



## Dieta: D01 PODSTAWOWA D01

### ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb mieszany+ kielbasa drobiowa+miód+ogórek+rosz - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 623,42 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,99 , Cukry: 16,79 , Tłuszcz ogółem: 14,01 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,67 , Białko: 11,35 , Błonnik: 7,93 , Sól: 2,1

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa pomidorowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Risotto z sosem pieczarkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 866,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 113,38 , Cukry: 13,7 , Tłuszcz ogółem: 21,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,58 , Białko: 43,46 , Błonnik: 13,48 , Sól: ,6

### PODWIECZOREK

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

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

### Kolacja

Chleb mieszany+ser żółty+pomidor+kielbasa szynkowa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 690,27 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,17 , Cukry: 5,6 , Tłuszcz ogółem: 23,12 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,96 , Białko: 28,08 , Błonnik: 8,82 , Sól: 2,76

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 270,59	kcal
Węglowodny przyswajalne	315,83	g
Cukry (glukoza)	5,10	g
Cukry (fruktoza)	7,95	g
Cukry (sacharoza)	24,54	g
Tłuszcze (nasycone)	29,99	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,77	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,63	g
Białko	89,34	g
Błonnik	30,23	g
Sól	5,69	g

## Dieta: D02 ŁATWOSTRAWNA D02

### ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Wek+ kielbasa drobiowa+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 839,79 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 125,33 , Cukry: 17,76 , Tłuszcz ogółem: 23,26 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,28 , Białko: 27,13 , Błonnik: 4,93 , Sól: 2,02

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa pomidorowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko

sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Risotto z sosem pietruszkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 817,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,87 , Cukry: 17,72 , Tłuszcz ogółem: 15,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,6 , Białko: 39,97 , Błonnik: 16,47 , Sól: ,71

## **PODWIECZOREK**

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

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

## **Kolacja**

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+serek śmietankowy+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 767,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71,28 , Cukry: 6,06 , Tłuszcz ogółem: 19,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,51 , Białko: 21,27 , Błonnik: 3 , Sól: 1,84

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 515,15	kcal
Węglowodany przyswajalne	323,78	g
Cukry (glukoza)	6,65	g
Cukry (fruktoza)	9,55	g
Cukry (sacharoza)	26,84	g
Tłuszcze (nasycone)	31,17	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,18	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,46	g
Białko	94,82	g
Błonnik	24,40	g
Sól	4,81	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Wek+ kiełbasa drobiowa+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 759,94 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,46 , Cukry: 17,26 , Tłuszcz ogółem: 23,26 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,28 , Białko: 27,06 , Błonnik: 4,93 , Sól: 2,02

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa pomidorowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Risotto z sosem pietruszkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 772,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,87 , Cukry: 17,72 , Tłuszcz ogółem: 10,38 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,26 , Białko: 39,97 , Błonnik: 16,47 , Sól: ,71

### **PODWIECZOREK**

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

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

### **Kolacja**

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+serek śmietankowy+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 767,39 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71,28 , Cukry: 6,06 , Tłuszcz ogółem: 19,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,51 , Białko: 21,26 , Błonnik: 3 , Sól: 1,84

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 390,27	kcal

Węglowodny przyswajalne	303,91 g
Cukry (glukoza)	6,65 g
Cukry (fruktoza)	9,55 g
Cukry (sacharoza)	26,34 g
Tłuszcze (nasycone)	30,84 g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,03 g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,17 g
Białko	94,74 g
Błonnik	24,40 g
Sól	4,80 g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Chleb graham+ kielbasa drobiowa+ser to+ogórek+rosz - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 530,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,9 , Cukry: 15,21 , Tłuszcz ogółem: 20,23 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,65 , Białko: 14,14 , Błonnik: 7,99 , Sól: 2,39

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa pomidorowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Risotto z sosem pieczarkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 866,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 113,38 , Cukry: 13,7 , Tłuszcz ogółem: 21,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,58 , Białko: 43,46 , Błonnik: 13,48 , Sól: ,6

### **PODWIECZOREK**

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

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

### **Kolacja**

Chleb graham+ser żółty+pomidor+kielbasa szynkowa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 601,16 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 63,66 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 22,96 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,9 , Białko: 27,57 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,53

