



## Dieta: D01 PODSTAWOWA D01

### ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb mieszany +sałatka z sera żółtego+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 681,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,98 , Cukry: 16,14 , Tłuszcz ogółem: 23,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,36 , Białko: 20,57 , Błonnik: 8,79 , Sól: 2,52

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kurczak w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), surówka z kapusty kiszzonej

Wartość energetyczna: 787,14 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,42 , Cukry: 8,66 , Tłuszcz ogółem: 21,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,43 , Białko: 34,71 , Błonnik: 10,6 , Sól: 1,83

### PODWIECZOREK

Mandarynki

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

### Kolacja

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

Wartość energetyczna: 688,83 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,72 , Cukry: 5,63 , Tłuszcz ogółem: 27,17 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,73 , Białko: 23,24 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,79

### Dobowa suma wartości odżywczych

|                           | Ilość    | jm.  |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 225,13 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne   | 292,06   | g    |
| Cukry (glukoza)           | 5,89     | g    |
| Cukry (fruktoza)          | 7,35     | g    |
| Cukry (sacharoza)         | 30,97    | g    |
| Tłuszcze (nasycone)       | 31,55    | g    |
| Tłuszcze (jednonasycone)  | 29,00    | g    |
| Tłuszcze (wielonasycone)  | 12,40    | g    |
| Białko                    | 79,43    | g    |
| Błonnik                   | 31,12    | g    |
| Sól                       | 7,15     | g    |

## Dieta: D02 ŁATWOSTRAWNA D02

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 917,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,92 , Cukry: 15,48 , Tłuszcz ogółem: 36,79 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,21 , Białko: 33,07 , Błonnik: 2,92 , Sól: 1,84

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler),  
Kurczak w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 735,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,8 , Cukry: 11,39 , Tłuszcz ogółem: 12,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,78 , Białko: 37,41 , Błonnik: 11,55 , Sól: ,78

## **PODWIECZOREK**

Mandarynki

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

## **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 709,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,9 , Cukry: 6,09 , Tłuszcz ogółem: 36,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 20,15 , Białko: 27,49 , Błonnik: 3,06 , Sól: 2,16

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

|                           | <b>Ilość</b> | <b>jm.</b> |
|---------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 430,37     | kcal       |
| Węglowodny przyswajalne   | 296,58       | g          |
| Cukry (glukoza)           | 6,76         | g          |
| Cukry (fruktoza)          | 8,87         | g          |
| Cukry (sacharoza)         | 31,13        | g          |
| Tłuszcze (nasycone)       | 39,17        | g          |
| Tłuszcze (jednonasycone)  | 34,78        | g          |
| Tłuszcze (wielonasycone)  | 12,09        | g          |
| Białko                    | 98,87        | g          |
| Błonnik                   | 20,37        | g          |
| Sól                       | 4,78         | g          |

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 917,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,92 , Cukry: 15,48 , Tłuszcz ogółem: 36,79 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,21 , Białko: 33,07 , Błonnik: 2,92 , Sól: 1,84

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler),  
Kurczak w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 735,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,8 , Cukry: 11,39 , Tłuszcz ogółem: 12,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,78 , Białko: 37,41 , Błonnik: 11,55 , Sól: ,78

## **PODWIECZOREK**

Jabłko-mus

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

## **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 722,13 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,33 , Cukry: 6,56 , Tłuszcz ogółem: 28,91 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,53 , Białko: 24,67 , Błonnik: 3 , Sól: 1,73

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

**Ilość** **jm.**

|                           |          |      |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 450,21 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne   | 316,21   | g    |
| Cukry (glukoza)           | 7,21     | g    |
| Cukry (fruktoza)          | 14,87    | g    |
| Cukry (sacharoza)         | 25,90    | g    |
| Tłuszcze (nasycone)       | 37,58    | g    |
| Tłuszcze (jednonasycone)  | 29,47    | g    |
| Tłuszcze (wielonasycone)  | 11,06    | g    |
| Białko                    | 95,75    | g    |
| Błonnik                   | 20,46    | g    |
| Sól                       | 4,36     | g    |

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Chleb graham+sałatka z sera żółtego+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 592,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,46 , Cukry: 15,06 , Tłuszcz ogółem: 23,74 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,3 , Białko: 20,06 , Błonnik: 8,84 , Sól: 2,29

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kurczak w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), surówka z kapusty kiszonej

Wartość energetyczna: 787,14 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,42 , Cukry: 8,66 , Tłuszcz ogółem: 21,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,43 , Białko: 34,71 , Błonnik: 10,6 , Sól: 1,83

### **PODWIECZOREK**

Mandarynki

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

### **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 599,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,2 , Cukry: 4,55 , Tłuszcz ogółem: 27,02 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,68 , Białko: 22,73 , Błonnik: 8,94 , Sól: 2,56

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

|                           | <b>Ilość</b> | <b>jm.</b> |
|---------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 046,87     | kcal       |
| Węglowodny przyswajalne   | 249,04       | g          |
| Cukry (glukoza)           | 5,89         | g          |
| Cukry (fruktoza)          | 7,35         | g          |
| Cukry (sacharoza)         | 28,81        | g          |
| Tłuszcze (nasycone)       | 31,45        | g          |
| Tłuszcze (jednonasycone)  | 29,03        | g          |
| Tłuszcze (wielonasycone)  | 12,17        | g          |
| Białko                    | 78,41        | g          |
| Błonnik                   | 31,24        | g          |
| Sól                       | 6,69         | g          |

