJA

| 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 | | | |

Dieta: D05 ŁATWOS Z OGR.TŁ-WĄTROBOWA D05

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------|-------|----|
| Herbata **(gotowanie) | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| wek+ pasta z jaj i ryb+ pomidor+rukola **(got) | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | g |
| | Śledź w oleju *(4) | 30,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Pomidor | 50,0 | 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 |
| Zupa szparagowa z tartym ciastem **(gotow) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 210,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Fasola szparagowa | 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 |
| | Ryż z jabłkami **(gotowanie) | Ryż biały | 140,0 |



| | | |
|----------------|--------|---------|
| | Jabłko | 150,0 g |
| | Cukier | 10,0 g |
| Inne składniki | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-------------------------------|------------------------------|-------|----|
| Kakao + ciastko **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 250,0 | g |
| | Kakao 16%, proszek | 10,0 | g |
| | Herbatniki *(1, 3, 7) | 10,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |
| | Kawa, napar bez cukru *(1) | 20,0 | g |
| wek+ kielbasa zielonogórska+ pomid+ser ** | Ser twarogowy chudy *(7) | 50,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 100,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Kielbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 | g |
| Inne składniki | | | |

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

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------|-------|----|
| Herbata **(gotowanie) | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| chleb graham+ pasta z jaj i ryb+ pomidor+ ru | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | g |
| | Śledź w oleju *(4) | 30,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 5,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 | g |
| | Pomidor | 50,0 | g |
| | Szczypiorek | 10,0 | g |
| | Rukola | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---|-----------|-------|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa szparagowa z tartym ciastem **(gotow | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 210,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Fasola szparagowa | 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 |
| | Ryż z jabłkami **(gotowanie) | Ryż biały | 140,0 |
| Jabłko | | 160,0 | g |



Inne składniki

PODWIECZOREK

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

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| Chleb graham+ kiełbasa zielonogórska+ pom | Ser twarogowy chudy *(7) | 50,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Kiełbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 | 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+ pasta z jaj i ryb+ pomidor+ ru | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | g |
| | Śledź w oleju *(4) | 30,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 | g |
| | Pomidor | 50,0 | g |
| | Szczypiorek | 10,0 | g |
| | Rukola | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---|-----------|-------|
| Kompot bez cukru **(gotowanie) | Jabłko | 50,0 | g |
| Zupa szparagowa z tartym ciastem **(gotow | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 210,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 | g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Fasola szparagowa | 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 |
| | Ryż z jabłkami **(gotowanie) | Ryż biały | 140,0 |
| Jabłko | | 150,0 | g |
| Cukier | | 10,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

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

Jadłospis na dzień: 30-03-2026
szczegółowy**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

| | | |
|-------------------------------|------------------------------|---------|
| Kakao + ciastko **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 250,0 g |
| | Kakao 16%, proszek | 10,0 g |
| | Herbatniki *(1, 3, 7) | 10,0 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 zielonogórska+ pom | Ser twarogowy chudy *(7) | 50,0 g | |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 g | |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 g | |
| | Pomidor | 100,0 g | |
| | Kiełbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 g | |
| Inne składniki | | | |

Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07**ŚNIADANIE**

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------|---------|----|
| Herbata **(gotowanie) | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 g | |
| chleb mieszc+ pasta z jaj i ryb+ pomidor+ ruko | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 g | |
| | Śledź w oleju *(4) | 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 | 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 | | | |

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 szparagowa z tartym ciastem **(gotow | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 g | |
| | Kości, wywar | 210,0 g | |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 g | |
| | Makaron czterościany *(1, 3) | 30,0 g | |
| | Fasola szparagowa | 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 |
| Ryż z jabłkami **(gotowanie) | Ryż biały | 140,0 g |
| | Jabłko | 150,0 g |
| | Cukier | 10,0 g |
| | Inne składniki | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-------------------------------|------------------------------|-------|----|
| Kakao + ciastko **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 250,0 | g |
| | Kakao 16%, proszek | 10,0 | g |
| | Herbatniki *(1, 3, 7) | 10,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|------------------------------|-------|----|
| Chleb mieszany+ kiełbasa zielonogórska+ po | Ser twarogowy chudy *(7) | 50,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb zwykły *(1, 7) | 90,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 60,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Kiełbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 | g |
| Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |
| | Kawa, napar bez cukru *(1) | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Dieta: D10 PRZETARTA (zmielona) D10

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| Herbata **(gotowanie) | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| wek+ pasta z jaj i ryb+ pomidor **(gotowanie) | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | 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 |
| Zupa szparagowa z tartym ciastem **(gotow | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 210,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 | g |
| | Makaron czterojęczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Fasola szparagowa | 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 |
| Ryż z jabłkami **(gotowanie) | Ryż biały | 140,0 g |
| | Jabłko | 150,0 g |
| | Cukier | 10,0 g |
| Inne składniki | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-------------------------------|------------------------------|-------|----|
| Kakao + ciastko **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 250,0 | g |
| | Kakao 16%, proszek | 10,0 | g |
| | Herbatniki *(1, 3, 7) | 10,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |
| | Kawa, napar bez cukru *(1) | 20,0 | g |
| wek+ kielbasa zielonogórska+ pomid+ser ** | Ser twarogowy chudy *(7) | 50,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Bułki wrocławskie *(1, 11) | 60,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Kielbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 | g |
| zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 300,0 | g |
| | Mąka kukurydziana | 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 bezgl+ pasta z jaj i ryb+ pomidor+ rukol | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | g |
| | Śledź w oleju *(4) | 30,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Pomidor | 50,0 | g |
| | Szczypiorek | 10,0 | 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 szparagowa z makaronem bezglut **(g | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Kości, wywar | 210,0 | g |
| | Fasola szparagowa | 40,0 | g |