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 088,11	kcal
Węglowodny przyswajalne	253,23	g
Cukry (glukoza)	5,10	g
Cukry (fruktoza)	7,95	g
Cukry (sacharoza)	21,88	g
Tłuszcze (nasycone)	33,92	g
Tłuszcze (jednonasycone)	24,96	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,59	g
Białko	91,62	g
Błonnik	30,35	g
Sól	5,75	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Chleb graham+ kielbasa drobiowa+ser to+ogórek+rosz - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 483,86 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,44 , Cukry: 15,15 , Tłuszcz ogółem: 19,88 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,58 , Białko: 12,48 , Błonnik: 6,71 , Sól: 2,17

## DRUGIE ŚNIADANIE

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

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

## OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa pomidorowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Risotto z sosem pieczarkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 866,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 113,38 , Cukry: 13,7 , Tłuszcz ogółem: 21,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,58 , Białko: 43,46 , Błonnik: 13,48 , Sól: ,6

## PODWIECZOREK

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

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

## Kolacja

Chleb graham+ser żółty+pomidor+kiełbasa szynkowa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 554,96 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 55,2 , Cukry: 4,46 , Tłuszcz ogółem: 22,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,84 , Białko: 25,91 , Błonnik: 7,6 , Sól: 2,31

## 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	2 364,22	kcal
Węglowodny przyswajalne	289,79	g
Cukry (glukoza)	6,05	g
Cukry (fruktoza)	9,05	g
Cukry (sacharoza)	22,22	g
Tłuszcze (nasycone)	39,70	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,50	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,62	g
Białko	99,13	g
Błonnik	36,32	g
Sól	6,65	g

---

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

---

### ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Wek+ kiełbasa drobiowa+ roszponka+miód - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 727,56 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 125,22 , Cukry: 17,76 , Tłuszcz ogółem: 11,52 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,07 , Białko: 27,03 , Błonnik: 4,93 , Sól: 2,02

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa pomidorowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Risotto z sosem pietruszkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 772,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,87 , Cukry: 17,72 , Tłuszcz ogółem: 10,38 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,26 , Białko: 39,97 , Błonnik: 16,47 , Sól: ,71

## PODWIECZOREK

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

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

## Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+serek śmietankowy+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 655,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 71,18 , Cukry: 6,06 , Tłuszcz ogółem: 7,83 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,3 , Białko: 21,16 , Błonnik: 3 , Sól: 1,84

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 245,69	kcal
Węglowodny przyswajalne	323,57	g
Cukry (glukoza)	6,65	g
Cukry (fruktoza)	9,55	g
Cukry (sacharoza)	26,84	g
Tłuszcze (nasycone)	14,42	g
Tłuszcze (jednonasycone)	12,31	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,82	g
Białko	94,61	g
Błonnik	24,40	g
Sól	4,80	g

---

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

---

### ŚNIADANIE

graham+ kiełbasa drobiowa+ roszonek - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 323,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,96 , Cukry: 1,96 , Tłuszcz ogółem: 3,02 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,67 , Białko: 16,94 , Błonnik: 8,56 , Sól: 1,97

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa pomidorowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Risotto z sosem pietruszkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 755,78 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,29 , Cukry: 17,71 , Tłuszcz ogółem: 10,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,25 , Białko: 39,47 , Błonnik: 16,35 , Sól: ,71

## 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

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

Wartość energetyczna: 542,17 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,26 , Cukry: 3,16 , Tłuszcz ogółem: 2,27 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,45 , Białko: 17,21 , Błonnik: 8,88 , Sól: 1,99

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 711,56	kcal
Węglowodny przyswajalne	233,80	g
Cukry (glukoza)	6,65	g
Cukry (fruktoza)	9,55	g
Cukry (sacharoza)	8,13	g
Tłuszcze (nasycone)	7,15	g

Tłuszcze (jednonasycone)	6,26 g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,02 g
Białko	80,07 g
Błonnik	33,79 g
Sól	4,91 g

---

## **Dieta: D06 BOGATORESZTKOWA D06**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Chleb graham+ kielbasa drobiowa+miód+ogórek+rosz - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 534,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,47 , Cukry: 15,71 , Tłuszcz ogółem: 13,86 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,62 , Białko: 10,84 , Błonnik: 7,99 , Sól: 1,87

