

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

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

Wartość energetyczna: 684,69 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,2 , Cukry: 14,29 , Tłuszcz ogółem: 23,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,58 , Białko: 22,93 , Błonnik: 8,02 , Sól: 1,96

**OBIAD**

Kompot bez cukru, Kotlety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa pomidorowa z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 780,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,33 , Cukry: 18,67 , Tłuszcz ogółem: 14,51 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,5 , Białko: 34,21 , Błonnik: 16,08 , Sól: 1,12

**PODWIECZOREK**

Mandarynki

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

**Kolacja**

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka z dżemem, serem twar i pomidorem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 799,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,02 , Cukry: 24,46 , Tłuszcz ogółem: 21,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,69 , Białko: 29,4 , Błonnik: 4,3 , Sól: 1,71

**Dobowa suma wartości odżywczych**

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 332,64	kcal
Węglowodany przyswajalne	334,51	g
Cukry (glukoza)	14,70	g
Cukry (fruktoza)	16,18	g
Cukry (sacharoza)	40,33	g
Tłuszcze (nasycone)	27,80	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,13	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,15	g
Białko	87,44	g
Błonnik	31,25	g
Sól	4,79	g

**Dieta: D02 ŁATWOSTRAWNA D02****ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 865,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 104,07 , Cukry: 15,5 , Tłuszcz ogółem: 31,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,93 , Białko: 32,73 , Błonnik: 4,06 , Sól: 1,78

**OBIAD**

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka

krowiego), Zupa pomidorowa z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Pulpety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba)

Wartość energetyczna: 766,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,54 , Cukry: 18,5 , Tłuszcz ogółem: 9,86 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,19 , Białko: 35,12 , Błonnik: 16,47 , Sól: 1,23

## **PODWIECZOREK**

Mandarynki

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

## **Kolacja**

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka z dżemem, serem twar i pomidorem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 799,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,02 , Cukry: 24,46 , Tłuszcz ogółem: 21,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,69 , Białko: 29,4 , Błonnik: 4,3 , Sól: 1,71

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 499,52	kcal
Węglowodny przyswajalne	358,59	g
Cukry (glukoza)	14,63	g
Cukry (fruktoza)	16,12	g
Cukry (sacharoza)	41,52	g
Tłuszcze (nasycone)	31,83	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,38	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,37	g
Białko	98,15	g
Błonnik	27,68	g
Sól	4,72	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 859,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 103,61 , Cukry: 15,25 , Tłuszcz ogółem: 31,78 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,92 , Białko: 32,09 , Błonnik: 3,66 , Sól: 1,77

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa pomidorowa z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Pulpety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba)

Wartość energetyczna: 766,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,54 , Cukry: 18,5 , Tłuszcz ogółem: 9,86 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,19 , Białko: 35,12 , Błonnik: 16,47 , Sól: 1,23

### **PODWIECZOREK**

Jabłko-mus

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

### **Kolacja**

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka z dżemem, serem twar i pomidorem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 799,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,02 , Cukry: 24,46 , Tłuszcz ogółem: 21,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,69 , Białko: 29,4 , Błonnik: 4,3 , Sól: 1,71

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

**Ilość**      **jm.**

Wartość energetyczna kcal	2 500,94	kcal
Węglowodny przyswajalne	359,32	g
Cukry (glukoza)	14,98	g
Cukry (fruktoza)	21,99	g
Cukry (sacharoza)	35,79	g
Tłuszcze (nasycone)	31,85	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,34	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,41	g
Białko	97,21	g
Błonnik	27,44	g
Sól	4,72	g

---

## **Dieta: D03 Z OGR. WĘGLOWOD-CUKRZYCA D03**

---

### **ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 595,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 64,69 , Cukry: 13,21 , Tłuszcz ogółem: 23,54 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,53 , Białko: 22,42 , Błonnik: 8,08 , Sól: 1,73

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Kotlety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa pomidorowa z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 780,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,33 , Cukry: 18,67 , Tłuszcz ogółem: 14,51 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,5 , Białko: 34,21 , Błonnik: 16,08 , Sól: 1,12