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Chleb graham+sałatka z sera żółtego+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 546,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 59,01 , Cukry: 15 , Tłuszcz ogółem: 23,39 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,24 , Białko: 18,4 , Błonnik: 7,57 , Sól: 2,07

## **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 krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kurczak w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), surówka z kapusty kiszonej

Wartość energetyczna: 787,14 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,42 , Cukry: 8,66 , Tłuszcz ogółem: 21,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,43 , Białko: 34,71 , Błonnik: 10,6 , Sól: 1,83

## **PODWIECZOREK**

Mandarynki

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

## **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 553,48 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,74 , Cukry: 4,49 , Tłuszcz ogółem: 26,68 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,61 , Białko: 21,07 , Błonnik: 7,66 , Sól: 2,35

## **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**

|                           | <b>Ilość</b> | <b>jm.</b> |
|---------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 322,93     | kcal       |
| Węglowodny przyswajalne   | 285,60       | g          |
| Cukry (glukoza)           | 6,84         | g          |
| Cukry (fruktoza)          | 8,45         | g          |
| Cukry (sacharoza)         | 29,15        | g          |
| Tłuszcze (nasycone)       | 37,22        | g          |
| Tłuszcze (jednonasycone)  | 31,57        | g          |
| Tłuszcze (wielonasycone)  | 13,20        | g          |
| Białko                    | 85,91        | g          |
| Błonnik                   | 37,21        | g          |
| Sól                       | 7,59         | g          |

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 738,6 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,19 , Cukry: 15,38 , Tłuszcz ogółem: 17,74 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,56 , Białko: 33,26 , Błonnik: 2,91 , Sól: 1,75

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler),

Kurczak w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 708,67 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,8 , Cukry: 11,39 , Tłuszcz ogółem: 9,34 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,58 , Białko: 37,41 , Błonnik: 11,55 , Sól: ,78

## **PODWIECZOREK**

Mandarynki

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

## **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 589,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,23 , Cukry: 6,56 , Tłuszcz ogółem: 13,68 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,16 , Białko: 24,52 , Błonnik: 3 , Sól: 1,72

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

|                           | <b>Ilość</b> | <b>jm.</b> |
|---------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 104,58     | kcal       |
| Węglowodny przyswajalne   | 315,18       | g          |
| Cukry (glukoza)           | 6,76         | g          |
| Cukry (fruktoza)          | 8,87         | g          |
| Cukry (sacharoza)         | 31,50        | g          |
| Tłuszcze (nasycone)       | 18,33        | g          |
| Tłuszcze (jednonasycone)  | 15,11        | g          |
| Tłuszcze (wielonasycone)  | 7,44         | g          |
| Białko                    | 96,09        | g          |
| Błonnik                   | 20,30        | g          |
| Sól                       | 4,26         | g          |

---

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

---

### **ŚNIADANIE**

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

Wartość energetyczna: 414,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,7 , Cukry: ,71 , Tłuszcz ogółem: 9,66 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,23 , Białko: 22,41 , Błonnik: 8,04 , Sól: 1,71

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kurczak w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 708,67 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,8 , Cukry: 11,39 , Tłuszcz ogółem: 9,34 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,58 , Białko: 37,41 , Błonnik: 11,55 , Sól: ,78

### **PODWIECZOREK**

Mandarynki

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

### **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 473,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 72,41 , Cukry: 3,66 , Tłuszcz ogółem: 7,37 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,11 , Białko: 21,47 , Błonnik: 8,88 , Sól: 1,86

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

|                           | <b>Ilość</b> | <b>jm.</b> |
|---------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 1 664,39     | kcal       |
| Węglowodny przyswajalne   | 247,85       | g          |

|                          |         |
|--------------------------|---------|
| Cukry (glukoza)          | 6,76 g  |
| Cukry (fruktoza)         | 8,87 g  |
| Cukry (sacharoza)        | 13,93 g |
| Tłuszcze (nasycone)      | 10,95 g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 8,69 g  |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 6,85 g  |
| Białko                   | 82,19 g |
| Błonnik                  | 31,31 g |
| Sól                      | 4,36 g  |

---

## **Dieta: D06 BOGATORESZTKOWA D06**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Chleb graham+sałatka z sera żółtego+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 592,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,46 , Cukry: 15,06 , Tłuszcz ogółem: 23,74 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,3 , Białko: 20,06 , Błonnik: 8,84 , Sól: 2,29

### **OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kurczak w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), surówka z kapusty kiszonej

Wartość energetyczna: 787,14 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,42 , Cukry: 8,66 , Tłuszcz ogółem: 21,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,43 , Białko: 34,71 , Błonnik: 10,6 , Sól: 1,83

### **PODWIECZOREK**

Mandarynki

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

### **Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 599,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,2 , Cukry: 4,55 , Tłuszcz ogółem: 27,02 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,68 , Białko: 22,73 , Błonnik: 8,94 , Sól: 2,56

### **Dobowa suma wartości odżywczych**

|                           | <b>Ilość</b> | <b>jm.</b> |
|---------------------------|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 046,87     | kcal       |
| Węglowodny przyswajalne   | 249,04       | g          |
| Cukry (glukoza)           | 5,89         | g          |
| Cukry (fruktoza)          | 7,35         | g          |
| Cukry (sacharoza)         | 28,81        | g          |
| Tłuszcze (nasycone)       | 31,45        | g          |
| Tłuszcze (jednonasycone)  | 29,03        | g          |
| Tłuszcze (wielonasycone)  | 12,17        | g          |
| Białko                    | 78,41        | g          |
| Błonnik                   | 31,24        | g          |
| Sól                       | 6,69         | g          |