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa pomidorowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Risotto z sosem pieczarkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 866,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 113,38 , Cukry: 13,7 , Tłuszcz ogółem: 21,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,58 , Białko: 43,46 , Błonnik: 13,48 , Sól: ,6

### **PODWIECZOREK**

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

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

### **Kolacja**

Chleb graham+ser żółty+pomidor+kielbasa szynkowa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 601,16 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 63,66 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 22,96 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,9 , Białko: 27,57 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,53

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 092,37	kcal
Węglowodny przyswajalne	272,81	g
Cukry (glukoza)	5,10	g
Cukry (fruktoza)	7,95	g
Cukry (sacharoza)	22,38	g
Tłuszcze (nasycone)	29,89	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,81	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,40	g
Białko	88,32	g
Błonnik	30,35	g
Sól	5,23	g

---

## **Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Chleb mieszany+ kielbasa drobiowa+miód+ogórek+rosz - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 880,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 143,84 , Cukry: 18,05 , Tłuszcz ogółem: 20,33 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,35 , Białko: 23,32 , Błonnik: 10,18 , Sól: 2,44

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 100,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 9,4 , Cukry: 0 , Tłuszcz ogółem: 3,76 w tym nasycone kwasy

tłuszczowe 2,38 , Białko: 6,8 , Błonnik: 0 , Sól: ,19

## **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa pomidorowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Risotto z sosem pieczarkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 866,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 113,38 , Cukry: 13,7 , Tłuszcz ogółem: 21,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,58 , Białko: 43,46 , Błonnik: 13,48 , Sól: ,6

## **PODWIECZOREK**

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

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

## **Kolacja**

Chleb mieszany+ser żółty+pomidor+kiełbasa szynkowa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 690,27 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,17 , Cukry: 5,6 , Tłuszcz ogółem: 23,12 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,96 , Białko: 28,08 , Błonnik: 8,82 , Sól: 2,76

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 627,99	kcal
Węglowodny przyswajalne	361,08	g
Cukry (glukoza)	5,10	g
Cukry (fruktoza)	7,95	g
Cukry (sacharoza)	25,80	g
Tłuszcze (nasycone)	36,06	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,13	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,29	g
Białko	108,11	g
Błonnik	32,48	g
Sól	6,22	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Wek+ kiełbasa drobiowa+miód - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 717,99 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,68 , Cukry: 16,8 , Tłuszcz ogółem: 21,52 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,83 , Białko: 23,53 , Błonnik: 3,93 , Sól: 1,62

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa pomidorowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Risotto z sosem pietruszkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 817,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 117,87 , Cukry: 17,72 , Tłuszcz ogółem: 15,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,6 , Białko: 39,97 , Błonnik: 16,47 , Sól: ,71

### **PODWIECZOREK**

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

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

### **Kolacja**

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+serek śmietankowy+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 907,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,21 , Cukry: 6,56 , Tłuszcz ogółem: 24,19 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,75 , Białko: 30,04 , Błonnik: 4,53 , Sól: 1,78

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 533,15	kcal
Węglowodny przyswajalne	315,07	g
Cukry (glukoza)	6,57	g
Cukry (fruktoza)	9,45	g
Cukry (sacharoza)	26,56	g
Tłuszcze (nasycone)	33,96	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,80	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,92	g
Białko	99,99	g
Błonnik	24,93	g
Sól	4,34	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Chleb bezglut+ kielbasa drobiowa+miód+ogórek+rosz - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 374,29 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 55,64 , Cukry: 15,85 , Tłuszcz ogółem: 15,7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,96 , Białko: ,99 , Błonnik: ,31 , Sól: ,57

### **OBIAD**

Zupa pomidorowa z makaronem bezgl - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Risotto z sosem pieczarkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Fasolka szparagowa, Kompot z cukrem

Wartość energetyczna: 923,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 124,61 , Cukry: 46,21 , Tłuszcz ogółem: 25,25 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,67 , Białko: 38,75 , Błonnik: 12,86 , Sól: ,59

### **PODWIECZOREK**

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

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

### **Kolacja**

Chleb bezgl+ser żółty+pomidor+kielbasa szynkowa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 315,17 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,56 , Cukry: 15,3 , Tłuszcz ogółem: 21,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,1 , Białko: 11,73 , Błonnik: 1,2 , Sól: 1,09