### **PODWIECZOREK**

Mandarynki

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

### **Kolacja**

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), graham z serem top, serem twar i pomidorem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 742,04 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,04 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 34,27 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 21,74 , Białko: 33,81 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,64

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 185,75	kcal
Węglowodny przyswajalne	262,01	g
Cukry (glukoza)	8,95	g
Cukry (fruktoza)	10,43	g
Cukry (sacharoza)	30,81	g
Tłuszcze (nasycone)	35,79	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,41	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,25	g
Białko	91,34	g
Błonnik	35,89	g
Sól	5,49	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 549,37 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,23 , Cukry: 13,15 , Tłuszcz ogółem: 23,19 w tym nasycone kwasy

tłuszczowe 11,46 , Białko: 20,76 , Błonnik: 6,8 , Sól: 1,51

## 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, Kotlety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa pomidorowa z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 780,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,33 , Cukry: 18,67 , Tłuszcz ogółem: 14,51 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,5 , Białko: 34,21 , Błonnik: 16,08 , Sól: 1,12

## PODWIECZOREK

Mandarynki

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

## Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), graham z serem top, serem twar i pomidorem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 695,87 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,58 , Cukry: 4,46 , Tłuszcz ogółem: 33,92 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 21,67 , Białko: 32,15 , Błonnik: 7,6 , Sól: 2,42

## 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	2 461,87	kcal
Węglowodny przyswajalne	298,56	g
Cukry (glukoza)	9,90	g
Cukry (fruktoza)	11,53	g
Cukry (sacharoza)	31,15	g
Tłuszcze (nasycone)	41,57	g
Tłuszcze (jednonasycone)	29,95	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,28	g
Białko	98,85	g
Błonnik	41,86	g
Sól	6,39	g

---

## Dieta: D05 ŁATWOS Z OGR.TŁ-WĄTROBOWA D05

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 736,21 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 104,3 , Cukry: 15,28 , Tłuszcz ogółem: 17,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,63 , Białko: 32,92 , Błonnik: 4,1 , Sól: 1,75

### OBIAD

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa pomidorowa z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Pulpety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba)

Wartość energetyczna: 721,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,54 , Cukry: 18,5 , Tłuszcz ogółem: 5,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,85 , Białko: 35,12 , Błonnik: 16,47 , Sól: 1,23

## **PODWIECZOREK**

Mandarynki

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

## **Kolacja**

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka z dżemem, serem twar i pomidorem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 650,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 116,89 , Cukry: 24,46 , Tłuszcz ogółem: 6,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,74 , Białko: 29,26 , Błonnik: 4,3 , Sól: 1,71

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 175,25	kcal
Węglowodny przyswajalne	358,67	g
Cukry (glukoza)	14,53	g
Cukry (fruktoza)	15,99	g
Cukry (sacharoza)	41,52	g
Tłuszcze (nasycone)	12,25	g
Tłuszcze (jednonasycone)	11,06	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,97	g
Białko	98,21	g
Błonnik	27,73	g
Sól	4,69	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 415,92 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,42 , Cukry: ,49 , Tłuszcz ogółem: 9,67 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,23 , Białko: 22,61 , Błonnik: 8,12 , Sól: 1,71

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa pomidorowa z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Pulpety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba)

Wartość energetyczna: 721,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,54 , Cukry: 18,5 , Tłuszcz ogółem: 5,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,85 , Białko: 35,12 , Błonnik: 16,47 , Sól: 1,23

## **PODWIECZOREK**

Mandarynki

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

## **Kolacja**

graham z dżemem, serem twar i pomidorem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 421,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 73,91 , Cukry: 21,66 , Tłuszcz ogółem: 2,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,59 , Białko: 21,16 , Błonnik: 9,28 , Sól: 1,45

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	1 626,46	kcal
Węglowodny przyswajalne	263,81	g
Cukry (glukoza)	14,53	g

Cukry (fruktoza)	15,99 g
Cukry (sacharoza)	23,93 g
Tłuszcze (nasycone)	5,70 g
Tłuszcze (jednonasycone)	6,55 g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,22 g
Białko	79,80 g
Błonnik	36,73 g
Sól	4,39 g

---

## Dieta: D06 BOGATORESZTKOWA D06

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 595,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 64,69 , Cukry: 13,21 , Tłuszcz ogółem: 23,54 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,53 , Białko: 22,42 , Błonnik: 8,08 , Sól: 1,73

### OBIAD

Kompot bez cukru, Kotlety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa pomidorowa z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 780,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,33 , Cukry: 18,67 , Tłuszcz ogółem: 14,51 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,5 , Białko: 34,21 , Błonnik: 16,08 , Sól: 1,12

### PODWIECZOREK

Mandarynki

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

### Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), graham z serem top, serem twar i pomidorem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 742,04 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,04 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 34,27 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 21,74 , Białko: 33,81 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,64

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 185,75	kcal
Węglowodny przyswajalne	262,01	g
Cukry (glukoza)	8,95	g
Cukry (fruktoza)	10,43	g
Cukry (sacharoza)	30,81	g
Tłuszcze (nasycone)	35,79	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,41	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,25	g
Białko	91,34	g
Błonnik	35,89	g
Sól	5,49	g

---

## Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07

---

### ŚNIADANIE

Chleb mieszany+posta z jaj+szczypiorek+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem, Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 938,19 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 121,54 , Cukry: 15,04 , Tłuszcz ogółem: 29,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,27 , Białko: 35,2 , Błonnik: 9,88 , Sól: 2,3

## 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, Kotlety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa pomidorowa z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 780,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,33 , Cukry: 18,67 , Tłuszcz ogółem: 14,51 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,5 , Białko: 34,21 , Błonnik: 16,08 , Sól: 1,12

## PODWIECZOREK

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

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

## Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka z dżemem, serem twar i pomidorem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 799,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,02 , Cukry: 24,46 , Tłuszcz ogółem: 21,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,69 , Białko: 29,4 , Błonnik: 4,3 , Sól: 1,71

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 776,14	kcal
Węglowodny przyswajalne	388,55	g
Cukry (glukoza)	14,70	g
Cukry (fruktoza)	16,18	g
Cukry (sacharoza)	42,58	g
Tłuszcze (nasycone)	35,65	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,28	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,85	g
Białko	112,96	g
Błonnik	33,11	g
Sól	5,56	g

---

## Dieta: D10 PRZETARTA (zmielona) D10

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 748,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 82,15 , Cukry: 14,74 , Tłuszcz ogółem: 30,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,48 , Białko: 29,53 , Błonnik: 3,34 , Sól: 1,37

### OBIAD

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa pomidorowa z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Pulpety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba)

Wartość energetyczna: 766,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,54 , Cukry: 18,5 , Tłuszcz ogółem: 9,86 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,19 , Białko: 35,12 , Błonnik: 16,47 , Sól: 1,23

### PODWIECZOREK

Jabłko-mus

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

### Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka z dżemem, serem twar i pomidorem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 862,22 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 113,24 , Cukry: 24,37 , Tłuszcz ogółem: 26,83 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,18 , Białko: 36 , Błonnik: 4,9 , Sól: 1,39

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 451,82	kcal
Węglowodny przyswajalne	334,08	g
Cukry (glukoza)	15,08	g
Cukry (fruktoza)	22,12	g
Cukry (sacharoza)	34,97	g
Tłuszcze (nasycone)	34,91	g
Tłuszcze (jednonasycone)	24,35	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,78	g
Białko	101,25	g
Błonnik	27,71	g
Sól	4,00	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 435,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,1 , Cukry: 42,02 , Tłuszcz ogółem: 21,46 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,13 , Białko: 12,46 , Błonnik: ,4 , Sól: ,43

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa pomidorowa z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Kotlety rybne (bezglutenowa) - w tym alergeny (Jaja (jadalne), Ryba)

