

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

Herbata z cukrem, Chleb mieszany+ twarożek ze szczypiorkiem+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 633,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,87 , Cukry: 14,23 , Tłuszcz ogółem: 14,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,95 , Białko: 31,34 , Błonnik: 8,07 , Sól: 1,71

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 639,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,6 , Cukry: 13,6 , Tłuszcz ogółem: 9,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,97 , Białko: 24,4 , Błonnik: 11,48 , Sól: ,68

PODWIECZOREK

Banan

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

Kolacja

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+miód+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 657,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 115,02 , Cukry: 2,54 , Tłuszcz ogółem: 14,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,71 , Białko: 11,88 , Błonnik: 8,82 , Sól: 1,63

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 123,58	kcal
Węglowodany przyswajalne	353,09	g
Cukry (glukoza)	13,49	g
Cukry (fruktoza)	13,45	g
Cukry (sacharoza)	41,83	g
Tłuszcze (nasycone)	19,87	g
Tłuszcze (jednonasycone)	12,41	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,27	g
Białko	69,62	g
Błonnik	31,76	g
Sól	4,03	g

Dieta: D02 ŁATWOSTRAWNA D02**ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Wek+ twarożek ze szczypiorkiem+ pomidor+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 885,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,18 , Cukry: 18,61 , Tłuszcz ogółem: 28,51 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,13 , Białko: 43,06 , Błonnik: 5,89 , Sól: 1,55

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 679,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 119,88 , Cukry: 28,72 , Tłuszcz ogółem: 8,53 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,37 , Białko: 21,35 , Błonnik: 10,7 , Sól: ,42

PODWIECZOREK

Banan

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

Kolacja

Herbata bez cukru, Wek +miód+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 584,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,55 , Cukry: 5,7 , Tłuszcz ogółem: 16,19 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,37 , Białko: 9,4 , Błonnik: 3 , Sól: 1,11

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 342,70	kcal
Węglowodny przyswajalne	369,21	g
Cukry (glukoza)	17,40	g
Cukry (fruktoza)	25,90	g
Cukry (sacharoza)	48,14	g
Tłuszcze (nasycone)	30,12	g
Tłuszcze (jednonasycone)	17,32	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,22	g
Białko	75,82	g
Błonnik	22,99	g
Sól	3,09	g

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

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Wek+ twarożek + pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 872,99 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,43 , Cukry: 18,07 , Tłuszcz ogółem: 28,34 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,1 , Białko: 41,73 , Błonnik: 5,07 , Sól: 1,55

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 679,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 119,88 , Cukry: 28,72 , Tłuszcz ogółem: 8,53 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,37 , Białko: 21,35 , Błonnik: 10,7 , Sól: ,42

PODWIECZOREK

Banan-mus

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

Kolacja

Herbata bez cukru, Wek +miód+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 584,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,55 , Cukry: 5,7 , Tłuszcz ogółem: 16,19 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,37 , Białko: 9,4 , Błonnik: 3 , Sól: 1,11

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 330,69	kcal
Węglowodny przyswajalne	368,46	g
Cukry (glukoza)	17,18	g

Cukry (fruktoza)	25,64 g
Cukry (sacharoza)	48,08 g
Tłuszcze (nasycone)	30,08 g
Tłuszcze (jednonasycone)	17,31 g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,09 g
Białko	74,48 g
Błonnik	22,17 g
Sól	3,09 g

Dieta: D03 Z OGR. WĘGLOWOD-CUKRZYCA D03

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb graham+ twarożek ze szczypiorkiem+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 544,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,35 , Cukry: 13,15 , Tłuszcz ogółem: 14,35 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,9 , Białko: 30,83 , Błonnik: 8,12 , Sól: 1,48

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 639,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,6 , Cukry: 13,6 , Tłuszcz ogółem: 9,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,97 , Białko: 24,4 , Błonnik: 11,48 , Sól: ,68

PODWIECZOREK

Jabłko

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

Kolacja

Herbata bez cukru, Chleb graham+serek topiony+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 559,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,36 , Cukry: ,46 , Tłuszcz ogółem: 26,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,72 , Białko: 17,97 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,45

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 817,83	kcal
Węglowodny przyswajalne	242,47	g
Cukry (glukoza)	7,69	g
Cukry (fruktoza)	14,15	g
Cukry (sacharoza)	19,92	g
Tłuszcze (nasycone)	27,65	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,71	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,42	g
Białko	73,80	g
Błonnik	31,48	g
Sól	4,62	g

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

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb graham+ twarożek ze szczypiorkiem+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 497,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,9 , Cukry: 13,09 , Tłuszcz ogółem: 14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,83 , Białko: 29,17 , Błonnik: 6,85 , Sól: 1,26

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: ,68

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 639,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,6 , Cukry: 13,6 , Tłuszcz ogółem: 9,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,97 , Białko: 24,4 , Błonnik: 11,48 , Sól: ,68

PODWIECZOREK

Jabłko

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

Kolacja

Herbata bez cukru, Chleb graham+serek topiony+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 513,18 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 45,9 , Cukry: ,4 , Tłuszcz ogółem: 26,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,65 , Białko: 16,31 , Błonnik: 7,6 , Sól: 2,23

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	2 093,92	kcal
Węglowodny przyswajalne	279,03	g
Cukry (glukoza)	8,64	g
Cukry (fruktoza)	15,25	g
Cukry (sacharoza)	20,26	g
Tłuszcze (nasycone)	33,42	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,24	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,45	g
Białko	81,31	g
Błonnik	37,45	g
Sól	5,51	g

Dieta: D05 ŁATWOS Z OGR.TŁ-WĄTROBOWA D05

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Wek+ twarożek + pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 760,77 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,32 , Cukry: 18,07 , Tłuszcz ogółem: 16,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,9 , Białko: 41,62 , Błonnik: 5,07 , Sól: 1,55

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 641,61 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 119,84 , Cukry: 28,72 , Tłuszcz ogółem: 4,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,64 , Białko: 21,32 , Błonnik: 10,7 , Sól: ,42

PODWIECZOREK

Banan-mus

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy

Kolacja

Herbata bez cukru, Wek +miód+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 472,48 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 97,45 , Cukry: 5,7 , Tłuszcz ogółem: 4,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,16 , Białko: 9,3 , Błonnik: 3 , Sól: 1,1

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 068,86	kcal
Węglowodny przyswajalne	368,21	g
Cukry (glukoza)	17,18	g
Cukry (fruktoza)	25,64	g
Cukry (sacharoza)	48,08	g
Tłuszcze (nasycone)	10,93	g
Tłuszcze (jednonasycone)	9,47	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,69	g
Białko	74,24	g
Błonnik	22,17	g
Sól	3,08	g

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

ŚNIADANIE

Herbata, graham+ twarożek + pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 394,17 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,16 , Cukry: 3,16 , Tłuszcz ogółem: 2,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,73 , Białko: 30,91 , Błonnik: 8,88 , Sól: 1,49

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 641,61 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 119,84 , Cukry: 28,72 , Tłuszcz ogółem: 4,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,64 , Białko: 21,32 , Błonnik: 10,7 , Sól: ,42

PODWIECZOREK

Jabłko

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

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 455,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,4 , Cukry: 4,16 , Tłuszcz ogółem: 2,27 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,45 , Białko: 11,26 , Błonnik: 8,88 , Sól: 1,4

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 566,44	kcal
Węglowodny przyswajalne	285,56	g
Cukry (glukoza)	11,38	g
Cukry (fruktoza)	26,34	g
Cukry (sacharoza)	12,88	g
Tłuszcze (nasycone)	2,87	g
Tłuszcze (jednonasycone)	2,56	g
Tłuszcze (wielonasycone)	4,39	g
Białko	64,09	g
Błonnik	31,46	g

Dieta: D06 BOGATORESZTKOWA D06

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb graham+ twarożek ze szczypiorkiem+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 544,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,35 , Cukry: 13,15 , Tłuszcz ogółem: 14,35 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,9 , Białko: 30,83 , Błonnik: 8,12 , Sól: 1,48

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 639,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,6 , Cukry: 13,6 , Tłuszcz ogółem: 9,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,97 , Białko: 24,4 , Błonnik: 11,48 , Sól: ,68

PODWIECZOREK

Jabłko

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

Kolacja

Herbata bez cukru, Chleb graham+serek topiony+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 559,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,36 , Cukry: ,46 , Tłuszcz ogółem: 26,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,72 , Białko: 17,97 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,45

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 817,83	kcal
Węglowodny przyswajalne	242,47	g
Cukry (glukoza)	7,69	g
Cukry (fruktoza)	14,15	g
Cukry (sacharoza)	19,92	g
Tłuszcze (nasycone)	27,65	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,71	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,42	g
Białko	73,80	g
Błonnik	31,48	g
Sól	4,62	g

Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb mieszany+ twarożek ze szczypiorkiem+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 899,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 122,29 , Cukry: 15,1 , Tłuszcz ogółem: 22,17 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,9 , Białko: 45,11 , Błonnik: 10,14 , Sól: 2,05

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), Łazanki z pieczarkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 639,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,6 , Cukry: 13,6 , Tłuszcz ogółem: 9,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,97 , Białko: 24,4 , Błonnik: 11,48 , Sól: ,68

PODWIECZOREK

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

Wartość energetyczna: 235,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 42 , Cukry: 30,3 , Tłuszcz ogółem: 3,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,97 , Białko: 7,95 , Błonnik: 2,55 , Sól: ,24

Kolacja

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+miód+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 657,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 115,02 , Cukry: 2,54 , Tłuszcz ogółem: 14,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,71 , Białko: 11,88 , Błonnik: 8,82 , Sól: 1,63

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 530,88	kcal
Węglowodny przyswajalne	394,31	g
Cukry (glukoza)	11,29	g
Cukry (fruktoza)	11,60	g
Cukry (sacharoza)	38,65	g
Tłuszcze (nasycone)	27,92	g
Tłuszcze (jednonasycone)	17,28	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,50	g
Białko	96,14	g
Błonnik	32,98	g
Sól	4,80	g

Dieta: D10 PRZETARTA (zmielona) D10

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Wek+ twarożek ze szczypiorkiem+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 762,39 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,84 , Cukry: 17,65 , Tłuszcz ogółem: 26,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,68 , Białko: 39,34 , Błonnik: 4,85 , Sól: 1,15

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 679,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 119,88 , Cukry: 28,72 , Tłuszcz ogółem: 8,53 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,37 , Białko: 21,35 , Błonnik: 10,7 , Sól: ,42

PODWIECZOREK

Banan-mus

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

Kolacja

Herbata bez cukru, Wek +miód+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 732,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 109,05 , Cukry: 5,81 , Tłuszcz ogółem: 22,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,87 , Białko: 19,98 , Błonnik: 4,35 , Sól: 1,05

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 368,32	kcal
Węglowodny przyswajalne	358,37	g
Cukry (glukoza)	17,32	g

Cukry (fruktoza)	25,80 g
Cukry (sacharoza)	47,47 g
Tłuszcze (nasycone)	33,16 g
Tłuszcze (jednonasycone)	18,51 g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,20 g
Białko	82,67 g
Błonnik	23,30 g
Sól	2,63 g

Dieta: D1/GL BEZGLUTENOWA D01/GL

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb bezgl+ twarożek ze szczypiorkiem+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 582,37 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,64 , Cukry: 62,78 , Tłuszcz ogółem: 25,3 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,92 , Białko: 18,81 , Błonnik: ,45 , Sól: ,18

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 659,03 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,29 , Cukry: 13,53 , Tłuszcz ogółem: 18,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,37 , Białko: 19,95 , Błonnik: 10,64 , Sól: ,67

PODWIECZOREK

Banan

Wartość energetyczna: 242,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,5 , Cukry: 48 , Tłuszcz ogółem: ,53 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,3 , Białko: 2,5 , Błonnik: 4,25 , Sól: ,01

Kolacja

Herbata, Chleb bezgl+miód+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 328,15 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 42,79 , Cukry: 1,1 , Tłuszcz ogółem: 15,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,99 , Białko: 1,44 , Błonnik: 1,2 , Sól: ,1

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 812,04	kcal
Węglowodany przyswajalne	259,21	g
Cukry (glukoza)	15,69	g
Cukry (fruktoza)	15,30	g
Cukry (sacharoza)	94,43	g
Tłuszcze (nasycone)	30,58	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,93	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,26	g
Białko	42,70	g
Błonnik	16,54	g
Sól	0,95	g

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

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb graham+ twarożek ze szczypiorkiem+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 544,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,35 , Cukry: 13,15 , Tłuszcz ogółem: 14,35 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,9 , Białko: 30,83 , Błonnik: 8,12 , Sól: 1,48

OBIAD

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

mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 668,52 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 119,88 , Cukry: 28,72 , Tłuszcz ogółem: 8,53 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,37 , Białko: 18,83 , Błonnik: 10,7 , Sól: ,28

PODWIECZOREK

Banan

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

Kolacja

Herbata bez cukru, Chleb graham+kiełbasa dr+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 408,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 53,76 , Cukry: ,46 , Tłuszcz ogółem: 14,01 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,65 , Białko: 11,22 , Błonnik: 8,88 , Sól: 1,4

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 815,06	kcal
Węglowodny przyswajalne	284,59	g
Cukry (glukoza)	14,89	g
Cukry (fruktoza)	22,78	g
Cukry (sacharoza)	43,06	g
Tłuszcze (nasycone)	22,17	g
Tłuszcze (jednonasycone)	10,43	g
Tłuszcze (wielonasycone)	4,71	g
Białko	62,88	g
Błonnik	31,10	g
Sól	3,16	g

Dieta: D1/ML BEZMLECZNA D01/ML

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb mieszany+ serek homog bez lakt+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 533,52 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,29 , Cukry: 14,14 , Tłuszcz ogółem: 14,01 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,67 , Białko: 11,34 , Błonnik: 7,94 , Sól: 1,61

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 636,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,6 , Cukry: 13,54 , Tłuszcz ogółem: 8,57 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,39 , Białko: 24,37 , Błonnik: 11,48 , Sól: ,65

PODWIECZOREK

Banan

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

Kolacja

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+miód+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 657,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 115,02 , Cukry: 2,54 , Tłuszcz ogółem: 14,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,71 , Białko: 11,88 , Błonnik: 8,82 , Sól: 1,63

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 020,55	kcal
Węglowodny przyswajalne	349,51	g

Cukry (glukoza)	13,46 g
Cukry (fruktoza)	13,41 g
Cukry (sacharoza)	41,76 g
Tłuszcze (nasycone)	19,01 g
Tłuszcze (jednonasycone)	11,95 g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,20 g
Białko	49,58 g
Błonnik	31,64 g
Sól	3,90 g

Dieta: D4/WE WEGETARIAŃSKA D04/WE

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb mieszany+ twarożek ze szczypiorkiem+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 633,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,87 , Cukry: 14,23 , Tłuszcz ogółem: 14,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,95 , Białko: 31,34 , Błonnik: 8,07 , Sól: 1,71

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 628,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,6 , Cukry: 13,6 , Tłuszcz ogółem: 9,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,97 , Białko: 21,88 , Błonnik: 11,48 , Sól: ,54

PODWIECZOREK

Banan

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

Kolacja

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+miód+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 657,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 115,02 , Cukry: 2,54 , Tłuszcz ogółem: 14,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,71 , Białko: 11,88 , Błonnik: 8,82 , Sól: 1,63

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 113,08	kcal
Węglowodny przyswajalne	353,09	g
Cukry (glukoza)	13,49	g
Cukry (fruktoza)	13,45	g
Cukry (sacharoza)	41,83	g
Tłuszcze (nasycone)	19,87	g
Tłuszcze (jednonasycone)	12,41	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,27	g
Białko	67,10	g
Błonnik	31,76	g
Sól	3,89	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+ twaróg ze szczypiorkiem	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Szczypiorek	5,0	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
	Łazanki z pieczarkami **(smażenie)	Olej rzepakowy	5,0
Makaron czterojajeczny *(1, 3)		80,0	g
Kapusta biała		150,0	g
Kapusta kwaszona		30,0	g
Pieczarka uprawna, świeża		40,0	g
Mieszanka Ziół		2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+miód+pomidor **(obróbka w	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Miód pszczele	50,0	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+ twarożek ze szczypiorkiem+ pomidor+	Ser twarogowy półtłusty *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Szczypiorek	20,0	g
	Rukola	20,0	g
Owsianka **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	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
	Makaron z jabłkami **(duszenie)	Masło ekstra *(7)	5,0
Makaron czterojęczny *(1, 3)		80,0	g
Jabłko		220,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek +miód+pomidor **(obróbka wstępna)	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Miód pszczeli	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
Wek+ twarożek + pomidor **(obróbka wstępna)	Ser twarogowy półtłusty *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Owsianka **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	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
Makaron z jabłkami **(duszenie)	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
	Jabłko	220,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek +miód+pomidor **(obróbka wstępna)	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Miód pszczeli	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+ twarożek ze szczypiorkiem+	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g



	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g
	Szczypiorek	5,0 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	
	Łazanki z pieczarkami **(smażenie)	Olej rzepakowy	5,0 g
Makaron czterojajeczny *(1, 3)		80,0 g	
Kapusta biała		150,0 g	
Kapusta kwaszona		30,0 g	
Pieczarka uprawna, świeża		40,0 g	
Mieszanka Ziół		2,0 g	
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g	
Chleb graham+serek topiony+pomidor **(obr)	Ser topiony, edamski *(7)	50,0 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+ twarożek ze szczypiorkiem+	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0 g	