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	1 702,50	kcal
Węglowodny przyswajalne	205,11	g
Cukry (glukoza)	6,34	g
Cukry (fruktoza)	10,57	g
Cukry (sacharoza)	61,95	g
Tłuszcze (nasycone)	32,52	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,00	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,68	g
Białko	57,92	g
Błonnik	14,37	g
Sól	2,49	g

---

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

---

## ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb graham+ kielbasa drobiowa+miód+ogórek+rosz - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 534,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,47 , Cukry: 15,71 , Tłuszcz ogółem: 13,86 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,62 , Białko: 10,84 , Błonnik: 7,99 , Sól: 1,87

## OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa pomidorowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Risotto z sosem pieczarkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 854,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 113,38 , Cukry: 13,7 , Tłuszcz ogółem: 21,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,58 , Białko: 40,58 , Błonnik: 13,48 , Sól: ,43

## PODWIECZOREK

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

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

## Kolacja

Chleb graham+ser śmietan+pomidor+kielbasa szynkowa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 783,54 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,24 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 18,64 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,17 , Białko: 28,09 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,68

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 262,75	kcal
Węglowodny przyswajalne	276,39	g
Cukry (glukoza)	5,10	g
Cukry (fruktoza)	7,95	g
Cukry (sacharoza)	22,38	g
Tłuszcze (nasycone)	27,15	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,35	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,28	g
Białko	85,96	g
Błonnik	30,35	g
Sól	5,21	g

---

## Dieta: D1/ML BEZMLECZNA D01/ML

---

## ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb mieszany+ kielbasa drobiowa+miód+ogórek+rosz - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 623,42 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,99 , Cukry: 16,79 , Tłuszcz ogółem: 14,01 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,67 , Białko: 11,35 , Błonnik: 7,93 , Sól: 2,1

## OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa pomidorowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Risotto z sosem pieczarkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 861,42 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 113,38 , Cukry: 13,6 , Tłuszcz ogółem: 19,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,62 , Białko: 43,41 , Błonnik: 13,48 , Sól: ,54

## PODWIECZOREK

Jogurt naturalny bez laktozy

Wartość energetyczna: 97,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 7,95 , Cukry: 0 , Tłuszcz ogółem: 3 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3 , Białko: 6,3 , Błonnik: 0 , Sól: ,15

## Kolacja

Chleb mieszany+dżem+pomidor+kielbasa szynkowa - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa z mlekiem bez laktozy - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 697,36 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,46 , Cukry: 22,74 , Tłuszcz ogółem: 15,49 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,08 , Białko: 22,29 , Błonnik: 9,22 , Sól: 2,11

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 182,20	kcal
Węglowodny przyswajalne	323,82	g
Cukry (glukoza)	10,85	g
Cukry (fruktoza)	13,70	g
Cukry (sacharoza)	28,58	g
Tłuszcze (nasycone)	22,37	g
Tłuszcze (jednonasycone)	18,74	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,33	g
Białko	77,05	g
Błonnik	30,63	g
Sól	4,75	g

---

## Dieta: D4/WE WEGETARIAŃSKA D04/WE

---

### ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb mieszany+ awokado+miód+ogórek+rosz - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 792,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,08 , Cukry: 17,29 , Tłuszcz ogółem: 28,65 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,47 , Białko: 13,35 , Błonnik: 11,23 , Sól: 2,12

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa pomidorowa z tartym ciastem - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Risotto z sosem pieczarkowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 694,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 113,38 , Cukry: 13,7 , Tłuszcz ogółem: 13,43 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,24 , Białko: 19,99 , Błonnik: 13,48 , Sól: ,28

### PODWIECZOREK

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

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

## Kolacja

Chleb mieszany+ser żółty+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 784,49 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,2 , Cukry: 5,6 , Tłuszcz ogółem: 30,51 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,06 , Białko: 34,38 , Błonnik: 8,82 , Sól: 3,11

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 361,82	kcal
Węglowodny przyswajalne	319,96	g
Cukry (glukoza)	5,30	g
Cukry (fruktoza)	8,15	g
Cukry (sacharoza)	24,64	g
Tłuszcze (nasycone)	33,56	g
Tłuszcze (jednonasycone)	32,79	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,07	g
Białko	74,16	g
Błonnik	33,52	g
Sól	5,75	g

