



## **Dieta: D01 PODSTAWOWA D01**

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Chleb miesz+ kielbasa zielonog+papryka+ser+kielki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 633,89 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,73 , Cukry: 16,24 , Tłuszcz ogółem: 22,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,05 , Białko: 20,66 , Błonnik: 8,62 , Sól: 2,63

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kaszanka z ziemniakami, Sałatka szwedzka - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 902,94 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,04 , Cukry: 17,37 , Tłuszcz ogółem: 25,38 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,64 , Białko: 33,25 , Błonnik: 12,54 , Sól: 5,7

### **PODWIECZOREK**

Drożdżówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 261,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,58 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 6,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 6,93 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,31

### **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 642,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,9 , Cukry: 5,6 , Tłuszcz ogółem: 17,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,99 , Białko: 27,54 , Błonnik: 8,82 , Sól: 1,82

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 441,41	kcal
Węglowodny przyswajalne	339,26	g
Cukry (glukoza)	5,07	g
Cukry (fruktoza)	7,12	g
Cukry (sacharoza)	33,96	g
Tłuszcze (nasycone)	38,85	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,80	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,32	g
Białko	88,37	g
Błonnik	31,33	g
Sól	10,46	g

## **Dieta: D02 ŁATWOSTRAWNA D02**

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Wek+ kielbasa zielonogórska+ pomidor+kielki+jajko - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 831,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,41 , Cukry: 16,46 , Tłuszcz ogółem: 30,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,36 , Białko: 32,12 , Błonnik: 3,12 , Sól: 2,21

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka

krowiego, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 715,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,2 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 7,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,07 , Białko: 41,17 , Błonnik: 15,91 , Sól: ,86

## **PODWIECZOREK**

Drożdżówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 261,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,58 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 6,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 6,93 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,31

## **Kolacja**

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser tw - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 603,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,46 , Cukry: 6,06 , Tłuszcz ogółem: 20,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,89 , Białko: 30,94 , Błonnik: 3 , Sól: 1,87

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 411,76	kcal
Węglowodany przyswajalne	329,65	g
Cukry (glukoza)	5,25	g
Cukry (fruktoza)	7,13	g
Cukry (sacharoza)	32,78	g
Tłuszcze (nasycone)	36,48	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,78	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,63	g
Białko	111,16	g
Błonnik	23,38	g
Sól	5,26	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Wek+ kiełbasa zielonogórska+ pomidor+jajko - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 831,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,41 , Cukry: 16,46 , Tłuszcz ogółem: 30,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,36 , Białko: 32,12 , Błonnik: 3,12 , Sól: 2,21

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 715,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,2 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 7,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,07 , Białko: 41,17 , Błonnik: 15,91 , Sól: ,86

### **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+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser tw - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 603,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,46 , Cukry: 6,06 , Tłuszcz ogółem: 20,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,89 , Białko: 30,94 , Błonnik: 3 , Sól: 1,87

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 239,86	kcal

Węglowodny przyswajalne	297,37	g
Cukry (glukoza)	5,25	g
Cukry (fruktoza)	7,13	g
Cukry (sacharoza)	27,35	g
Tłuszcze (nasycone)	35,10	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,06	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,84	g
Białko	110,68	g
Błonnik	22,03	g
Sól	5,18	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Chleb graham+ kielbasa zielonog+papryka+ser+kiełki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 544,79 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,22 , Cukry: 15,16 , Tłuszcz ogółem: 21,94 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,99 , Białko: 20,15 , Błonnik: 8,68 , Sól: 2,4

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kaszanka z ziemniakami, Sałatka szwedzka - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 902,94 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,04 , Cukry: 17,37 , Tłuszcz ogółem: 25,38 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,64 , Białko: 33,25 , Błonnik: 12,54 , Sól: 5,7

### **PODWIECZOREK**

Drożdżówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 261,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,58 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 6,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 6,93 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,31

### **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 553,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,39 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 17,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,94 , Białko: 27,02 , Błonnik: 8,88 , Sól: 1,59