| | | |
|------------------------------|---|---------|
| | Pietruszka, liście | 5,0 g |
| | Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9) | 30,0 g |
| | Skrobia ziemniaczana | 20,0 g |
| | Sól biała | 0,1 g |
| | Mieszanka Ziół | 2,0 g |
| | Makaron Bezglutenowy | 30,0 g |
| Ryż z jabłkami **(gotowanie) | Masło ekstra *(7) | 15,0 g |
| | Ryż biały | 140,0 g |
| | Jabłko | 150,0 g |
| | Cukier | 10,0 g |
| Inne składniki | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-----------------------------------|------------------------------|-------|----|
| Kakao +wafel ryżowy **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 250,0 | g |
| | Kakao 16%, proszek | 10,0 | g |
| | Wafle Ryżowe | 30,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------|-------|----|
| Chleb bezgl+ kielbasa zielonogórska+ pomid | Ser twarogowy tłusty | 50,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Chleb Bezglutenowy *(3, 6) | 100,0 | g |
| | Kielbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 | 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 |
| chleb graham+ pasta z jaj i ryb+ pomidor+ ru | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | g |
| | Śledź w oleju *(4) | 30,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 | g |
| | Pomidor | 50,0 | g |
| | Szczypiorek | 10,0 | g |
| | Rukola | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

OBIAD

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



| | | |
|------------------------------|---|---------|
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 g |
| | Fasola szparagowa | 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 | 210,0 g |
| Ryż z jabłkami **(gotowanie) | Ryż biały | 140,0 g |
| | Jabłko | 150,0 g |
| | Cukier | 10,0 g |
| Inne składniki | | |

PODWIECZOREK

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

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|---|------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g |
| | Kawa, napar z cukrem *(1) | 20,0 | g |
| Chleb graham+ kiełbasa zielonogórska+ pom | Ser twarogowy chudy *(7) | 50,0 | g |
| | Masło ekstra *(7) | 15,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 120,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Kiełbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Dieta: D1/ML BEZMLECZNA D01/ML

ŚNIADANIE

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------|-------|----|
| Herbata z cukrem **(gotowanie) | Cukier | 3,0 | g |
| | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g |
| chleb mieszz+ pasta z jaj i ryb+ pomidor+ ruko | Jaja kurze całe *(3) | 90,0 | g |
| | Śledź w oleju *(4) | 30,0 | g |
| | Chleb zwykły *(1, 7) | 90,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 60,0 | g |
| | Pomidor | 50,0 | g |
| | Szcypiorek | 10,0 | 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 szparagowa z tartym ciastem **(gotow | Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy | 30,0 | g |



| | | |
|------------------------------|---|---------|
| | Kości, wywar | 210,0 g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 g |
| | Makaron czterojajeczny *(1, 3) | 30,0 g |
| | Fasola szparagowa | 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 |
| Ryż z jabłkami **(gotowanie) | Ryż biały | 140,0 g |
| | Jabłko | 150,0 g |
| | Cukier | 10,0 g |
| Inne składniki | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-------------------------------|--|-------|----|
| Kakao + ciastko **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy | 250,0 | g |
| | Kakao 16%, proszek | 10,0 | g |
| | Herbatniki *(1, 3, 7) | 10,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Kolacja

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|--|--|-------|----|
| Chleb mieszany+ kiełbasa zielonogórska+ po | Chleb zwykły *(1, 7) | 90,0 | g |
| | Chleb graham *(1, 3, 11) | 60,0 | g |
| | Pomidor | 100,0 | g |
| | Dżem truskawkowy, niskosłodzony | 25,0 | g |
| | Kiełbasa Zielonogórska *(6) | 30,0 | g |
| | Masło Bez Laktozy | 15,0 | g |
| Kawa zbożowa z mlekiem bez laktozy **(got) | Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy | 180,0 | g |
| | Kawa, napar bez cukru *(1) | 20,0 | g |
| Inne składniki | | | |

Dieta: 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 mieszany+pasta z jaj+szczypiorek+po | 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 |
| | Pomidor | 50,0 | 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 |
| Zupa szparagowa z tartym ciastem **(gotow | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 30,0 | g |
| | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 6,0 | g |
| | Makaron czterojęcyczny *(1, 3) | 30,0 | g |
| | Fasola szparagowa | 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 | 210,0 | g |
| Ryż z jabłkami **(gotowanie) | Ryż biały | 140,0 | g |
| | Jabłko | 150,0 | g |
| | Cukier | 10,0 | g |
| Inne składniki | | | |

PODWIECZOREK

| Potrawa | Składnik | Ilość | Jm |
|-------------------------------|------------------------------|-------|----|
| Kakao + ciastko **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 250,0 | g |
| | Kakao 16%, proszek | 10,0 | g |
| | Herbatniki *(1, 3, 7) | 10,0 | 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+ dżem+ pomid+ser **(obrób | 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 |
| | Dżem truskawkowy, niskosłodzony | 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 | Pszenica | P77 | Ryż | P78 | Ser |
| P79 | Skorupiak morski | P80 | Sok jabłkowy | P81 | Truskawka |
| P82 | Tuńczyk | P83 | Warzywa strączkowe | P84 | Wieprzowina |
| P85 | Wiśnia | P86 | Zboża | P87 | Ziarna soi |
| P88 | Ziemniak | P89 | Zioła i przyprawy | P90 | Żyto |
| P91 | Żywność na bazie mleka ssaków | | | | |

.....
sporządził

/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził