

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

Herbata, Chleb mieszany+ jajko w majonezie+ rukola+ szynka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 731,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 79,12 , Cukry: 3,72 , Tłuszcz ogółem: 28,57 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,02 , Białko: 30,1 , Błonnik: 9,05 , Sól: 3,14

OBIAD

Kompot bez cukru, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak opiekany z ziemniakami, Buraczki z chrzanem

Wartość energetyczna: 823,96 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,14 , Cukry: 21,7 , Tłuszcz ogółem: 25,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,42 , Białko: 48,99 , Błonnik: 12,7 , Sól: 1,11

PODWIECZOREK

makówka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 357,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 42,1 , Cukry: 27,3 , Tłuszcz ogółem: 14,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,78 , Białko: 9,4 , Błonnik: 4,5 , Sól: ,13

Kolacja

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+ pasta z mięsa z warzywami+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 593,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 76,33 , Cukry: 5,21 , Tłuszcz ogółem: 17,44 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,81 , Białko: 25,49 , Błonnik: 9,77 , Sól: 1,81

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 505,59	kcal
Węglowodany przyswajalne	283,69	g
Cukry (glukoza)	3,43	g
Cukry (fruktoza)	5,32	g
Cukry (sacharoza)	49,18	g
Tłuszcze (nasycone)	32,04	g
Tłuszcze (jednonasycone)	34,62	g
Tłuszcze (wielonasycone)	19,01	g
Białko	113,98	g
Błonnik	36,02	g
Sól	6,19	g

Dieta: D02 ŁATWOSTRAWNA D02**ŚNIADANIE**

Herbata, wek+ jajko w jogurcie+ rukola+ szynka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 840,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,31 , Cukry: 4,38 , Tłuszcz ogółem: 29,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,84 , Białko: 39,49 , Błonnik: 5,43 , Sól: 2,67

OBIAD

Kompot bez cukru, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak gotowany z ziemniakami, Buraczki z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 682,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,05 , Cukry: 21,83 , Tłuszcz ogółem: 11,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,99 , Białko: 46,88 , Błonnik: 12,22 , Sól: 1,07

PODWIECZOREK

makówka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 357,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 42,1 , Cukry: 27,3 , Tłuszcz ogółem: 14,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,78 , Białko: 9,4 , Błonnik: 4,5 , Sól: ,13

Kolacja

Herbata bez cukru, wek+ pasta z mięsa z warzywami+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 520,98 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,86 , Cukry: 5,67 , Tłuszcz ogółem: 19,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,47 , Białko: 23,03 , Błonnik: 3,95 , Sól: 1,28

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 400,87	kcal
Węglowodny przyswajalne	283,32	g
Cukry (glukoza)	3,72	g
Cukry (fruktoza)	6,36	g
Cukry (sacharoza)	49,10	g
Tłuszcze (nasycone)	33,08	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,24	g
Tłuszcze (wielonasycone)	14,76	g
Białko	118,80	g
Błonnik	26,10	g
Sól	5,14	g

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

ŚNIADANIE

Herbata, wek+ jajko w jogurcie+ szynka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 835,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,9 , Cukry: 4,18 , Tłuszcz ogółem: 29,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,83 , Białko: 38,98 , Błonnik: 5,11 , Sól: 2,66

OBIAD

Kompot bez cukru, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak gotowany z ziemniakami, Buraczki z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 682,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,05 , Cukry: 21,83 , Tłuszcz ogółem: 11,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,99 , Białko: 46,88 , Błonnik: 12,22 , Sól: 1,07

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

Herbata bez cukru, wek+ pasta z mięsa z warzywami+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 520,98 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,86 , Cukry: 5,67 , Tłuszcz ogółem: 19,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,47 , Białko: 23,03 , Błonnik: 3,95 , Sól: 1,28

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 128,88	kcal
Węglowodny przyswajalne	250,11	g
Cukry (glukoza)	3,64	g

Cukry (fruktoza)	6,26 g
Cukry (sacharoza)	23,28 g
Tłuszcze (nasycone)	31,07 g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,84 g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,53 g
Białko	115,33 g
Błonnik	21,28 g
Sól	5,25 g

Dieta: D03 Z OGR. WĘGLOWOD-CUKRZYCA D03

ŚNIADANIE

Herbata, Chleb graham+ jajko w majonezie+ rukola+ szynka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 642,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,61 , Cukry: 2,64 , Tłuszcz ogółem: 28,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,97 , Białko: 29,59 , Błonnik: 9,11 , Sól: 2,91

OBIAD

Kompot bez cukru, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak opiekany z ziemniakami, Buraczki z chrzanem

Wartość energetyczna: 823,96 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,14 , Cukry: 21,7 , Tłuszcz ogółem: 25,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,42 , Białko: 48,99 , Błonnik: 12,7 , Sól: 1,11

PODWIECZOREK

makówka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 357,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 42,1 , Cukry: 27,3 , Tłuszcz ogółem: 14,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,78 , Białko: 9,4 , Błonnik: 4,5 , Sól: ,13

Kolacja

Herbata bez cukru, Chleb graham+ pasta z mięsa z warzywami+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 504,19 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,82 , Cukry: 4,13 , Tłuszcz ogółem: 17,29 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,76 , Białko: 24,98 , Błonnik: 9,83 , Sól: 1,58

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 327,40	kcal
Węglowodny przyswajalne	240,66	g
Cukry (glukoza)	3,43	g
Cukry (fruktoza)	5,32	g
Cukry (sacharoza)	47,02	g
Tłuszcze (nasycone)	31,93	g
Tłuszcze (jednonasycone)	34,65	g
Tłuszcze (wielonasycone)	18,78	g
Białko	112,96	g
Błonnik	36,14	g
Sól	5,73	g

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

ŚNIADANIE

Herbata, Chleb graham+ jajko w majonezie+ rukola+ szynka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 521,24 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 49,06 , Cukry: 2,58 , Tłuszcz ogółem: 20,25 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,43 , Białko: 27,85 , Błonnik: 7,83 , Sól: 2,69

DRUGIE ŚNIADANIE

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

Nasiona sezamu)

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak opiekany z ziemniakami, Buraczki z chrzanem

Wartość energetyczna: 823,96 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,14 , Cukry: 21,7 , Tłuszcz ogółem: 25,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,42 , Białko: 48,99 , Błonnik: 12,7 , Sól: 1,11

PODWIECZOREK

makówka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 357,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 42,1 , Cukry: 27,3 , Tłuszcz ogółem: 14,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,78 , Białko: 9,4 , Błonnik: 4,5 , Sól: ,13

Kolacja

Herbata bez cukru, Chleb graham+ pasta z mięsa z warzywami+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 383,21 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 46,29 , Cukry: 4,07 , Tłuszcz ogółem: 9,11 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,22 , Białko: 23,26 , Błonnik: 8,55 , Sól: 1,36

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	2 453,91	kcal
Węglowodny przyswajalne	277,07	g
Cukry (glukoza)	4,38	g
Cukry (fruktoza)	6,42	g
Cukry (sacharoza)	47,36	g
Tłuszcze (nasycone)	26,76	g
Tłuszcze (jednonasycone)	32,71	g
Tłuszcze (wielonasycone)	19,58	g
Białko	120,33	g
Błonnik	42,11	g
Sól	6,62	g

Dieta: D05 ŁATWOS Z OGR.TŁ-WĄTROBOWA D05

ŚNIADANIE

Herbata, wek+ jajko w jogurcie+ szynka+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 728,04 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,21 , Cukry: 4,38 , Tłuszcz ogółem: 17,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,63 , Białko: 39,39 , Błonnik: 5,43 , Sól: 2,66

OBIAD

Kompot bez cukru, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak gotowany z ziemniakami, Buraczki z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 717,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,22 , Cukry: 21,85 , Tłuszcz ogółem: 11,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,02 , Białko: 47,89 , Błonnik: 12,45 , Sól: 1,07

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

Kolacja

Herbata, wek+ pasta z mięsa z warzywami+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 408,76 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,75 , Cukry: 5,67 , Tłuszcz ogółem: 7,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,27 , Białko: 22,92 , Błonnik: 3,95 , Sól: 1,28

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 943,80	kcal
Węglowodny przyswajalne	257,48	g
Cukry (glukoza)	3,72	g
Cukry (fruktoza)	6,36	g
Cukry (sacharoza)	23,32	g
Tłuszcze (nasycone)	14,70	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,13	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,28	g
Białko	116,65	g
Błonnik	21,83	g
Sól	5,24	g

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

ŚNIADANIE

Herbata, Graham+ jajko w jogurcie+ szynka+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 453,83 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,31 , Cukry: 1,58 , Tłuszcz ogółem: 9,22 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,23 , Białko: 29,38 , Błonnik: 9,06 , Sól: 2,62

OBIAD

Kompot bez cukru, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak gotowany z ziemniakami, Buraczki z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 699,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 93,22 , Cukry: 21,85 , Tłuszcz ogółem: 9,94 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,88 , Białko: 47,89 , Błonnik: 12,45 , Sól: 1,07

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

Herbata, graham+ pasta z mięsa z warzywami+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 391,96 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,71 , Cukry: 4,13 , Tłuszcz ogółem: 5,55 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,55 , Białko: 24,88 , Błonnik: 9,83 , Sól: 1,57

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 634,80	kcal
Węglowodny przyswajalne	213,54	g
Cukry (glukoza)	3,72	g
Cukry (fruktoza)	6,36	g
Cukry (sacharoza)	18,98	g
Tłuszcze (nasycone)	9,45	g
Tłuszcze (jednonasycone)	9,96	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,11	g
Białko	108,60	g
Błonnik	31,34	g

Dieta: D06 BOGATORESZTKOWA D06

ŚNIADANIE

Herbata, Chleb graham+ jajko w majonezie+ rukola+ szynka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 642,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,61 , Cukry: 2,64 , Tłuszcz ogółem: 28,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,97 , Białko: 29,59 , Błonnik: 9,11 , Sól: 2,91

OBIAD

Kompot bez cukru, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak opiekany z ziemniakami, Buraczki z chrzanem

Wartość energetyczna: 823,96 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,14 , Cukry: 21,7 , Tłuszcz ogółem: 25,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,42 , Białko: 48,99 , Błonnik: 12,7 , Sól: 1,11

PODWIECZOREK

makówka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 357,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 42,1 , Cukry: 27,3 , Tłuszcz ogółem: 14,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,78 , Białko: 9,4 , Błonnik: 4,5 , Sól: ,13

Kolacja

Herbata bez cukru, Chleb graham+ pasta z mięsa z warzywami+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 504,19 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,82 , Cukry: 4,13 , Tłuszcz ogółem: 17,29 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,76 , Białko: 24,98 , Błonnik: 9,83 , Sól: 1,58

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 327,40	kcal
Węglowodny przyswajalne	240,66	g
Cukry (glukoza)	3,43	g
Cukry (fruktoza)	5,32	g
Cukry (sacharoza)	47,02	g
Tłuszcze (nasycone)	31,93	g
Tłuszcze (jednonasycone)	34,65	g
Tłuszcze (wielonasycone)	18,78	g
Białko	112,96	g
Błonnik	36,14	g
Sól	5,73	g

Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07

ŚNIADANIE

Herbata, Chleb mieszany+ jajko w majonezie+ rukola+ szynka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 913,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,9 , Cukry: 4,98 , Tłuszcz ogółem: 27,06 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,24 , Białko: 42 , Błonnik: 11,3 , Sól: 3,48

DRUGIE ŚNIADANIE

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

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

OBIAD

Kompot bez cukru, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak opiekany z ziemniakami, Buraczki z chrzanem

Wartość energetyczna: 823,96 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,14 , Cukry: 21,7 , Tłuszcz ogółem: 25,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,42 , Białko: 48,99 , Błonnik: 12,7 , Sól: 1,11

PODWIECZOREK

makówka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne)), Jogurt naturalny 150g - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 447,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 51,4 , Cukry: 28,8 , Tłuszcz ogółem: 17,23 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,57 , Białko: 15,85 , Błonnik: 4,5 , Sól: ,37

Kolacja

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+ pasta z mięsa z warzywami+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 518,49 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 76,26 , Cukry: 5,21 , Tłuszcz ogółem: 9,61 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,34 , Białko: 25,42 , Błonnik: 9,77 , Sól: 1,8

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 793,36	kcal
Węglowodny przyswajalne	338,00	g
Cukry (glukoza)	3,43	g
Cukry (fruktoza)	5,32	g
Cukry (sacharoza)	53,44	g
Tłuszcze (nasycone)	28,35	g
Tłuszcze (jednonasycone)	34,12	g
Tłuszcze (wielonasycone)	19,49	g
Białko	138,71	g
Błonnik	38,27	g
Sól	7,00	g

Dieta: D10 PRZETARTA (zmielona) D10

ŚNIADANIE

Herbata, wek+ jajko w jogurcie+ szynka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 717,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 73,97 , Cukry: 3,42 , Tłuszcz ogółem: 27,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,38 , Białko: 35,78 , Błonnik: 4,39 , Sól: 2,26

OBIAD

Kompot bez cukru, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak gotowany z ziemniakami, Buraczki z jabłkiem 200 g

Wartość energetyczna: 682,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,05 , Cukry: 21,83 , Tłuszcz ogółem: 11,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,99 , Białko: 46,88 , Błonnik: 12,22 , Sól: 1,07

PODWIECZOREK

makówka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 357,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 42,1 , Cukry: 27,3 , Tłuszcz ogółem: 14,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,78 , Białko: 9,4 , Błonnik: 4,5 , Sól: ,13

Kolacja

Herbata bez cukru, wek+ pasta z mięsa z warzywami+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 660,79 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 72,79 , Cukry: 6,17 , Tłuszcz ogółem: 24,08 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,71 , Białko: 31,8 , Błonnik: 5,48 , Sól: 1,22

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 418,07	kcal
Węglowodny przyswajalne	274,91	g

Cukry (glukoza)	3,64 g
Cukry (fruktoza)	6,26 g
Cukry (sacharoza)	48,82 g
Tłuszcze (nasycone)	35,86 g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,85 g
Tłuszcze (wielonasycone)	14,21 g
Białko	123,85 g
Błonnik	26,59 g
Sól	4,68 g

Dieta: D1/GL BEZGLUTENOWA D01/GL

ŚNIADANIE

Herbata, Chleb bezgl+ jajko w majonezie+ rukola+ szynka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 437,61 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 7,09 , Cukry: 2,48 , Tłuszcz ogółem: 33,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,13 , Białko: 19,76 , Błonnik: 1,44 , Sól: 1,71

OBIAD

Kompot bez cukru, Rosół drobiowy z makaronem bezgl - w tym alergeny (Seler), Kurczak opiekany z ziemniakami, Buraczki z chrzanem

Wartość energetyczna: 949,95 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 79,24 , Cukry: 21,67 , Tłuszcz ogółem: 42,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,54 , Białko: 47,73 , Błonnik: 12,46 , Sól: 1,1

PODWIECZOREK

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

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

Kolacja

Herbata, Chleb bezgl+ pasta z mięsa z warzywami+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 264,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 4,09 , Cukry: 3,77 , Tłuszcz ogółem: 19,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,1 , Białko: 15,06 , Błonnik: 2,15 , Sól: ,28

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 884,96	kcal
Węglowodny przyswajalne	132,07	g
Cukry (glukoza)	3,43	g
Cukry (fruktoza)	5,32	g
Cukry (sacharoza)	21,22	g
Tłuszcze (nasycone)	33,64	g
Tłuszcze (jednonasycone)	46,31	g
Tłuszcze (wielonasycone)	18,16	g
Białko	90,15	g
Błonnik	19,30	g
Sól	3,36	g

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

ŚNIADANIE

Herbata, Chleb graham+ jajko w majonezie+ rukola+ szynka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 642,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,61 , Cukry: 2,64 , Tłuszcz ogółem: 28,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,97 , Białko: 29,59 , Błonnik: 9,11 , Sól: 2,91

OBIAD

Kompot bez cukru, Buraczki z chrzanem, Kurczak gotowany z ziemniakami, Zupa krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler)

Wartość energetyczna: 750,48 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 100,78 , Cukry: 21,46 , Tłuszcz ogółem: 12,83 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,6 , Białko: 45,64 , Błonnik: 13,88 , Sól: ,82

PODWIECZOREK

makówka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 357,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 42,1 , Cukry: 27,3 , Tłuszcz ogółem: 14,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,78 , Białko: 9,4 , Błonnik: 4,5 , Sól: ,13

Kolacja

Herbata bez cukru, Chleb graham+ pasta z mięsa z warzywami+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 504,19 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,82 , Cukry: 4,13 , Tłuszcz ogółem: 17,29 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,76 , Białko: 24,98 , Błonnik: 9,83 , Sól: 1,58

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 253,92	kcal
Węglowodany przyswajalne	255,31	g
Cukry (glukoza)	3,33	g
Cukry (fruktoza)	5,24	g
Cukry (sacharoza)	46,97	g
Tłuszcze (nasycone)	29,11	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,12	g
Tłuszcze (wielonasycone)	16,72	g
Białko	109,61	g
Błonnik	37,32	g
Sól	5,44	g

Dieta: D1/ML BEZMLECZNA D01/ML

ŚNIADANIE

Herbata, Chleb mieszany+ jajko w majonezie+ rukola+ szynka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 726,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 78,62 , Cukry: 3,64 , Tłuszcz ogółem: 28,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,93 , Białko: 29,75 , Błonnik: 9,05 , Sól: 3,13

OBIAD

Kompot bez cukru, Rosół drobiowy z makaronem - w tym alergeny (Seler), Kurczak opiekany z ziemniakami, Buraczki z chrzanem

Wartość energetyczna: 823,96 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,14 , Cukry: 21,7 , Tłuszcz ogółem: 25,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 6,42 , Białko: 48,99 , Błonnik: 12,7 , Sól: 1,11

PODWIECZOREK

makówka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 357,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 42,1 , Cukry: 27,3 , Tłuszcz ogółem: 14,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,78 , Białko: 9,4 , Błonnik: 4,5 , Sól: ,13

Kolacja

Herbata bez cukru, Chleb mieszany+ pasta z mięsa z warzywami+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 593,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 76,33 , Cukry: 5,21 , Tłuszcz ogółem: 17,44 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,81 , Białko: 25,49 , Błonnik: 9,77 , Sól: 1,81

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 500,76	kcal

Węglowodny przyswajalne	283,19 g
Cukry (glukoza)	3,43 g
Cukry (fruktoza)	5,32 g
Cukry (sacharoza)	49,10 g
Tłuszcze (nasycone)	31,94 g
Tłuszcze (jednonasycone)	34,56 g
Tłuszcze (wielonasycone)	19,01 g
Białko	113,64 g
Błonnik	36,02 g
Sól	6,17 g

Dieta: D4/WE WEGETARIAŃSKA D04/WE

ŚNIADANIE

Herbata, Chleb mieszany+ jajko w majonezie+ rukola+ szynka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 672,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 78,62 , Cukry: 3,72 , Tłuszcz ogółem: 26,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,15 , Białko: 20,45 , Błonnik: 9,05 , Sól: 2,29

OBIAD

Kompot bez cukru, Buraczki z chrzanem, Zupa krupnik z jarzyną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Fasolka szparagowa, ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 598,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 110,64 , Cukry: 25,83 , Tłuszcz ogółem: 4,12 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,03 , Białko: 18,27 , Błonnik: 18,96 , Sól: ,43

PODWIECZOREK

makówka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 357,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 42,1 , Cukry: 27,3 , Tłuszcz ogółem: 14,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,78 , Białko: 9,4 , Błonnik: 4,5 , Sól: ,13

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 657,02 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 115,03 , Cukry: 5,24 , Tłuszcz ogółem: 14,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,71 , Białko: 11,87 , Błonnik: 8,82 , Sól: 1,63

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 284,35	kcal
Węglowodny przyswajalne	346,39	g
Cukry (glukoza)	4,47	g
Cukry (fruktoza)	6,99	g
Cukry (sacharoza)	50,64	g
Tłuszcze (nasycone)	24,68	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,83	g
Tłuszcze (wielonasycone)	12,88	g
Białko	59,99	g
Błonnik	41,33	g
Sól	4,49	g

.....
sporządził
/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził



Dieta: D01 PODSTAWOWA D01

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+ jajko w majonezie+ rukola+	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Rukola	20,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Rosół drobiowy z makaronem **(gotowanie)	Kości, wywar	280,0	g
	Makaron czterojajeczny, gotowany	30,0	g
	Pietruszka, liście	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	40,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Kurczak opiekany z ziemniakami **(pieczeni	Mięso z ud kurczaka, ze skórą	200,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Buraczki z chrzanem **(duszenie)	Olej rzepakowy	2,0	g
	Burak	200,0	g
	Chrzan	6,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
makówka **(obróbka wstępna)	Rolada z masą makową	100,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+ pasta z mięsa z warzywami	Wołowina, pieczeń	20,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	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
	Szczypiorek	10,0 g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0 g
Inne składniki		

Dieta: D02 ŁATWOSTRAWNA D02

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+ jajko w jogurcie+ rukola+ szynka **(got)	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	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
Rosół drobiowy z makaronem **(gotowanie)	Kości, wywar	280,0	g
	Makaron czterojęczny, gotowany	30,0	g
	Pietruszka, liście	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	40,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Kurczak gotowany z ziemniakami **(pieczeni)	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	180,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Buraczki z jabłkiem 200 g **(duszenie)	Olej rzepakowy	2,0	g
	Burak	180,0	g
	Jabłko	20,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
makówka **(obróbka wstępna)	Rolada z masą makową	100,0	g
Inne składniki			

Kolacja



Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+ pasta z mięsa z warzywami+pomidor **	Wołowina, pieczeń	20,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	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+ jajko w jogurcie+ szynka **(gotowanie)	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	10,0	g
	zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0
Mąka kukurydziana		30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Rosół drobiowy z makaronem **(gotowanie)	Kości, wywar	280,0	g
	Makaron czterojajeczny, gotowany	30,0	g
	Pietruszka, liście	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	40,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Kurczak gotowany z ziemniakami **(pieczeni)	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	180,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Buraczki z jabłkiem 200 g **(duszenie)	Olej rzepakowy	2,0	g
	Burak	180,0	g
	Jabłko	20,0	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
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+ pasta z mięsa z warzywami+pomidor **	Wołowina, pieczeń	20,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g

Inne składniki

Dieta: D03 Z OGR. WĘGLOWOD-CUKRZYCA D03

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+ jajko w majonezie+ rukola+ s	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Rukola	20,0	g

Inne składniki

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Rosół drobiowy z makaronem **(gotowanie)	Kości, wywar	280,0	g
	Makaron czterojajeczny, gotowany	30,0	g
	Pietruszka, liście	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	40,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Kurczak opiekany z ziemniakami **(pieczeni)	Mięso z ud kurczaka, ze skórą	200,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Buraczki z chrzanem **(duszenie)	Olej rzepakowy	2,0	g
	Burak	200,0	g
	Chrzan	6,0	g

Inne składniki



PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
makówka **(obróbka wstępna)	Rolada z masą makową	100,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+ pasta z mięsa z warzywami+	Wołowina, pieczeń	20,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
Inne składniki			

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

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+ jajko w majonezie+ rukola+ s	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	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
Rosół drobiowy z makaronem **(gotowanie)	Kości, wywar	280,0	g
	Makaron czterojajeczny, gotowany	30,0	g
	Pietruszka, liście	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	40,0	g



	Sól biała	0,1 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Kurczak opiekany z ziemniakami **(pieczeni)	Mięso z ud kurczaka, ze skórą	200,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Ziemniaki, późne	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Buraczki z chrzanem **(duszenie)	Olej rzepakowy	2,0 g
	Burak	200,0 g
	Chrzan	6,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
makówka **(obróbka wstępna)	Rolada z masą makową	100,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+ pasta z mięsa z warzywami+	Wołowina, pieczeń	20,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
Inne składniki			

DRUGA KOLACJA

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
graham 60 g+ masło+ pomidor 50 g **(obrób	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	50,0	g
Inne składniki			

Dieta: D05 ŁATWOS Z OGR.TŁ-WĄTROBOWA D05

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata **(gotowanie)	Cukier	10,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+ jajko w jogurcie+ szynka+ rukola **(got	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	10,0	g