---

## **Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07**

---

### **ŚNIADANIE**

Herbata z cukrem, Chleb mieszany +sałatka z sera żółtego+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 939,06 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 125,94 , Cukry: 16,77 , Tłuszcz ogółem: 29,79 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,98 , Białko: 33,38 , Błonnik: 9,54 , Sól: 2,86

## 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 krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kurczak w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), surówka z kapusty kiszonej

Wartość energetyczna: 787,14 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,42 , Cukry: 8,66 , Tłuszcz ogółem: 21,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,43 , Białko: 34,71 , Błonnik: 10,6 , Sól: 1,83

## PODWIECZOREK

Mandarynki

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

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 688,83 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,72 , Cukry: 5,63 , Tłuszcz ogółem: 27,17 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,73 , Białko: 23,24 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,79

### Dobowa suma wartości odżywczych

|                           | Ilość    | jm.  |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 572,53 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne   | 338,32   | g    |
| Cukry (glukoza)           | 5,89     | g    |
| Cukry (fruktoza)          | 7,35     | g    |
| Cukry (sacharoza)         | 33,10    | g    |
| Tłuszcze (nasycone)       | 36,96    | g    |
| Tłuszcze (jednonasycone)  | 31,87    | g    |
| Tłuszcze (wielonasycone)  | 12,84    | g    |
| Białko                    | 98,69    | g    |
| Błonnik                   | 31,87    | g    |
| Sól                       | 7,73     | g    |

---

## Dieta: D10 PRZETARTA (zmielona) D10

---

### ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 799,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84 , Cukry: 14,72 , Tłuszcz ogółem: 35,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,76 , Białko: 29,87 , Błonnik: 2,19 , Sól: 1,44

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kurczak w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Fasolka szparagowa

Wartość energetyczna: 735,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,8 , Cukry: 11,39 , Tłuszcz ogółem: 12,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,78 , Białko: 37,41 , Błonnik: 11,55 , Sól: ,78

### PODWIECZOREK

Jabłko-mus

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

## Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+kielbasa zielonogorska+ pomidor+ pasztet - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 828,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 83,44 , Cukry: 5,96 , Tłuszcz ogółem: 40,61 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 23,21 , Białko: 35,63 , Błonnik: 3,09 , Sól: 2,12

| <b>Dobowa suma wartości odżywczych</b> | <b>Ilość</b> | <b>jm.</b> |
|--|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal              | 2 438,99     | kcal       |
| Węglowodny przyswajalne                | 291,40       | g          |
| Cukry (glukoza)                        | 7,21         | g          |
| Cukry (fruktoza)                       | 14,87        | g          |
| Cukry (sacharoza)                      | 24,54        | g          |
| Tłuszcze (nasycone)                    | 41,82        | g          |
| Tłuszcze (jednonasycone)               | 34,92        | g          |
| Tłuszcze (wielonasycone)               | 11,37        | g          |
| Białko                                 | 103,51       | g          |
| Błonnik                                | 19,83        | g          |
| Sól                                    | 4,34         | g          |

---

## Dieta: D1/GL BEZGLUTENOWA D01/GL

---

### ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb mieszany +sałatka z sera żółtego+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 386,01 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 16,55 , Cukry: 14,75 , Tłuszcz ogółem: 29,23 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,86 , Białko: 9,99 , Błonnik: 1,17 , Sól: 1,03

### OBIAD

Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kurczak w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), surówka z kapusty kiszzonej, Kompot z cukrem

Wartość energetyczna: 958,17 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 119,15 , Cukry: 37,27 , Tłuszcz ogółem: 34,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,41 , Białko: 30,37 , Błonnik: 10,77 , Sól: 1,69

### PODWIECZOREK

Mandarynki

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

## Kolacja

Chleb mieszany+ kielbasa zielonog+pasztet+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 324,17 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 35,95 , Cukry: 15,8 , Tłuszcz ogółem: 19,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,59 , Białko: 4,96 , Błonnik: 1,2 , Sól: ,67

| <b>Dobowa suma wartości odżywczych</b> | <b>Ilość</b> | <b>jm.</b> |
|--|--------------|------------|
| Wartość energetyczna kcal              | 1 735,85     | kcal       |
| Węglowodny przyswajalne                | 185,60       | g          |
| Cukry (glukoza)                        | 6,89         | g          |
| Cukry (fruktoza)                       | 9,40         | g          |
| Cukry (sacharoza)                      | 65,32        | g          |
| Tłuszcze (nasycone)                    | 34,89        | g          |
| Tłuszcze (jednonasycone)               | 36,08        | g          |
| Tłuszcze (wielonasycone)               | 12,56        | g          |
| Białko                                 | 46,23        | g          |
| Błonnik                                | 15,99        | g          |

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

Herbata z cukrem, Chleb graham +sałatka z sera żółtego+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 592,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,46 , Cukry: 15,06 , Tłuszcz ogółem: 23,74 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,3 , Białko: 20,06 , Błonnik: 8,84 , Sól: 2,29

**OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kurczak w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), surówka z kapusty kiszonej

Wartość energetyczna: 773,64 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,42 , Cukry: 8,66 , Tłuszcz ogółem: 21,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,43 , Białko: 31,47 , Błonnik: 10,6 , Sól: 1,65

**PODWIECZOREK**

Mandarynki

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

**Kolacja**

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

Wartość energetyczna: 610,19 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,06 , Cukry: 5,02 , Tłuszcz ogółem: 20,99 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,4 , Białko: 20,8 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,11

**Dobowa suma wartości odżywczych**

|                           | Ilość    | jm.  |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 043,86 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne   | 267,89   | g    |
| Cukry (glukoza)           | 5,89     | g    |
| Cukry (fruktoza)          | 7,35     | g    |
| Cukry (sacharoza)         | 29,28    | g    |
| Tłuszcze (nasycone)       | 30,16    | g    |
| Tłuszcze (jednonasycone)  | 25,22    | g    |
| Tłuszcze (wielonasycone)  | 11,24    | g    |
| Białko                    | 73,23    | g    |
| Błonnik                   | 31,18    | g    |
| Sól                       | 6,05     | g    |

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

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

Wartość energetyczna: 732,34 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,44 , Cukry: 14,39 , Tłuszcz ogółem: 28,86 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,92 , Białko: 22,73 , Błonnik: 7,98 , Sól: 2,02

**OBIAD**

Kompot bez cukru, Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kurczak w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), surówka z kapusty kiszonej

Wartość energetyczna: 793,86 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 103,38 , Cukry: 8,6 , Tłuszcz ogółem: 20,85 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,86 , Białko: 35,32 , Błonnik: 10,6 , Sól: 1,8

## PODWIECZOREK

Mandarynki

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

## Kolacja

Chleb mieszany+ kiełbasa zielonog+pasztet+pomidor - 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: 683,03 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,54 , Cukry: 4,27 , Tłuszcz ogółem: 23,79 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,59 , Białko: 22,88 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,59

### Dobowa suma wartości odżywczych

|                           | Ilość    | jm.  |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 276,72 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne   | 289,30   | g    |
| Cukry (glukoza)           | 5,85     | g    |
| Cukry (fruktoza)          | 7,30     | g    |
| Cukry (sacharoza)         | 27,91    | g    |
| Tłuszcze (nasycone)       | 28,40    | g    |
| Tłuszcze (jednonasycone)  | 31,38    | g    |
| Tłuszcze (wielonasycone)  | 13,85    | g    |
| Białko                    | 81,83    | g    |
| Błonnik                   | 30,31    | g    |
| Sól                       | 6,42     | g    |

---

## Dieta: D4/WE WEGETARIAŃSKA D04/WE

---

### ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb mieszany +sałatka z sera żółtego+roszponka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 681,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,98 , Cukry: 16,14 , Tłuszcz ogółem: 23,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,36 , Białko: 20,57 , Błonnik: 8,79 , Sól: 2,52

### OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa krem z białych warzyw - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), surówka z kapusty kiszzonej, potrawka z ciecierzycą w sosie curry z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 648,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,42 , Cukry: 8,66 , Tłuszcz ogółem: 16,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,95 , Białko: 13,67 , Błonnik: 10,6 , Sól: 1,42

## PODWIECZOREK

Mandarynki

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

## Kolacja

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

Wartość energetyczna: 711,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 114,28 , Cukry: 15,35 , Tłuszcz ogółem: 17,58 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,85 , Białko: 17,78 , Błonnik: 9,02 , Sól: 1,77

### Dobowa suma wartości odżywczych

|                           | Ilość    | jm.  |
|---------------------------|----------|------|
| Wartość energetyczna kcal | 2 109,52 | kcal |
| Węglowodny przyswajalne   | 319,63   | g    |
| Cukry (glukoza)           | 8,77     | g    |
| Cukry (fruktoza)          | 10,23    | g    |

|                          |         |
|--------------------------|---------|
| Cukry (sacharoza)        | 34,94 g |
| Tłuszcze (nasycone)      | 25,19 g |
| Tłuszcze (jednonasycone) | 23,39 g |
| Tłuszcze (wielonasycone) | 9,78 g  |
| Białko                   | 52,93 g |
| Błonnik                  | 31,26 g |
| Sól                      | 5,71 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 +sałatka z sera żółtego+ros | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)               | 5,0   | g  |
|  | Ser, gouda tłusty *(7)                      | 20,0  | g  |
|  | Jaja kurze całe *(3)                        | 20,0  | g  |
|  | Masło ekstra *(7)                           | 15,0  | g  |
|  | Chleb zwykły *(1, 7)                        | 90,0  | g  |
|  | Chleb graham *(1, 3, 11)                    | 60,0  | g  |
|  | Szczypiorek                                 | 10,0  | g  |
|  | Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy     | 10,0  | g  |
|  | Ogórki, konserwowe *(10)                    | 30,0  | g  |
|  | Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10) | 5,0   | g  |
|  | Roszonka                                    | 20,0  | g  |
| Inne składniki                             |   |       |    |