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 263,23	kcal
Węglowodny przyswajalne	296,23	g
Cukry (glukoza)	5,07	g
Cukry (fruktoza)	7,12	g
Cukry (sacharoza)	31,80	g
Tłuszcze (nasycone)	38,74	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,83	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,09	g
Białko	87,35	g
Błonnik	31,45	g
Sól	10,00	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Chleb graham+ kielbasa zielonog+papryka+ser+kiełki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 498,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,76 , Cukry: 15,1 , Tłuszcz ogółem: 21,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,93 , Białko: 18,49 , Błonnik: 7,4 , Sól: 2,18

## 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 kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kaszanka z ziemniakami, Sałatka szwedzka - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 902,94 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,04 , Cukry: 17,37 , Tłuszcz ogółem: 25,38 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,64 , Białko: 33,25 , Błonnik: 12,54 , Sól: 5,7

## PODWIECZOREK

Drożdźówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 261,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,58 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 6,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 6,93 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,31

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 507,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,93 , Cukry: 4,46 , Tłuszcz ogółem: 17,28 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,87 , Białko: 25,36 , Błonnik: 7,6 , Sól: 1,37

## 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	2 539,32	kcal
Węglowodny przyswajalne	332,79	g
Cukry (glukoza)	6,02	g
Cukry (fruktoza)	8,22	g
Cukry (sacharoza)	32,14	g
Tłuszcze (nasycone)	44,51	g
Tłuszcze (jednonasycone)	28,37	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,12	g
Białko	94,86	g
Błonnik	37,42	g
Sól	10,90	g

---

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

---

### ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Wek+ kielbasa zielonogórska+ pomidor+kiełki+jajko - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 719,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,3 , Cukry: 16,46 , Tłuszcz ogółem: 18,66 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,15 , Białko: 32,01 , Błonnik: 3,12 , Sól: 2,21

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 715,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,2 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 7,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,07 , Białko: 41,17 , Błonnik: 15,91 , Sól: ,86

## PODWIECZOREK

Drożdżówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 261,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,58 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 6,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 6,93 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,31

## Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ser tw - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 490,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,36 , Cukry: 6,06 , Tłuszcz ogółem: 8,88 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,68 , Białko: 30,84 , Błonnik: 3 , Sól: 1,87

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 187,39	kcal
Węglowodny przyswajalne	329,44	g
Cukry (glukoza)	5,25	g
Cukry (fruktoza)	7,13	g
Cukry (sacharoza)	32,78	g
Tłuszcze (nasycone)	20,07	g
Tłuszcze (jednonasycone)	15,05	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,29	g
Białko	110,95	g
Błonnik	23,38	g
Sól	5,25	g

---

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

---

### ŚNIADANIE

grah+ kielbasa zielonogórska+ pomidor+kiełki+jajko - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 396,52 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 53,11 , Cukry: 1,76 , Tłuszcz ogółem: 10,66 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,82 , Białko: 21,76 , Błonnik: 8,28 , Sól: 2,16

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 715,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,2 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 7,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,07 , Białko: 41,17 , Błonnik: 15,91 , Sól: ,86

## 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+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ser tw - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 377,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 55,44 , Cukry: 3,16 , Tłuszcz ogółem: 3,31 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,83 , Białko: 26,89 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,03

### Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 579,49	kcal
Węglowodny przyswajalne	229,05	g
Cukry (glukoza)	5,25	g
Cukry (fruktoza)	7,13	g
Cukry (sacharoza)	9,76	g

Tłuszcze (nasycone)	11,50 g
Tłuszcze (jednonasycone)	7,44 g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,00 g
Białko	96,27 g
Błonnik	33,07 g
Sól	5,28 g

---

## **Dieta: D06 BOGATORESZTKOWA D06**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Chleb graham+ kielbasa zielonog+papryka+ser+kiełki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 544,79 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,22 , Cukry: 15,16 , Tłuszcz ogółem: 21,94 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,99 , Białko: 20,15 , Błonnik: 8,68 , Sól: 2,4

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kaszanka z ziemniakami, Sałatka szwedzka - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 902,94 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,04 , Cukry: 17,37 , Tłuszcz ogółem: 25,38 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,64 , Białko: 33,25 , Błonnik: 12,54 , Sól: 5,7

### **PODWIECZOREK**

Drożdżówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 261,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,58 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 6,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 6,93 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,31