Wartość energetyczna: 844,15 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 110,31 , Cukry: 18,85 , Tłuszcz ogółem: 24,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,41 , Białko: 33,39 , Błonnik: 15,51 , Sól: 1,04

### **PODWIECZOREK**

Mandarynki

Wartość energetyczna: 90,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 18,6 , Cukry: 18,4 , Tłuszcz ogółem: ,18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,04 , Białko: 1,2 , Błonnik: 3,8 , Sól: ,01

### **Kolacja**

chleb bezgl z dżemem, serem twar i pomidorem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 460,78 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 64,96 , Cukry: 62,97 , Tłuszcz ogółem: 16,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,14 , Białko: 11,34 , Błonnik: 1,6 , Sól: ,15

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	1 830,00	kcal
Węglowodny przyswajalne	236,96	g
Cukry (glukoza)	15,64	g
Cukry (fruktoza)	16,96	g
Cukry (sacharoza)	109,63	g
Tłuszcze (nasycone)	25,72	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,83	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,85	g
Białko	58,39	g
Błonnik	21,31	g
Sól	1,63	g

---

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

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 595,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 64,69 , Cukry: 13,21 , Tłuszcz ogółem: 23,54 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,53 , Białko: 22,42 , Błonnik: 8,08 , Sól: 1,73

### OBIAD

Kompot bez cukru, Kotlety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa pomidorowa z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 768,14 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,33 , Cukry: 18,67 , Tłuszcz ogółem: 14,51 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,5 , Białko: 31,21 , Błonnik: 16,08 , Sól: ,94

### PODWIECZOREK

Mandarynki

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

### Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), graham z dżemem, serem twar i pomidorem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 667,51 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 83,94 , Cukry: 23,03 , Tłuszcz ogółem: 21,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,68 , Białko: 27,21 , Błonnik: 9,28 , Sól: 1,59

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 098,73	kcal
Węglowodny przyswajalne	279,91	g
Cukry (glukoza)	14,70	g
Cukry (fruktoza)	16,18	g
Cukry (sacharoza)	37,82	g
Tłuszcze (nasycone)	27,73	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,13	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,94	g
Białko	81,74	g
Błonnik	36,29	g
Sól	4,27	g

---

## Dieta: D1/ML BEZMLECZNA D01/ML

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 696,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86 , Cukry: 14,29 , Tłuszcz ogółem: 25,11 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,65 , Białko: 22,78 , Błonnik: 8,02 , Sól: 1,97

### OBIAD

Kompot bez cukru, Kotlety rybne - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba), ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa pomidorowa z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 776,24 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,33 , Cukry: 18,59 , Tłuszcz ogółem: 13,31 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,73 , Białko: 34,17 , Błonnik: 16,08 , Sól: 1,07

### PODWIECZOREK

Mandarynki

Wartość energetyczna: 67,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 13,95 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: ,14 w tym nasycone kwasy

## Kolacja

Bułka z dżemem, i pomidorem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Kawa zbożowa z mlekiem bez laktozy - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 707,62 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,06 , Cukry: 23,1 , Tłuszcz ogółem: 14,22 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,67 , Białko: 19,11 , Błonnik: 4,3 , Sól: 1,45

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 248,16	kcal
Węglowodny przyswajalne	331,34	g
Cukry (glukoza)	14,70	g
Cukry (fruktoza)	16,18	g
Cukry (sacharoza)	38,89	g
Tłuszcze (nasycone)	22,08	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,27	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,42	g
Białko	76,96	g
Błonnik	31,25	g
Sól	4,51	g

---

## Dieta: D4/WE WEGETARIAŃSKA D04/WE

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 684,69 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,2 , Cukry: 14,29 , Tłuszcz ogółem: 23,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,58 , Białko: 22,93 , Błonnik: 8,02 , Sól: 1,96