**OBIAD**

| Potrawa                                       | Składnik                       | Ilość | Jm |
|---|--------------------------------|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie)                | Jabłko                         | 50,0  | g  |
| Zupa krem z białych warzyw **(gotowanie)      | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0  | g  |
|   | Kości, wywar                   | 270,0 | g  |
|   | Mąka pszenna, typ 500 *(1)     | 10,0  | g  |
|   | Chleb chrupki *(1)             | 20,0  | g  |
|   | Kalafior                       | 20,0  | g  |
|   | Pietruszka, korzeń             | 10,0  | g  |
|   | Pietruszka, liście             | 5,0   | g  |
|   | Seler korzeniowy *(9)          | 10,0  | g  |
|   | Sól biała                      | 0,1   | g  |
|   | Mieszanka Ziół                 | 2,0   | g  |
| Kurczak w sosie curry z ryżem **(duszenie)    | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 20,0  | g  |
|   | Mięso z ud kurczaka, bez skóry | 100,0 | g  |
|   | Olej rzepakowy                 | 5,0   | g  |
|   | Mąka pszenna, typ 500 *(1)     | 10,0  | g  |
|   | Ryż biały                      | 80,0  | g  |
|   | Cebula                         | 10,0  | g  |
|   | Mieszanka Ziół                 | 2,0   | g  |
|   | Woda                           | 60,0  | g  |
| surówka z kapusty kiszzonej **(obróbka wstęp) | Olej rzepakowy                 | 10,0  | g  |
|   | Cebula                         | 10,0  | g  |
|   | Marchew                        | 20,0  | g  |
|   | Kapusta kwaszona               | 160,0 | g  |
|   | Mieszanka Ziół                 | 2,0   | g  |
| Inne składniki                                |                                |       |    |

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

| Potrawa                                    | Składnik   | Ilość | Jm |
|--|--|-------|----|
| Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)        | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)                     | 180,0 | g  |
|  | Kawa, napar z cukrem *(1)                        | 20,0  | g  |
| Chleb mieszany+ kiełbasa zielonog+pasztet+ | Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11) | 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  |
|  | Kiełbasa Zielonogórska *(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+ pasta z jaj+ roszonekka **(obróbka wst | Jaja kurze całe *(3)                        | 90,0  | g  |
|   | Masło ekstra *(7)                           | 15,0  | g  |
|   | Bułki wrocławskie *(1, 11)                  | 100,0 | g  |
|   | Szczypiorek                                 | 3,0   | g  |
|   | Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10) | 10,0  | g  |
|   | Roszonekka                                  | 20,0  | g  |
| zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie)    | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)                | 300,0 | g  |
|   | Kasza manna *(1)                            | 30,0  | g  |
| Inne składniki                              |   |       |    |

**OBIAD**

| Potrawa                                    | Składnik                       | Ilość | Jm |
|--|--------------------------------|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie)             | Jabłko                         | 50,0  | g  |
| Zupa krem z białych warzyw **(gotowanie)   | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0  | g  |
|  | Kości, wywar                   | 270,0 | g  |
|  | Mąka pszenna, typ 500 *(1)     | 10,0  | g  |
|  | Chleb chrupki *(1)             | 20,0  | g  |
|  | Kalafior                       | 20,0  | g  |
|  | Pietruszka, korzeń             | 10,0  | g  |
|  | Pietruszka, liście             | 5,0   | g  |
|  | Seler korzeniowy *(9)          | 10,0  | g  |
|  | Sól biała                      | 0,1   | g  |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0   | g  |
| Kurczak w sosie curry z ryżem **(duszenie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 20,0  | g  |
|  | Mięso z ud kurczaka, bez skóry | 100,0 | g  |



|                                  |                            |         |
|----------------------------------|----------------------------|---------|
|                                  | Olej rzepakowy             | 5,0 g   |
|                                  | Mąka pszenna, typ 500 *(1) | 10,0 g  |
|                                  | Ryż biały                  | 80,0 g  |
|                                  | Cebula                     | 10,0 g  |
|                                  | Mieszanka Ziół             | 2,0 g   |
|                                  | Woda                       | 60,0 g  |
| Fasolka szparagowa **(gotowanie) | Fasola szparagowa          | 200,0 g |
| Inne składniki                   |                            |         |

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

| Potrawa                                  | Składnik   | Ilość | Jm |
|--|--|-------|----|
| Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)      | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)                     | 180,0 | g  |
|  | Kawa, napar z cukrem *(1)                        | 20,0  | g  |
| Wek+kiełbasa zielonogorska+pomidor+ pasz | Paszтет podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11) | 30,0  | g  |
|  | Masło ekstra *(7)                                | 15,0  | g  |
|  | Bułki wrocławskie *(1, 11)                       | 100,0 | g  |
|  | Pomidor  | 100,0 | g  |
|  | Kiełbasa Zielonogórska *(6)                      | 30,0  | 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+ pasta z jaj+ roszonekka **(obróbka wst | Jaja kurze całe *(3)                        | 90,0  | g  |
|   | Masło ekstra *(7)                           | 15,0  | g  |
|   | Bułki wrocławskie *(1, 11)                  | 100,0 | g  |
|   | Szczypiorek                                 | 3,0   | g  |
|   | Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10) | 10,0  | g  |
|   | Roszonekka                                  | 20,0  | g  |
| zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie)    | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)                | 300,0 | g  |
|   | Kasza manna *(1)                            | 30,0  | g  |
| Inne składniki                              |   |       |    |