### **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 553,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,39 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 17,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,94 , Białko: 27,02 , Błonnik: 8,88 , Sól: 1,59

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 263,23	kcal
Węglowodany przyswajalne	296,23	g
Cukry (glukoza)	5,07	g
Cukry (fruktoza)	7,12	g
Cukry (sacharoza)	31,80	g
Tłuszcze (nasycone)	38,74	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,83	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,09	g
Białko	87,35	g
Błonnik	31,45	g
Sól	10,00	g

---

## **Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07**

---

### **ŚNIADANIE**

Chleb miesz+ kielbasa zielonog+papryka+ser+kiełki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 840,09 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 112,88 , Cukry: 4,4 , Tłuszcz ogółem: 27,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,66 , Białko: 32,87 , Błonnik: 9,34 , Sól: 2,97

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

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

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

## **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kaszanka z ziemniakami, Sałatka szwedzka - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 902,94 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,04 , Cukry: 17,37 , Tłuszcz ogółem: 25,38 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,64 , Białko: 33,25 , Błonnik: 12,54 , Sól: 5,7

## **PODWIECZOREK**

Drożdżówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne)), Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 361,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 50,98 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 10,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,55 , Białko: 13,73 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,5

## **Kolacja**

Chleb mieszany+ kielbasa drobiowa+pomidor ser twar - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 638,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,9 , Cukry: 4,6 , Tłuszcz ogółem: 17,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,99 , Białko: 27,54 , Błonnik: 8,82 , Sól: 1,82

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 833,61	kcal
Węglowodny przyswajalne	382,11	g
Cukry (glukoza)	5,07	g
Cukry (fruktoza)	7,12	g
Cukry (sacharoza)	22,62	g
Tłuszcze (nasycone)	46,63	g
Tłuszcze (jednonasycone)	29,95	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,78	g
Białko	113,83	g
Błonnik	32,05	g
Sól	11,23	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Wek+ kielbasa zielonogórska+ pomidor+jajko - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 714,09 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,49 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 28,7 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,91 , Białko: 28,92 , Błonnik: 2,4 , Sól: 1,81

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 715,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,2 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 7,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,07 , Białko: 41,17 , Błonnik: 15,91 , Sól: ,86

### **PODWIECZOREK**

Drożdżówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 261,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,58 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 6,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 6,93 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,31

### **Kolacja**

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ser tw - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa

mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 741,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,19 , Cukry: 5,96 , Tłuszcz ogółem: 24,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,06 , Białko: 39,95 , Błonnik: 3 , Sól: 1,82

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 432,75	kcal
Węglowodny przyswajalne	323,46	g
Cukry (glukoza)	5,25	g
Cukry (fruktoza)	7,13	g
Cukry (sacharoza)	31,92	g
Tłuszcze (nasycone)	39,21	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,25	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,84	g
Białko	116,97	g
Błonnik	22,66	g
Sól	4,80	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Chleb bezgl+ kiełbasa zielonog+papryka+ser+kiełki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 305,03 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,5 , Cukry: 14,8 , Tłuszcz ogółem: 23,78 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,33 , Białko: 10,22 , Błonnik: 1 , Sól: 1,1

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem bezgl - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Sałatka szwedzka - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca), Mięso gotowane w sosie wł (bezgl), ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 780,06 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 118 , Cukry: 16,3 , Tłuszcz ogółem: 16,04 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,79 , Białko: 33,69 , Błonnik: 9 , Sól: 1,97

### **PODWIECZOREK**

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

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

### **Kolacja**

Chleb bezgl+ kiełbasa drobiowa+pomidor+ser twar - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 267,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 17,29 , Cukry: 15,3 , Tłuszcz ogółem: 16,08 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,13 , Białko: 11,19 , Błonnik: 1,2 , Sól: ,15

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	1 585,69	kcal
Węglowodny przyswajalne	192,44	g
Cukry (glukoza)	4,63	g
Cukry (fruktoza)	6,72	g
Cukry (sacharoza)	37,11	g
Tłuszcze (nasycone)	34,12	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,25	g
Tłuszcze (wielonasycone)	4,51	g
Białko	62,70	g
Błonnik	14,45	g
Sól	3,48	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Chleb graham+ kielbasa zielonog+papryka+ser+kielki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 544,79 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,22 , Cukry: 15,16 , Tłuszcz ogółem: 21,94 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,99 , Białko: 20,15 , Błonnik: 8,68 , Sól: 2,4

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 704,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,2 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 7,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,07 , Białko: 38,53 , Błonnik: 15,91 , Sól: ,7

### **PODWIECZOREK**

Drożdźówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 261,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,58 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 6,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 6,93 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,31

### **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 553,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,39 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 17,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,94 , Białko: 27,02 , Błonnik: 8,88 , Sól: 1,59

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 064,35	kcal
Węglowodny przyswajalne	284,39	g
Cukry (glukoza)	5,70	g
Cukry (fruktoza)	7,58	g
Cukry (sacharoza)	29,05	g
Tłuszcze (nasycone)	32,16	g
Tłuszcze (jednonasycone)	15,58	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,69	g
Białko	92,63	g
Błonnik	34,82	g
Sól	5,00	g

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Chleb miesz+ kielbasa zielonog+papryka+jajk+kielki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 654,27 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,07 , Cukry: 16,24 , Tłuszcz ogółem: 22,66 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,11 , Białko: 22,58 , Błonnik: 8,62 , Sól: 2,39

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kaszanka z ziemniakami, Sałatka szwedzka - w tym alergeny (Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 899,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,04 , Cukry: 17,31 , Tłuszcz ogółem: 24,48 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,07 , Białko: 33,22 , Błonnik: 12,54 , Sól: 5,67

### **PODWIECZOREK**

Drożdźówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 261,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,58 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 6,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 6,93 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,31

## Kolacja

Chleb mieszany+ kiełbasa drobiowa+pomidor+miód - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa z mlekiem bez laktozy - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 667,64 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 103,85 , Cukry: 4,74 , Tłuszcz ogółem: 14,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,71 , Białko: 17,35 , Błonnik: 8,82 , Sól: 1,57

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 483,46	kcal
Węglowodny przyswajalne	356,54	g
Cukry (glukoza)	5,07	g
Cukry (fruktoza)	7,12	g
Cukry (sacharoza)	33,04	g
Tłuszcze (nasycone)	35,05	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,43	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,54	g
Białko	80,08	g
Błonnik	31,33	g
Sól	9,94	g

---

## **Dieta: D2/M MODYF.ŁATWOS-TRZUSTKOWA D02/M**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Wek+ kiełbasa zielonogórska+ pomidor+jajko - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 831,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,41 , Cukry: 16,46 , Tłuszcz ogółem: 30,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,36 , Białko: 32,12 , Błonnik: 3,12 , Sól: 2,21

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Mięso gotowane w sosie własnym - w tym alergeny (Gluten), ziemniaki gotowane, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 715,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,2 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 7,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,07 , Białko: 41,17 , Błonnik: 15,91 , Sól: ,86

### **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+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser tw - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 603,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,46 , Cukry: 6,06 , Tłuszcz ogółem: 20,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,89 , Białko: 30,94 , Błonnik: 3 , Sól: 1,87

<b>Dobowa suma wartości odżywczych</b>	<b>Ilość</b>	<b>jm.</b>
Wartość energetyczna kcal	2 239,86	kcal
Węglowodny przyswajalne	297,37	g
Cukry (glukoza)	5,25	g
Cukry (fruktoza)	7,13	g
Cukry (sacharoza)	27,35	g
Tłuszcze (nasycone)	35,10	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,06	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,84	g
Białko	110,68	g
Błonnik	22,03	g

---

**Dieta: D4/WE WEGETARIAŃSKA D04/WE**


---

**ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Chleb miesz+ jajko+papryka+ser+kiełki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 692,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,55 , Cukry: 16,24 , Tłuszcz ogółem: 23,38 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,25 , Białko: 24,56 , Błonnik: 8,62 , Sól: 2,27

**OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa kalafiorowa z makaronem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Fasolka szparagowa, ziemniaki gotowane, Jarzyny duszone - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 615,75 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,03 , Cukry: 20,08 , Tłuszcz ogółem: 2,94 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,11 , Białko: 20,92 , Błonnik: 20,88 , Sól: ,59