**Jadłospis na dzień: 06-04-2026
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

	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
Rosół drobiowy z makaronem **(gotowanie)	Kości, wywar	280,0	g
	Makaron czterojajeczny, gotowany	30,0	g
	Pietruszka, liście	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	40,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Kurczak gotowany z ziemniakami **(pieczeni)	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	180,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Buraczki z jabłkiem 200 g **(duszenie)	Olej rzepakowy	2,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Burak	180,0	g
	Jabłko	20,0	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
Herbata **(gotowanie)	Cukier	10,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+ pasta z mięsa z warzywami+pomidor **	Wołowina, pieczeń	20,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	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+ jajko w jogurcie+ szynka+ rukola *	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g

**Jadłospis na dzień: 06-04-2026
szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

	Groszek zielony	10,0 g
	Szczypiorek	2,0 g
	Kukurydza, konserwowa	10,0 g
	Ogórki, konserwowe *(10)	10,0 g
	Rukola	20,0 g
Inne składniki		

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Rosół drobiowy z makaronem **(gotowanie)	Kości, wywar	280,0	g
	Makaron czterojajeczny, gotowany	30,0	g
	Pietruszka, liście	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	40,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Kurczak gotowany z ziemniakami **(pieczeni)	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	180,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Buraczki z jabłkiem 200 g **(duszenie)	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Burak	180,0	g
	Jabłko	20,0	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
Herbata **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
graham+ pasta z mięsa z warzywami+pomid	Wołowina, pieczeń	20,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	50,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
Inne składniki			

Dieta: D06 BOGATORESZTKOWA D06**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+ jajko w majonezie+ rukola+ s	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g



	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g
	Groszek zielony	10,0 g
	Szczypiorek	2,0 g
	Kukurydza, konserwowa	10,0 g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0 g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0 g
	Rukola	20,0 g
Inne składniki		

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Rosół drobiowy z makaronem **(gotowanie)	Kości, wywar	280,0	g
	Makaron czterojajeczny, gotowany	30,0	g
	Pietruszka, liście	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	40,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Kurczak opiekany z ziemniakami **(pieczeni)	Mięso z ud kurczaka, ze skórą	200,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Buraczki z chrzanem **(duszenie)	Olej rzepakowy	2,0	g
	Burak	200,0	g
	Chrzan	6,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
makówka **(obróbka wstępna)	Rolada z masą makową	100,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+ pasta z mięsa z warzywami+	Wołowina, pieczeń	20,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
Inne składniki			

Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g



Chleb mieszany+ jajko w majonezie+ rukola+	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0 g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g
	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0 g
	Masło ekstra *(7)	5,0 g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0 g
	Groszek zielony	10,0 g
	Szcypiorek	2,0 g
	Kukurydza, konserwowa	10,0 g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0 g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	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
Jogurt naturalny 150g **(obróbka wstępna)	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	150,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Rosół drobiowy z makaronem **(gotowanie)	Kości, wywar	280,0	g
	Makaron czterojajeczny, gotowany	30,0	g
	Pietruszka, liście	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	40,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Kurczak opiekany z ziemniakami **(pieczeni	Mięso z ud kurczaka, ze skórą	200,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Buraczki z chrzanem **(duszenie)	Olej rzepakowy	2,0	g
	Burak	200,0	g
	Chrzan	6,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
makówka **(obróbka wstępna)	Rolada z masą makową	100,0	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+ pasta z mięsa z warzywami	Wołowina, pieczeń	20,0	g



	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	50,0 g
	Masło ekstra *(7)	5,0 g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Szczypiorek	10,0 g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	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+ jajko w jogurcie+ szynka **(gotowanie)	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	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
Rosół drobiowy z makaronem **(gotowanie)	Kości, wywar	280,0	g
	Makaron czterojajeczny, gotowany	30,0	g
	Pietruszka, liście	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	40,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Kurczak gotowany z ziemniakami **(pieczeni)	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	180,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Buraczki z jabłkiem 200 g **(duszenie)	Olej rzepakowy	2,0	g
	Burak	180,0	g
	Jabłko	20,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
makówka **(obróbka wstępna)	Rolada z masą makową	100,0	g
Inne składniki			



Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+ pasta z mięsa z warzywami+pomidor **	Wołowina, pieczeń	20,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	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 **(gotowanie)	Cukier	10,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb bezgl+ jajko w majonezie+ rukola+ szy	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	20,0	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
Rosół drobiowy z makaronem bezgl **(gotow	Kości, wywar	280,0	g
	Pietruszka, liście	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	40,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron Bezglutenowy	30,0	g
Kurczak opiekany z ziemniakami **(pieczeni	Mięso z ud kurczaka, ze skórą	200,0	g
	Olej rzepakowy	15,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Buraczki z chrzanem **(duszenie)	Olej rzepakowy	10,0	g
	Burak	200,0	g