**OBIAD**

| Potrawa                                  | Składnik                       | Ilość | Jm |
|--|--------------------------------|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie)           | Jabłko                         | 50,0  | g  |
| Zupa krem z białych warzyw **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0  | g  |
|  | Kości, wywar                   | 270,0 | g  |
|  | Mąka pszenna, typ 500 *(1)     | 10,0  | g  |
|  | Chleb chrupki *(1)             | 20,0  | g  |
|  | Kalafior                       | 20,0  | g  |



|  |                                |         |
|--|--------------------------------|---------|
|  | Pietruszka, korzeń             | 10,0 g  |
|  | Pietruszka, liście             | 5,0 g   |
|  | Seler korzeniowy *(9)          | 10,0 g  |
|  | Sól biała                      | 0,1 g   |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0 g   |
| Kurczak w sosie curry z ryżem **(duszenie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 20,0 g  |
|  | Mięso z ud kurczaka, bez skóry | 100,0 g |
|  | Olej rzepakowy                 | 5,0 g   |
|  | Mąka pszenna, typ 500 *(1)     | 10,0 g  |
|  | Ryż biały                      | 80,0 g  |
|  | Cebula                         | 10,0 g  |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0 g   |
|  | Woda                           | 60,0 g  |
| Fasolka szparagowa **(gotowanie)           | Fasola szparagowa              | 200,0 g |
| Inne składniki                             |                                |         |

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

| Potrawa                                 | Składnik                     | Ilość | Jm |
|---|------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)     | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g  |
|   | Kawa, napar z cukrem *(1)    | 20,0  | g  |
| Wek+kiełbasa zielonogorska+pomidor+miód | Masło ekstra *(7)            | 15,0  | g  |
|   | Bułki wrocławskie *(1, 11)   | 100,0 | g  |
|   | Pomidor                      | 100,0 | g  |
|   | Miód pszczeli                | 25,0  | g  |
|   | Kiełbasa Zielonogórska *(6)  | 30,0  | 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+sałatka z sera żółtego+roszp | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)               | 5,0   | g  |
|   | Ser, gouda tłusty *(7)                      | 20,0  | g  |
|   | Jaja kurze całe *(3)                        | 20,0  | g  |
|   | Masło ekstra *(7)                           | 15,0  | g  |
|   | Chleb graham *(1, 3, 11)                    | 120,0 | g  |
|   | Szczypiorek                                 | 10,0  | g  |
|   | Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy     | 10,0  | g  |
|   | Ogórki, konserwowe *(10)                    | 30,0  | g  |
|   | Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10) | 5,0   | g  |
|   | Roszonka                                    | 20,0  | g  |
| Inne składniki                            |   |       |    |

**OBIAD**

| Potrawa   | Składnik                       | Ilość | Jm |
|---|--------------------------------|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie)                  | Jabłko                         | 50,0  | g  |
| Zupa krem z białych warzyw **(gotowanie)        | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0  | g  |
|   | Kości, wywar                   | 270,0 | g  |
|   | Mąka pszenna, typ 500 *(1)     | 10,0  | g  |
|   | Chleb chrupki *(1)             | 20,0  | g  |
|   | Kalafior                       | 20,0  | g  |
|   | Pietruszka, korzeń             | 10,0  | g  |
|   | Pietruszka, liście             | 5,0   | g  |
|   | Seler korzeniowy *(9)          | 10,0  | g  |
|   | Sól biała                      | 0,1   | g  |
|   | Mieszanka Ziół                 | 2,0   | g  |
| Kurczak w sosie curry z ryżem **(duszenie)      | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 20,0  | g  |
|   | Mięso z ud kurczaka, bez skóry | 100,0 | g  |
|   | Olej rzepakowy                 | 5,0   | g  |
|   | Mąka pszenna, typ 500 *(1)     | 10,0  | g  |
|   | Ryż biały                      | 80,0  | g  |
|   | Cebula                         | 10,0  | g  |
|   | Mieszanka Ziół                 | 2,0   | g  |
|   | Woda                           | 60,0  | g  |
| surówka z kapusty kiszzonej **(obróbka wstępna) | Olej rzepakowy                 | 10,0  | g  |
|   | Cebula                         | 10,0  | g  |
|   | Marchew                        | 20,0  | g  |
|   | Kapusta kwaszona               | 160,0 | g  |
|   | Mieszanka Ziół                 | 2,0   | g  |
| Inne składniki                                  |                                |       |    |

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

| Potrawa                                   | Składnik   | Ilość | Jm |
|---|--|-------|----|
| Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)       | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)                     | 180,0 | g  |
|   | Kawa, napar z cukrem *(1)                        | 20,0  | g  |
| Chleb graham+ kiełbasa zielonog+pasztet+p | Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11) | 30,0  | g  |
|   | Masło ekstra *(7)                                | 15,0  | g  |
|   | Chleb graham *(1, 3, 11)                         | 120,0 | g  |
|   | Pomidor  | 100,0 | g  |
|   | Kiełbasa Zielonogórska *(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+sałatka z sera żółtego+roszpz | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)               | 5,0 g   |
|  | Ser, gouda tłusty *(7)                      | 20,0 g  |
|  | Jaja kurze całe *(3)                        | 20,0 g  |
|  | Masło ekstra *(7)                           | 15,0 g  |
|  | Chleb graham *(1, 3, 11)                    | 100,0 g |
|  | Szczypiorek                                 | 10,0 g  |
|  | Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy     | 10,0 g  |
|  | Ogórki, konserwowe *(10)                    | 30,0 g  |
|  | Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10) | 5,0 g   |
|  | Roszponka                                   | 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 krem z białych warzyw **(gotowanie)       | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0 g  |    |
|  | Kości, wywar                   | 270,0 g |    |
|  | Mąka pszenna, typ 500 *(1)     | 10,0 g  |    |
|  | Chleb chrupki *(1)             | 20,0 g  |    |
|  | Kalafior                       | 20,0 g  |    |
|  | Pietruszka, korzeń             | 10,0 g  |    |
|  | Pietruszka, liście             | 5,0 g   |    |
|  | Seler korzeniowy *(9)          | 10,0 g  |    |
|  | Sól biała                      | 0,1 g   |    |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0 g   |    |
| Kurczak w sosie curry z ryżem **(duszenie)     | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 20,0 g  |    |
|  | Mięso z ud kurczaka, bez skóry | 100,0 g |    |
|  | Olej rzepakowy                 | 5,0 g   |    |
|  | Mąka pszenna, typ 500 *(1)     | 10,0 g  |    |
|  | Ryż biały                      | 80,0 g  |    |
|  | Cebula                         | 10,0 g  |    |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0 g   |    |
|  | Woda                           | 60,0 g  |    |
| surówka z kapusty kiszanej **(obróbka wstępna) | Olej rzepakowy                 | 10,0 g  |    |
|  | Cebula                         | 10,0 g  |    |
|  | Marchew                        | 20,0 g  |    |
|  | Kapusta kwaszona               | 160,0 g |    |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0 g   |    |
| Inne składniki                                 |                                |         |    |