**PODWIECZOREK**

Drożdżówka 90g bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 261,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 41,58 , Cukry: 6,93 , Tłuszcz ogółem: 6,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,17 , Białko: 6,93 , Błonnik: 1,35 , Sól: ,31

**Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 722,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,78 , Cukry: 6,1 , Tłuszcz ogółem: 17,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,99 , Białko: 27,61 , Błonnik: 8,82 , Sól: 1,82

**Dobowa suma wartości odżywczych**

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 292,17	kcal
Węglowodny przyswajalne	349,94	g
Cukry (glukoza)	7,10	g
Cukry (fruktoza)	9,58	g
Cukry (sacharoza)	32,69	g
Tłuszcze (nasycone)	28,51	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,22	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,08	g
Białko	80,01	g
Błonnik	39,67	g
Sól	4,99	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 miesz+ kielbasa zielonog+papryka+se	Ser, gouda tłusty *(7)	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Papryka czerwona	50,0	g
	Kielbasa Zielonogórska *(6)	30,0	g
	Kiełki Mieszanka	20,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	220,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Kaszanka z ziemniakami **(smażenie)	Kiszka kaszana jęczmienna	200,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
Sałatka szwedzka **(obróbka wstępna)	Cebula	20,0	g
	Marchew	20,0	g
	Papryka czerwona	20,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	140,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstęp)	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0	g
Chleb mieszany+ kielbasa drobiowa+pomido	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g



Kiełbasa Drobiowa Gruba *(1, 6)	30,0 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 zielonogórska+ pomidor+kiełk	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(6)	30,0	g
	Kiełki Mieszanka	20,0	g
Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	220,0	g
	Makaron czterojęczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Jarzyny duszone **(duszenie)	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	190,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstęp	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0	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+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser tw **(	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g



	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	100,0 g
Inne składniki		

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ kiełbasa zielonogórska+ pomidor+jajko	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(6)	30,0	g
Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	220,0	g
	Makaron czterojęczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa)	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Jarzyny duszone **(duszenie)	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	190,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	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+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser tw **(	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0 g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g
	Pomidor	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+ kiełbasa zielonog+papryka+s	Ser, gouda tłusty *(7)	20,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g	
	Papryka czerwona	50,0 g	
	Kiełbasa Zielonogórska *(6)	30,0 g	
	Kiełki Mieszanka	20,0 g	
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0 g	
Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g	
	Kości, wywar	220,0 g	
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0 g	
	Kalafior	40,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Sól biała	0,1 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
Kaszanka z ziemniakami **(smażenie)	Kiszka kaszana jęczmienna	200,0 g	
	Ziemniaki, późne	300,0 g	
Sałatka szwedzka **(obróbka wstępna)	Cebula	20,0 g	
	Marchew	20,0 g	
	Papryka czerwona	20,0 g	
	Ogórki, konserwowe *(10)	140,0 g	
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Drożdźówka 90g bez cukru **(obróbka wstęp)	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0 g	
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g	



	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0 g
Chleb graham+ kiełbasa drobiowa+pomidor	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g
	Pomidor	100,0 g
	Kiełbasa Drobiowa Gruba *(1, 6)	30,0 g
Inne składniki		

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+ kiełbasa zielonog+papryka+s	Ser, gouda tłusty *(7)	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Papryka czerwona	50,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(6)	30,0	g
	Kiełki Mieszanka	20,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	220,0	g
	Makaron czterojęczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Kaszanka z ziemniakami **(smażenie)	Kiszka kaszana jęczmienna	200,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
Sałatka szwedzka **(obróbka wstępna)	Cebula	20,0	g
	Marchew	20,0	g
	Papryka czerwona	20,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	140,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**



Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstęp)	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0	g
Chleb graham+ kiełbasa drobiowa+pomidor	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Kiełbasa Drobiowa Gruba *(1, 6)	30,0	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+ kiełbasa zielonogórska+ pomidor+kiełk	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(6)	30,0	g
	Kiełki Mieszanka	20,0	g
Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	220,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g