	Chrzan	6,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata ** (gotowanie)	Cukier	10,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb bezgl+ pasta z mięsa z warzywami+po	Wołowina, pieczeń	20,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
Inne składniki			

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

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata ** (gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+ jajko w majonezie+ rukola+ s	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Rukola	20,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru ** (gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Buraczki z chrzanem ** (duszenie)	Olej rzepakowy	2,0	g
	Burak	200,0	g
	Chrzan	6,0	g
Kurczak gotowany z ziemniakami ** (pieczeni)	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	180,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g



	Mieszanka Ziół	2,0 g
Zupa krupnik z jarzyną **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0 g
	Pietruszka, liście	8,0 g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Woda	250,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
makówka **(obróbka wstępna)	Rolada z masą makową	100,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+ pasta z mięsa z warzywami+	Wołowina, pieczeń	20,0	g
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
Inne składniki			

Dieta: D1/ML BEZMLECZNA D01/ML

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+ jajko w majonezie+ rukola+	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Szczypiorek	2,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	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
Rosół drobiowy z makaronem **(gotowanie)	Kości, wywar	280,0	g
	Makaron czterojęczny, gotowany	30,0	g



	Pietruszka, liście	10,0 g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	40,0 g
	Sól biała	0,1 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Kurczak opiekany z ziemniakami **(pieczeni	Mięso z ud kurczaka, ze skórą	200,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Ziemniaki, późne	300,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Buraczki z chrzanem **(duszenie)	Olej rzepakowy	2,0 g
	Burak	200,0 g
	Chrzan	6,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
makówka **(obróbka wstępna)	Rolada z masą makową	100,0 g	
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g	
Chleb mieszany+ pasta z mięsa z warzywami	Wołowina, pieczeń	20,0 g	
	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	50,0 g	
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
	Szczypiorek	10,0 g	
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0 g	
	Masło Bez Laktozy	15,0 g	
Inne składniki			

Dieta: D4/WE WEGETARIAŃSKA D04/WE

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g	
Chleb mieszany+ jajko w majonezie+ rukola+	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	8,0 g	
	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0 g	
	Groszek zielony	10,0 g	
	Szczypiorek	2,0 g	
	Kukurydza, konserwowa	10,0 g	
	Ogórki, konserwowe *(10)	30,0 g	
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0 g	
	Rukola	20,0 g	
	Inne składniki		



OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Buraczki z chrzanem **(duszenie)	Olej rzepakowy	2,0	g
	Burak	200,0	g
	Chrzan	6,0	g
Zupa krupnik z jarzyną **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Woda	260,0	g
Fasolka szparagowa **(gotowanie)	Fasola szparagowa	200,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
makówka **(obróbka wstępna)	Rolada z masą makową	100,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+ miód+pomidor **(gotowani)	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	Mątwą
P52	Melon	P53	Mięso	P54	Mięso czerwone
P55	Migdał	P56	Nabiał	P57	Nasiona
P58	Olej rybi	P59	Olejek migdałowy	P60	Orzech
P61	Orzech laskowy	P62	Orzech nerkowca	P63	Orzech włoski - orzech
P64	Orzeszki piniowe	P65	Ostryga	P66	Ośmiornica
P67	Owies	P68	Owoc	P69	Owoc cytrusowy
P70	Owoc kiwi	P71	Owoc mango	P72	Papryka
P73	Pistacja	P74	Pomarańcza - owoc	P75	Pomidor
P76	Pszenica	P77	Ryż	P78	Ser
P79	Skorupiak morski	P80	Sok jabłkowy	P81	Truskawka
P82	Tuńczyk	P83	Warzywa strączkowe	P84	Wieprzowina
P85	Wiśnia	P86	Zboża	P87	Ziarna soi
P88	Ziemniak	P89	Zioła i przyprawy	P90	Żyto
P91	Żywność na bazie mleka ssaków				

.....
sporządził
/Morkisz Magdalena/

.....
zatwierdził