**PODWIECZOREK**

| Potrawa                                | Składnik   | Ilość | Jm |
|--|------------|-------|----|
| Mandarynki <b>**</b> (obróbka wstępna) | Mandarynki | 150,0 | g  |
| Inne składniki                         |            |       |    |

**Kolacja**

| Potrawa                                     | Składnik   | Ilość | Jm |
|---|--|-------|----|
| Kawa zbożowa z cukrem <b>**</b> (gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)                     | 180,0 | g  |
|   | Kawa, napar z cukrem *(1)                        | 20,0  | g  |
| Chleb graham+ kiełbasa zielonog+pasztet+p   | Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11) | 30,0  | g  |
|   | Masło ekstra *(7)                                | 15,0  | g  |
|   | Chleb graham *(1, 3, 11)                         | 100,0 | g  |
|   | Pomidor  | 100,0 | g  |
|   | Kiełbasa Zielonogórska *(6)                      | 30,0  | g  |
| Inne składniki                              |  |       |    |

**DRUGA KOLACJA**

| Potrawa   | Składnik                 | Ilość | Jm |
|---|--------------------------|-------|----|
| graham 60 g+ masło+ pomidor 50 g <b>**</b> (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 <b>**</b> (gotowanie)             | Cukier                          | 3,0   | g  |
|  | Herbata czarna, napar bez cukru | 250,0 | g  |
| Wek+ pasta z jaj+ roszponka <b>**</b> (obróbka wst | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)   | 10,0  | g  |
|  | Jaja kurze całe *(3)            | 90,0  | g  |
|  | Bułki wrocławskie *(1, 11)      | 100,0 | g  |
|  | Szczypiorek                     | 3,0   | g  |
|  | Roszonka                        | 20,0  | g  |
| zupa mleczna z kaszą manną <b>**</b> (gotowanie)   | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)    | 300,0 | g  |
|  | Kasza manna *(1)                | 30,0  | g  |
| Inne składniki                                     |                                 |       |    |

**OBIAD**

| Potrawa  | Składnik                       | Ilość | Jm |
|--|--------------------------------|-------|----|
| Kompot bez cukru <b>**</b> (gotowanie)           | Jabłko                         | 50,0  | g  |
| Zupa krem z białych warzyw <b>**</b> (gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0  | g  |
|  | Kości, wywar                   | 270,0 | g  |
|  | Mąka pszenna, typ 500 *(1)     | 10,0  | g  |
|  | Chleb chrupki *(1)             | 20,0  | g  |
|  | Kalafior                       | 20,0  | g  |
|  | Pietruszka, korzeń             | 10,0  | g  |
|  | Pietruszka, liście             | 5,0   | g  |
|  | Seler korzeniowy *(9)          | 10,0  | g  |



|  |                                |         |
|--|--------------------------------|---------|
| Kurczak w sosie curry z ryżem **(duszenie) | Sól biała                      | 0,1 g   |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0 g   |
|  | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 20,0 g  |
|  | Mięso z ud kurczaka, bez skóry | 100,0 g |
|  | Olej rzepakowy                 | 2,0 g   |
|  | Mąka pszenna, typ 500 *(1)     | 10,0 g  |
|  | Ryż biały                      | 80,0 g  |
|  | Cebula                         | 10,0 g  |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0 g   |
| Fasolka szparagowa **(gotowanie)           | Fasola szparagowa              | 200,0 g |
| Inne składniki                             |                                |         |

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

| Potrawa                                 | Składnik                     | Ilość | Jm |
|---|------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)     | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g  |
|   | Kawa, napar z cukrem *(1)    | 20,0  | g  |
| Wek+kiełbasa zielonogorska+pomidor+miód | Bułki wrocławskie *(1, 11)   | 100,0 | g  |
|   | Pomidor                      | 100,0 | g  |
|   | Miód pszczeli                | 25,0  | g  |
|   | Kiełbasa Zielonogórska *(6)  | 30,0  | g  |
| Inne składniki                          |                              |       |    |