	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0 g
Jarzyzny duszone **(duszenie)	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	190,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstęp)	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0 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+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ser tw **(	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0 g	
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0 g	
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
grah+ kielbasa zielonogórska+ pomidor+kielk	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g	
	Pomidor	50,0 g	
	Kielbasa Zielonogórska *(6)	30,0 g	
	Kiełki Mieszanka	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 kalafiorowa z makaronem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g	
	Kości, wywar	220,0 g	
	Makaron czterojęczny *(1, 3)	30,0 g	
	Kalafior	40,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Sól biała	0,1 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	



ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0 g
Jarzyny duszone **(duszenie)	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	190,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 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+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ser tw	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	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+ kielbasa zielonog+papryka+s	Ser, gouda tłusty *(7)	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Papryka czerwona	50,0	g
	Kielbasa Zielonogórska *(6)	30,0	g
	Kiełki Mieszanka	20,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	220,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kaszanka z ziemniakami **(smażenie)	Kiszka kaszana jęczmienna	200,0
Ziemniaki, późne		300,0	g
Sałatka szwedzka **(obróbka wstępna)	Cebula	20,0	g
	Marchew	20,0	g



	Papryka czerwona	20,0 g
	Ogórki, konserwowe *(10)	140,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstęp)	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

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

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb miesz+ kiełbasa zielonog+papryka+se	Ser, gouda tłusty *(7)	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Papryka czerwona	50,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(6)	30,0	g
	Kiełki Mieszanka	20,0	g
Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	220,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g



	Sól biała	0,1 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Kaszanka z ziemniakami **(smażenie)	Kiszka kaszana jęczmienna	200,0 g
	Ziemniaki, późne	300,0 g
Sałatka szwedzka **(obróbka wstępna)	Cebula	20,0 g
	Marchew	20,0 g
	Papryka czerwona	20,0 g
	Ogórki, konserwowe *(10)	140,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstępna)	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0	g
Kefir **(obróbka wstępna)	Kefir, 2% tł. *(7)	200,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

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

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ kiełbasa zielonogórska+ pomidor+jajko	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(6)	30,0	g
Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	220,0	g
	Makaron czterojęczny *(1, 3)	30,0	g



	Kalafior	40,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Sól biała	0,1 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa	Wieprzowina, szynka surowa	100,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0 g
Jarzynty duszone **(duszenie)	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	190,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstęp	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0	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+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ser tw **	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	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 bezgl+ kielbasa zielonog+papryka+ser	Ser, gouda tłusty *(7)	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Papryka czerwona	50,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Kielbasa Zielonogórska *(6)	30,0	g
	Kiełki Mieszanka	20,0	g
Inne składniki			

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g



Zupa kalafiorowa z makaronem bezgl ** (gotowa)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	50,0 g
	Kości, wywar	220,0 g
	Pietruszka, liście	5,0 g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g
	Skrobia ziemniaczana	30,0 g
	Sól biała	0,1 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
	Makaron Bezglutenowy	30,0 g
Sałatka szwedzka ** (obróbka wstępna)	Cebula	20,0 g
	Marchew	20,0 g
	Papryka czerwona	20,0 g
	Ogórki, konserwowe *(10)	140,0 g
Mięso gotowane w sosie wł (bezgl) ** (gotowa)	Wieprzowina, szynka surowa	100,0 g
	Olej rzepakowy	10,0 g
	Skrobia ziemniaczana	20,0 g
	Mieszanka Ziół	2,0 g
ziemniaki gotowane ** (gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0 g
Inne składniki		

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jogurt naturalny 150g+ wafle ryżowe ** (obróbka wstępna)	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	150,0	g
	Wafle Ryżowe	30,0	g
Rodzynki 50 g ** (obróbka wstępna)	Rodzynki, suszone *(12)	50,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb bezgl+ kielbasa drobiowa+pomidor+se	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Kielbasa Drobiowa *(6, 10)	30,0	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 zielonog+papryka+s	Ser, gouda tłusty *(7)	20,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Papryka czerwona	50,0	g
	Kielbasa Zielonogórska *(6)	30,0	g
	Kiełki Mieszanka	20,0	g



Inne składniki

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Woda	220,0	g
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa)	Wieprzowina, szynka surowa	100,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Jarzyny duszone **(duszenie)	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	190,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstęp)	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

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

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mies+ kiełbasa zielonog+papryka+jaj	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Papryka czerwona	50,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(6)	30,0	g