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+ kiełbasa drobiowa+miód+o	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Miód pszczeli	25,0	g
	Roszponka	15,0	g
	Kiełbasa Drobiowa Gruba *(1, 6)	30,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa pomidorowa z tartym ciastem **(gotow	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	240,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujęczny z semoliny	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
	Risotto z sosem pieczarkowym **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0
Wieprzowina, łopatka		100,0	g
Olej rzepakowy		10,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		10,0	g
Kasza jęczmienna, perłowa *(1)		40,0	g
Ryż biały		40,0	g
Pieczarka uprawna, świeża		40,0	g
Mieszanka Ziół		2,0	g
Woda	40,0	g	
Fasolka szparagowa **(gotowanie)	Fasola szparagowa	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb mieszany+ser żółty+pomidor+kiełbasa	Ser, gouda tłusty *(7)	20,0	g
	Kiełbasa szynkowa z kurczaka	30,0	g



	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0 g
	Pomidor	100,0 g
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0 g
Inne składniki		

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0 g	
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g	
Wek+ kiełbasa drobiowa+ roszonekka **(obrót)	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g	
	Pomidor	50,0 g	
	Miód pszczeni	25,0 g	
	Roszonekka	20,0 g	
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g	
	Mąka kukurydziana	30,0 g	
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0 g	
Zupa pomidorowa z tartym ciastem **(gotow)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g	
	Kości, wywar	240,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g	
	Makaron dwujęczny z semoliny	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	
	Risotto z sosem pietruszkowym **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0 g
Wieprzowina, łopatka		80,0 g	
Olej rzepakowy		5,0 g	
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		10,0 g	
Kasza jęczmienna, perłowa *(1)		40,0 g	
Ryż biały		40,0 g	
Pietruszka, liście		7,0 g	
Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)		100,0 g	
Mieszanka Ziół		2,0 g	
Fasolka szparagowa **(gotowanie)	Fasola szparagowa	200,0 g	
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**



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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa z cukrem <b>**</b> (gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. <b>*(7)</b>	180,0	g
	Kawa, napar z cukrem <b>*(1)</b>	20,0	g
Wek+serek śmietankowy+pomidor <b>**</b> (obróbka)	Masło ekstra <b>*(7)</b>	15,0	g
	Bułki wrocławskie <b>*(1, 11)</b>	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Serek Śmietankowy <b>*(7)</b>	100,0	g
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem <b>**</b> (gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ kiełbasa drobiowa+ roszonek <b>**</b> (obróbka)	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka <b>*(6)</b>	30,0	g
	Masło ekstra <b>*(7)</b>	15,0	g
	Bułki wrocławskie <b>*(1, 11)</b>	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Roszonek	20,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą <b>**</b> (gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. <b>*(7)</b>	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru <b>**</b> (gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa pomidorowa z tartym ciastem <b>**</b> (gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. <b>*(7)</b>	30,0	g
	Kość, wywar	240,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 <b>*(1)</b>	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona <b>*(9)</b>	30,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% <b>*(5, 6, 9, 10)</b>	20,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Risotto z sosem pietruszkowym <b>**</b> (gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. <b>*(7)</b>	20,0	g
	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 <b>*(1)</b>	10,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa <b>*(1)</b>	40,0	g
	Ryż biały	40,0	g
	Pietruszka, liście	7,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona <b>*(9)</b>	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g



Fasolka szparagowa **(gotowanie)	Fasola szparagowa	200,0 g
----------------------------------	-------------------	---------

Inne składniki
----------------

**PODWIECZOREK**

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

Inne składniki
----------------

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0	g
Wek+serek śmietankowy+pomidor **(obróbka)	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g

Inne składniki
----------------

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+ kielbasa drobiowa+ser to+og	Ser topiony, edamski *(7)	25,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Roszponka	15,0	g
	Kielbasa Drobiowa Gruba *(1, 6)	30,0	g

Inne składniki
----------------

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa pomidorowa z tartym ciastem **(gotow	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	240,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	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
	Risotto z sosem pieczarkowym **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0
Wieprzowina, łopatka		100,0	g
Olej rzepakowy		10,0	g
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		10,0	g
Kasza jęczmienna, perłowa *(1)		40,0	g