### OBIAD

Kompot bez cukru, ziemniaki gotowane, Marchew z groszkiem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Zupa pomidorowa z ryżem - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Jajko sadzone - w tym alergeny (Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 691,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,5 , Cukry: 18,42 , Tłuszcz ogółem: 13,99 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,32 , Białko: 22,44 , Błonnik: 15,61 , Sól: ,81

### PODWIECZOREK

Mandarynki

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

## Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Bułka z dżemem, serem twar i pomidorem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 799,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,02 , Cukry: 24,46 , Tłuszcz ogółem: 21,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,69 , Białko: 29,4 , Błonnik: 4,3 , Sól: 1,71

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 243,54	kcal
Węglowodny przyswajalne	324,68	g
Cukry (glukoza)	14,65	g
Cukry (fruktoza)	16,15	g
Cukry (sacharoza)	40,17	g
Tłuszcze (nasycone)	28,62	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,86	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,08	g
Białko	75,67	g

Błonnik  
Sól

30,78 g  
4,48 g

---

.....  
sporządził  
/Morkisz Magdalena/

.....  
zatwierdził



**Dieta: D01 PODSTAWOWA D01**

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb mieszany+pastą z jaj+szczypiorek+ruk	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
	Rukola	20,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Kotlety rybne **(smażenie)	Jaja kurze całe *(3)	10,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	5,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Cebula	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Groszek zielony	20,0	g
	Marchew	160,0	g
Zupa pomidorowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	250,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0	g
Bułka z dżemem, serem twar i pomidorem **(	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

**Dieta: D02 ŁATWOSTRAWNA D02****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
wek+pasta z jaj+szczypiorek+rukola **(gotow	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
	Rukola	20,0	g
	Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0
Herbata czarna, napar bez cukru		250,0	g
Zupa mleczna z kaszą **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Groszek zielony	20,0	g
	Marchew	160,0	g
Zupa pomidorowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	250,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Pulpety rybne **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	10,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g



	Bułki pszenne zwykłe *(1)	10,0 g
	Bułka tarta *(1)	10,0 g
	Pietruszka, liście	2,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

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

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0	g
Bułka z dżemem, serem twar i pomidorem **(	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

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

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
wek+pasta z jaj **(gotowanie)	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Zupa mleczna z kaszą **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
Inne składniki			

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Groszek zielony	20,0	g
	Marchew	160,0	g
Zupa pomidorowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	250,0	g
	Ryż biały	30,0	g



	Pietruszka, liście	5,0 g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g
	Sól biała	0,1 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Pulpety rybne **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	10,0 g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	10,0 g
	Bułka tarta *(1)	10,0 g
	Pietruszka, liście	2,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

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

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0	g
Bułka z dżemem, serem twar i pomidorem **(	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

#### Dieta: D03 Z OGR. WĘGLOWOD-CUKRZYCA D03

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb graham+pastą z jaj+szczypiorek+rukol	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
	Rukola	20,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Kotlety rybne **(smażenie)	Jaja kurze całe *(3)	10,0	g



	Morszczuk, świeży *(4)	80,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	5,0 g
	Bułka tarta *(1)	5,0 g
	Cebula	5,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0 g
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0 g
	Groszek zielony	20,0 g
	Marchew	160,0 g
Zupa pomidorowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
	Kości, wywar	250,0 g
	Ryż biały	30,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g
	Sól biała	0,1 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

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

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0	g
graham z serem top, serem twar i pomidore	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Ser topiony, edamski *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

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

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb graham+pastą z jaj+szczypiorek+rukol	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g

**Jadłospis na dzień: 15-05-2026**  
**szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

	Rukola	20,0 g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0 g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g
Inne składniki		

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0 g	
Kotlety rybne **(smażenie)	Jaja kurze całe *(3)	10,0 g	
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0 g	
	Olej rzepakowy	5,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g	
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	5,0 g	
	Bułka tarta *(1)	5,0 g	
	Cebula	5,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0 g	
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0 g	
	Olej rzepakowy	5,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0 g	
	Groszek zielony	20,0 g	
	Marchew	160,0 g	
Zupa pomidorowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g	
	Kości, wywar	250,0 g	
	Ryż biały	30,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g	
	Sól biała	0,1 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g	
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0 g	
graham z serem top, serem twar i pomidore	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0 g	