	Kiełki Mieszanka	20,0 g
	Masło Bez Laktozy	15,0 g
Inne składniki		

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy	30,0	g
	Kości, wywar	220,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0	g
	Kalafior	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Kaszanka z ziemniakami **(smażenie)	Kiszka kaszana jęczmienna	200,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
Sałatka szwedzka **(obróbka wstępna)	Cebula	20,0	g
	Marchew	20,0	g
	Papryka czerwona	20,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	140,0	g
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstępna)	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0	g
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb mieszany+ kiełbasa drobiowa+pomido	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Miód pszczeli	25,0	g
	Kiełbasa Drobiowa Gruba *(1, 6)	30,0	g
	Masło Bez Laktozy	15,0	g
Kawa zbożowa z mlekiem bez laktozy **(got)	Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Inne składniki			

**Dieta: D2/M MODYF.ŁATWOS-TRZUSTKOWA D02/****ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ kiełbasa zielonogórska+ pomidor+jajko	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g



	Pomidor	50,0 g
	Kiełbasa Zielonogórska *(6)	30,0 g
Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0 g
	Ryż biały	30,0 g
Inne składniki		

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0 g	
Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g	
	Kości, wywar	220,0 g	
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0 g	
	Kalafior	40,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Sól biała	0,1 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
Mięso gotowane w sosie własnym **(gotowa)	Wieprzowina, szynka surowa	100,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0 g	
Jarzyny duszone **(duszenie)	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g	
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	190,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 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+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser tw **(	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0 g	
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0 g	
	Pomidor	100,0 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 miesz+ jajko+papryka+ser+kiełki **(ob	Ser, gouda tłusty *(7)	20,0 g	



	Jaja kurze całe *(3)	60,0 g
	Masło ekstra *(7)	15,0 g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0 g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0 g
	Papryka czerwona	50,0 g
	Kiełki Mieszanka	20,0 g
Inne składniki		

**OBIAD**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0 g	
Zupa kalafiorowa z makaronem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0 g	
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	30,0 g	
	Kalafior	40,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Sól biała	0,1 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Woda	220,0 g	
Fasolka szparagowa **(gotowanie)	Fasola szparagowa	200,0 g	
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0 g	
Jarzyny duszone **(duszenie)	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0 g	
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	190,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
Inne składniki			

**PODWIECZOREK**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Drożdżówka 90g bez cukru **(obróbka wstęp)	Ciasto drożdżowe *(1, 3)	90,0 g	
Inne składniki			

**Kolacja**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0 g	
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0 g	
Chleb mieszany+ miód+pomidor ser twar **()	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
	Miód pszczeli	25,0 g	
Inne składniki			



## \* 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 muszkatolowa
P34	Glutaminian	P35	Goździk	P36	Grzyb
P37	Homar	P38	Imbir	P39	Jabłko
P40	Kalmar	P41	Kokos	P42	Koncentrat białek jaja kurzego
P43	Krab	P44	Krewetki	P45	Kukurydza
P46	Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego	P47	Laktoza	P48	Maliny
P49	Małże	P50	Marchew	P51	Mątwą
P52	Melon	P53	Mięso	P54	Mięso czerwone
P55	Migdał	P56	Nabiał	P57	Nasiona
P58	Olej rybi	P59	Olejek migdałowy	P60	Orzech
P61	Orzech laskowy	P62	Orzech nerkowca	P63	Orzech włoski - orzech
P64	Orzeszki piniowe	P65	Ostryga	P66	Ośmiornica
P67	Owies	P68	Owoc	P69	Owoc cytrusowy
P70	Owoc kiwi	P71	Owoc mango	P72	Papryka
P73	Pistacja	P74	Pomarańcza - owoc	P75	Pomidor
P76	Pszenica	P77	Ryż	P78	Ser
P79	Skorupiak morski	P80	Sok jabłkowy	P81	Truskawka
P82	Tuńczyk	P83	Warzywa strączkowe	P84	Wieprzowina
P85	Wiśnia	P86	Zboża	P87	Ziarna soi
P88	Ziemniak	P89	Zioła i przyprawy	P90	Żyto
P91	Żywność na bazie mleka ssaków				