	Ryż biały	40,0 g
	Pieczarka uprawna, świeża	40,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Woda	40,0 g
Fasolka szparagowa **(gotowanie)	Fasola szparagowa	200,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb graham+ser żółty+pomidor+kielbasa s	Ser, gouda tłusty *(7)	20,0	g
	Kielbasa szynkowa z kurczaka	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0	g
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+ kielbasa drobiowa+ser to+og	Ser topiony, edamski *(7)	25,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Roszonka	15,0	g
	Kielbasa Drobiowa Gruba *(1, 6)	30,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa pomidorowa z tartym ciastem **(gotow)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	240,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g



	Makaron dwujajeczny z semoliny	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
Risotto z sosem pieczarkowym **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0 g
	Wieprzowina, łopatka	100,0 g
	Olej rzepakowy	10,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	40,0 g
	Ryż biały	40,0 g
	Pieczarka uprawna, świeża	40,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Woda	40,0 g
Fasolka szparagowa **(gotowanie)	Fasola szparagowa	200,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb graham+ser żółty+pomidor+kielbasa s	Ser, gouda tłusty *(7)	20,0	g
	Kielbasa szynkowa z kurczaka	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	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 z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ kielbasa drobiowa+ rozspanka+miód *	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g



	Pomidor	50,0 g
	Miód pszczeli	25,0 g
	Roszonka	20,0 g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g
	Mąka kukurydziana	30,0 g
Inne składniki		

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa pomidorowa z tartym ciastem **(gotow	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	240,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	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
Risotto z sosem pietruszkowym **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	g
	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	40,0	g
	Ryż biały	40,0	g
	Pietruszka, liście	7,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Fasolka szparagowa **(gotowanie)	Fasola szparagowa	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0	g
Wek+serek śmietankowy+pomidor **(obróbka	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
graham+ kiełbasa drobiowa+ roszonek ** (o	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g



	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g
	Pomidor	50,0 g
	Roszonka	20,0 g
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0 g
Inne składniki		

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa pomidorowa z tartym ciastem **(gotow	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	240,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	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
Risotto z sosem pietruszkowym **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	g
	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	40,0	g
	Ryż biały	40,0	g
	Pietruszka, liście	7,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Fasolka szparagowa **(gotowanie)	Fasola szparagowa	200,0	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
graham+serek śmietankowy+pomidor **(obrób	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

**Dieta: D06 BOGATORESZTKOWA D06****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+ kiełbasa drobiowa+miód+og	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g



	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0 g
	Miód pszczeli	25,0 g
	Roszonka	15,0 g
	Kiełbasa Drobiowa Gruba *(1, 6)	30,0 g
Inne składniki		

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0 g	
Zupa pomidorowa z tartym ciastem **(gotow	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g	
	Kości, wywar	240,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g	
	Makaron dwujęczny z semoliny	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	
	Risotto z sosem pieczarkowym **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0 g
Wieprzowina, łopatka		100,0 g	
Olej rzepakowy		10,0 g	
Mąka pszenna, typ 500 *(1)		10,0 g	
Kasza jęczmienna, perłowa *(1)		40,0 g	
Ryż biały		40,0 g	
Pieczarka uprawna, świeża		40,0 g	
Mieszanka Ziół		2,0 g	
	Woda	40,0 g	
Fasolka szparagowa **(gotowanie)	Fasola szparagowa	200,0 g	
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb graham+ser żółty+pomidor+kiełbasa s	Ser, gouda tłusty *(7)	20,0 g	
	Kiełbasa szynkowa z kurczaka	30,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g	
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0 g	
Inne składniki			

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



Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+ kiełbasa drobiowa+miód+o	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Miód pszczeli	25,0	g
	Roszonka	15,0	g
	Kiełbasa Drobiowa Gruba *(1, 6)	30,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa pomidorowa z tartym ciastem **(gotow	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	240,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	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
Risotto z sosem pieczarkowym **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	g
	Wieprzowina, łopatka	100,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	40,0	g
	Ryż biały	40,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	40,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Woda	40,0	g	
Fasolka szparagowa **(gotowanie)	Fasola szparagowa	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**



Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb mieszany+ser żółty+pomidor+kielbasa	Ser, gouda tłusty *(7)	20,0	g
	Kielbasa szynkowa z kurczaka	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0	g
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ kielbasa drobiowa+miód **(obróbka w	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Miód pszczeli	25,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa pomidorowa z tartym ciastem **(gotow	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	240,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujęczny z semoliny	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
Risotto z sosem pietruszkowym **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	g
	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	40,0	g
	Ryż biały	40,0	g
	Pietruszka, liście	7,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	100,0	g
Mieszanka Ziół	2,0	g	
Fasolka szparagowa **(gotowanie)	Fasola szparagowa	200,0	g



Inne składniki

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0	g
Wek+serek śmietankowy+pomidor **(obróbka)	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb bezglut+ kielbasa drobiowa+miód+ogó	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Miód pszczeli	50,0	g
	Roszonka	15,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Kielbasa Drobiowa Gruba *(1, 6)	30,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Zupa pomidorowa z makaronem bezgl ** (got)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	240,0	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
	Makaron Bezglutenowy	30,0	g
Risotto z sosem pieczarkowym **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	g
	Wieprzowina, łopatka	100,0	g
	Olej rzepakowy	15,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Skrobia ziemniaczana	10,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	40,0	g



	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Woda	40,0 g
Fasolka szparagowa **(gotowanie)	Fasola szparagowa	200,0 g
Kompot z cukrem **(gotowanie)	Kompot z jabłek, z cukrem	280,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb bezgl+ser żółty+pomidor+kielbasa szy	Ser, gouda tłusty *(7)	20,0	g
	Kielbasa szynkowa z kurczaka	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+ kielbasa drobiowa+miód+og	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Miód pszczeli	25,0	g
	Roszonka	15,0	g
	Kielbasa Drobiowa Gruba *(1, 6)	30,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa pomidorowa z tartym ciastem **(gotow	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	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	240,0	g
	Risotto z sosem pieczarkowym **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0



	Wieprzowina, łopatka	100,0 g
	Olej rzepakowy	10,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	40,0 g
	Ryż biały	40,0 g
	Pieczarka uprawna, świeża	40,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Woda	40,0 g
Fasolka szparagowa **(gotowanie)	Fasola szparagowa	200,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb graham+ser śmietan+pomidor+kielbas	Kiełbasa szynkowa z kurczaka	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0	g
Inne składniki			

**Dieta: D1/ML BEZMLECZNA D01/ML****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+ kielbasa drobiowa+miód+o	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Miód pszczeli	25,0	g
	Roszonka	15,0	g
	Kiełbasa Drobiowa Gruba *(1, 6)	30,0	g
	Masło Bez Laktozy	15,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa pomidorowa z tartym ciastem **(gotow	Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy	30,0	g
	Kości, wywar	240,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	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
Risotto z sosem pieczarkowym **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy	20,0 g
	Wieprzowina, łopatka	100,0 g
	Olej rzepakowy	10,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	40,0 g
	Ryż biały	40,0 g
	Pieczarka uprawna, świeża	40,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Woda	40,0 g
Fasolka szparagowa **(gotowanie)	Fasola szparagowa	200,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt naturalny bez laktozy **(obróbka wstę	Jogurt Naturalny Bez Laktozy	150,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb mieszany+dżem+pomidor+kielbasa sz	Kielbasa szynkowa z kurczaka	30,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
	Masło Bez Laktozy	15,0	g
Kawa zbożowa z mlekiem bez laktozy **(got	Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Inne składniki			

**Dieta: D4/WE WEGETARIAŃSKA D04/WE****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+ awokado+miód+ogórek+ro	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Awokado	100,0	g
	Miód pszczeli	25,0	g
	Roszonka	15,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa pomidorowa z tartym ciastem **(gotow	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Makaron dwujajeczny z semoliny	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	240,0	g
Risotto z sosem pieczarkowym **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	20,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	40,0	g
	Ryż biały	40,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	40,0	g
	Ciecierzycza	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Woda	40,0	g
Fasolka szparagowa **(gotowanie)	Fasola szparagowa	200,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb mieszany+ser żółty+pomidor **(obróbka)	Ser, gouda tłusty *(7)	60,0	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
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0	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	Pszemica	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				