	Ser topiony, edamski *(7)	50,0 g
	Masło ekstra *(7)	20,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
Inne składniki		

#### DRUGA KOLACJA

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

### Dieta: D05 ŁATWOS Z OGR.TŁ-WĄTROBOWA D05

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
wek+pasta z jaj+szczypiorek+rukola **(gotow	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	10,0 g	
	Jaja kurze całe *(3)	90,0 g	
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g	
	Szczypiorek	5,0 g	
	Rukola	20,0 g	
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0 g	
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g	
Zupa mleczna z kaszą **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g	
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0 g	
Inne składniki			

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0 g	
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0 g	
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0 g	
	Groszek zielony	20,0 g	
	Marchew	160,0 g	
Zupa pomidorowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g	
	Kości, wywar	250,0 g	
	Ryż biały	30,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g	
	Sól biała	0,1 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Pulpety rybne **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	10,0 g
Morszczuk, świeży *(4)		80,0 g	
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		5,0 g	
Bułki pszenne zwykłe *(1)		10,0 g	
Bułka tarta *(1)		10,0 g	



	Pietruszka, liście	2,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0	g
Bułka z dżemem, serem twar i pomidorem **()	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

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

**ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Groszek zielony	20,0	g
	Marchew	160,0	g
Zupa pomidorowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	250,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Pulpety rybne **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	10,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g



	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	10,0 g
	Bułka tarta *(1)	10,0 g
	Pietruszka, liście	2,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g

Inne składniki

#### PODWIECZOREK

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

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
graham z dżemem, serem twar i pomidorem	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

#### Dieta: D06 BOGATORESZTKOWA D06

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb graham+pastą z jaj+szczypiorek+rukol	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
	Rukola	20,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Kotlety rybne **(smażenie)	Jaja kurze całe *(3)	10,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	5,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Cebula	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g

**Jadłospis na dzień: 15-05-2026**  
**szczegółowy****Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0 g
	Groszek zielony	20,0 g
	Marchew	160,0 g
Zupa pomidorowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
	Kości, wywar	250,0 g
	Ryż biały	30,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g
	Sól biała	0,1 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0	g
graham z serem top, serem twar i pomidore	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Ser topiony, edamski *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

**Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb mieszany+pasta z jaj+szczypiorek+ruk	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
	Rukola	20,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Zupa mleczna z kaszą **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(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
Kotlety rybne **(smażenie)	Jaja kurze całe *(3)	10,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	5,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Cebula	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Groszek zielony	20,0	g
	Marchew	160,0	g
Zupa pomidorowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	250,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0	g
Bułka z dżemem, serem twar i pomidorem **	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
Inne składniki			

**Dieta: D10 PRZETARTA (zmielona) D10**



### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
wek+pastą z jaj+szczypiorek+rukola **(gotow)	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
	Rukola	20,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Zupa mleczna z kaszą **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
Inne składniki			

### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Groszek zielony	20,0	g
	Marchew	160,0	g
Zupa pomidorowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	250,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Pulpety rybne **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	10,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	10,0	g
	Bułka tarta *(1)	10,0	g
	Pietruszka, liście	2,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

### PODWIECZOREK

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

### Kolacja

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



Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0 g
Bułka z dżemem, serem twar i pomidorem **	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0 g
	Masło ekstra *(7)	20,0 g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	80,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0 g
Zupa mleczna z kaszą **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0 g
Inne składniki		

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

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb bezglut+pasta z jaj+szczypiorek+rukol	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0 g	
	Jaja kurze całe *(3)	90,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Szczypiorek	3,0 g	
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0 g	
	Rukola	20,0 g	
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0 g	
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	10,0 g	
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g	
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0 g	
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0 g	
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0 g	
	Olej rzepakowy	10,0 g	
	Groszek zielony	20,0 g	
	Marchew	160,0 g	
	Skrobia ziemniaczana	10,0 g	
Zupa pomidorowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g	
	Kości, wywar	250,0 g	
	Ryż biały	30,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g	
	Sól biała	0,1 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
Kotlety rybne (bezglutenowa) **(smażenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0 g	
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0 g	
	Olej rzepakowy	10,0 g	
	Cebula	10,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	