	Szcypiorek	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 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	
Łazanki z pieczarkami **(smażenie)	Olej rzepakowy	5,0 g	
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0 g	
	Kapusta biała	150,0 g	
	Kapusta kwaszona	30,0 g	
	Pieczarka uprawna, świeża	40,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g	
Chleb graham+serek topiony+pomidor **(obr)	Ser topiony, edamski *(7)	50,0 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 **(obróbka)	Masło ekstra *(7)	5,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0 g	
	Pomidor	50,0 g	



Inne składniki

Dieta: D05 ŁATWOS Z OGR.TŁ-WĄTROBOWA D05

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ twarożek + pomidor **(obróbka wstępna)	Ser twarogowy półtłusty *(7)	100,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Owsianka **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	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
Makaron z jabłkami **(duszenie)	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
	Jabłko	220,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek +miód+pomidor **(obróbka wstępna)	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Miód pszczeli	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+ twarożek + pomidor **(obróbka wst	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g



	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g
	Pomidor	100,0 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
Makaron z jabłkami **(duszenie)	Makaron czterojęczny *(1, 3)	80,0	g
	Jabłko	220,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
graham +miód+pomidor **(obróbka wstępna)	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Miód pszczeli	50,0	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+ twarówek ze szczypiorkiem+	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Szcypiorek	5,0	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
Łazanki z pieczarkami **(smażenie)	Olej rzepakowy	5,0 g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0 g
	Kapusta biała	150,0 g
	Kapusta kwaszona	30,0 g
	Pieczarka uprawna, świeża	40,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+serek topiony+pomidor **(obr)	Ser topiony, edamski *(7)	50,0	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 z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+ twarożek ze szczypiorkiem	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Rukola	20,0	g
Owsianka **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(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 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
Łazanki z pieczarkami **(smażenie)	Olej rzepakowy	5,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
	Kapusta biała	150,0	g
	Kapusta kwaszona	30,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	40,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+miód+pomidor **(obróbka w	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Miód pszczeli	50,0	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+ twarożek ze szczypiorkiem+ pomidor *	Ser twarogowy półtłusty *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Szczypiorek	20,0	g

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

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Owsianka **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g
	Płatki owsiane *(1)	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
Makaron z jabłkami **(duszenie)	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
	Jabłko	220,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek +miód+pomidor **(obróbka wstępna)	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Miód pszczeli	50,0	g
Owsianka **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
Inne składniki			

Dieta: D1/GL BEZGLUTENOWA D01/GL**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	15,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb bezgl+ twarożek ze szczypiorkiem+ ru	Ser twarogowy tłusty	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Szcypiorek	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 szparagowa z tartym ciastem **(gotow	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
Łazanki z pieczarkami **(smażenie)	Olej rzepakowy	15,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
	Kapusta biała	150,0	g
	Kapusta kwaszona	30,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	40,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan **(obróbka wstępna)	Banan	250,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata **(gotowanie)	Cukier	10,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb bezgl+miód+pomidor **(obróbka wstę	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Miód pszczeli	50,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	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+ twarożek ze szczypiorkiem+	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Szczypiorek	5,0	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 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
	Woda	210,0	g
Makaron z jabłkami **(duszenie)	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Makaron czterojęczny *(1, 3)	80,0	g
	Jabłko	220,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+kielbasa dr+pomidor **(obrób	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Kiełbasa Drobiowa *(6, 10)	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+ serek homog bez lakt+ ruk	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Rukola	20,0	g
	Serek Homogenizowany Naturalny Bez Laktozy	150,0	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 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
Łazanki z pieczarkami **(smażenie)	Olej rzepakowy	5,0 g
	Makaron czterojęczny *(1, 3)	80,0 g
	Kapusta biała	150,0 g
	Kapusta kwaszona	30,0 g
	Pieczarka uprawna, świeża	40,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+miód+pomidor **(obróbka w	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Miód pszczeli	50,0	g
	Masło Bez Laktozy	15,0	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+ twarożek ze szczypiorkiem	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Szczypiorek	5,0	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 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
	Woda	210,0 g
Łazanki z pieczarkami **(smażenie)	Olej rzepakowy	5,0 g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0 g
	Kapusta biała	150,0 g
	Kapusta kwaszona	30,0 g
	Pieczarka uprawna, świeża	40,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+miód+pomidor **(obróbka w	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Miód pszczeli	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	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