Inne składniki

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
chleb bezgl z dżemem, serem twar i pomidor	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	10,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

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

**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb graham+pastą z jaj+szczypiorek+rukol	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
	Rukola	20,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Kotlety rybne **(smażenie)	Jaja kurze całe *(3)	10,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	5,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Cebula	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Groszek zielony	20,0	g



	Marchew	160,0 g
Zupa pomidorowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g
	Ryż biały	30,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g
	Sól biała	0,1 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Woda	250,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

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

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g	
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0 g	
graham z dżemem, serem twar i pomidorem	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0 g	
	Masło ekstra *(7)	20,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0 g	
Inne składniki			

#### Dieta: D1/ML BEZMLECZNA D01/ML

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb mieszany+pastą z jaj+szczypiorek+ruk	Jaja kurze całe *(3)	90,0 g	
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0 g	
	Szczypiorek	3,0 g	
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	5,0 g	
	Rukola	20,0 g	
	Masło Bez Laktozy	15,0 g	
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0 g	
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g	
Inne składniki			

#### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0 g	
Kotlety rybne **(smażenie)	Jaja kurze całe *(3)	10,0 g	
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0 g	
	Olej rzepakowy	5,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g	



	Bułki pszenne zwykłe *(1)	5,0 g
	Bułka tarta *(1)	5,0 g
	Cebula	5,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0 g
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy	10,0 g
	Olej rzepakowy	5,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0 g
	Groszek zielony	20,0 g
	Marchew	160,0 g
Zupa pomidorowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy	30,0 g
	Kości, wywar	250,0 g
	Ryż biały	30,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0 g
	Sól biała	0,1 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Inne składniki		

#### PODWIECZOREK

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

#### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Bułka z dżemem, i pomidorem **(obróbka wstępna)	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
	Masło Bez Laktozy	15,0	g
Kawa zbożowa z mlekiem bez laktozy **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Inne składniki			

### Dieta: D4/WE WEGETARIAŃSKA D04/WE

#### ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb mieszany+pasta z jaj+szczypiorek+ruk	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
	Rukola	20,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g



Inne składniki

### OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Marchew z groszkiem **(duszenie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	10,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Groszek zielony	20,0	g
	Marchew	160,0	g
Zupa pomidorowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Woda	250,0	g
Jajko sadzone **(smażenie)	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Olej rzepakowy	2,0	g
	Szczypiorek	5,0	g

Inne składniki

### PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Mandarynki **(obróbka wstępna)	Mandarynki	150,0	g

Inne składniki

### Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0	g
Bułka z dżemem, serem twar i pomidorem **()	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Bułki pszenne zwykłe *(1)	150,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g

Inne składniki

\*\* Sposób obróbki potrawy

\* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

1      Gluten

2      Skorupiaki

3      Jaja (jadalne)



4	Ryba	5	Orzeszki ziemne	6	Białko sojowe
7	Białko mleka krowiego	8	Orzechy i nasiona	9	Seler
10	Musztarda/gorczyca	11	Nasiona sezamu	12	Siarczyn i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza	P15	Albumina
P16	Ananas	P17	Arbuz	P18	Aspartam
P19	Banan	P20	Białko jaja kurzego	P21	Borówka
P22	Bób	P23	Brzoskwinia	P24	Cebula
P25	Cynamon	P26	Cytrynian	P27	Czekolada
P28	Czosnek	P29	Dodatek do żywności	P30	Dorsz
P31	Drób	P32	Figi	P33	Gałka muszkatołowa
P34	Glutaminian	P35	Goździk	P36	Grzyb
P37	Homar	P38	Imbir	P39	Jablko
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