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

| Potrawa                                   | Składnik                        | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| graham+ pasta z jaj+ roszponka **(obróbka | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)   | 10,0  | g  |
|   | Jaja kurze całe *(3)            | 90,0  | g  |
|   | Chleb graham *(1, 3, 11)        | 120,0 | g  |
|   | Szczypiorek                     | 3,0   | g  |
|   | Roszponka                       | 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 krem z białych warzyw **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0  | g  |
|  | Kości, wywar                   | 270,0 | g  |
|  | Mąka pszenna, typ 500 *(1)     | 10,0  | g  |
|  | Chleb chrupki *(1)             | 20,0  | g  |
|  | Kalafior                       | 20,0  | g  |
|  | Pietruszka, korzeń             | 10,0  | g  |



|  |                                |         |
|--|--------------------------------|---------|
|  | Pietruszka, liście             | 5,0 g   |
|  | Seler korzeniowy *(9)          | 10,0 g  |
|  | Sól biała                      | 0,1 g   |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0 g   |
| Kurczak w sosie curry z ryżem **(duszenie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 20,0 g  |
|  | Mięso z ud kurczaka, bez skóry | 100,0 g |
|  | Olej rzepakowy                 | 2,0 g   |
|  | Mąka pszenna, typ 500 *(1)     | 10,0 g  |
|  | Ryż biały                      | 80,0 g  |
|  | Cebula                         | 10,0 g  |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0 g   |
|  | Woda                           | 60,0 g  |
| Fasolka szparagowa **(gotowanie)           | Fasola szparagowa              | 200,0 g |
| Inne składniki                             |                                |         |

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

| Potrawa                                  | Składnik                        | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------|-------|----|
| graham+kielbasa zielonogorska+pomidor+mi | Chleb graham *(1, 3, 11)        | 120,0 | g  |
|  | Pomidor                         | 100,0 | g  |
|  | Miód pszczeli                   | 25,0  | g  |
|  | Kielbasa Zielonogórska *(6)     | 30,0  | 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+sałatka z sera żółtego+roszp | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)               | 5,0   | g  |
|   | Ser, gouda tłusty *(7)                      | 20,0  | g  |
|   | Jaja kurze całe *(3)                        | 20,0  | g  |
|   | Masło ekstra *(7)                           | 15,0  | g  |
|   | Chleb graham *(1, 3, 11)                    | 120,0 | g  |
|   | Szcypiorek                                  | 10,0  | g  |
|   | Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy     | 10,0  | g  |
|   | Ogórki, konserwowe *(10)                    | 30,0  | g  |
|   | Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10) | 5,0   | g  |
|   | Roszonka                                    | 20,0  | g  |
|   | Inne składniki                              |       |    |

**OBIAD**

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



|  |                                |         |
|--|--------------------------------|---------|
| Kompot bez cukru **(gotowanie)               | Jabłko                         | 50,0 g  |
| Zupa krem z białych warzyw **(gotowanie)     | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0 g  |
|  | Kości, wywar                   | 270,0 g |
|  | Mąka pszenna, typ 500 *(1)     | 10,0 g  |
|  | Chleb chrupki *(1)             | 20,0 g  |
|  | Kalafior                       | 20,0 g  |
|  | Pietruszka, korzeń             | 10,0 g  |
|  | Pietruszka, liście             | 5,0 g   |
|  | Seler korzeniowy *(9)          | 10,0 g  |
|  | Sól biała                      | 0,1 g   |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0 g   |
| Kurczak w sosie curry z ryżem **(duszenie)   | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 20,0 g  |
|  | Mięso z ud kurczaka, bez skóry | 100,0 g |
|  | Olej rzepakowy                 | 5,0 g   |
|  | Mąka pszenna, typ 500 *(1)     | 10,0 g  |
|  | Ryż biały                      | 80,0 g  |
|  | Cebula                         | 10,0 g  |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0 g   |
|  | Woda                           | 60,0 g  |
| surówka z kapusty kiszanej **(obróbka wstęp) | Olej rzepakowy                 | 10,0 g  |
|  | Cebula                         | 10,0 g  |
|  | Marchew                        | 20,0 g  |
|  | Kapusta kwaszona               | 160,0 g |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0 g   |
| Inne składniki                               |                                |         |

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

| Potrawa                                   | Składnik   | Ilość | Jm |
|---|--|-------|----|
| Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)       | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)                     | 180,0 | g  |
|   | Kawa, napar z cukrem *(1)                        | 20,0  | g  |
| Chleb graham+ kiełbasa zielonog+pasztet+p | Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11) | 30,0  | g  |
|   | Masło ekstra *(7)                                | 15,0  | g  |
|   | Chleb graham *(1, 3, 11)                         | 120,0 | g  |
|   | Pomidor  | 100,0 | g  |
|   | Kiełbasa Zielonogórska *(6)                      | 30,0  | 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 +sałatka z sera żółtego+ros | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)   | 5,0   | g  |



|  |   |         |
|--|---|---------|
|  | Ser, gouda tłusty *(7)                      | 20,0 g  |
|  | Jaja kurze całe *(3)                        | 20,0 g  |
|  | Masło ekstra *(7)                           | 15,0 g  |
|  | Chleb zwykły *(1, 7)                        | 90,0 g  |
|  | Chleb graham *(1, 3, 11)                    | 60,0 g  |
|  | Szczypiorek                                 | 10,0 g  |
|  | Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy     | 10,0 g  |
|  | Ogórki, konserwowe *(10)                    | 30,0 g  |
|  | Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10) | 5,0 g   |
|  | Roszonka                                    | 20,0 g  |
| zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)                | 300,0 g |
|  | Kasza manna *(1)                            | 30,0 g  |
| Inne składniki                           |   |         |

**DRUGIE ŚNIADANIE**

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

**OBIAD**

| Potrawa                                      | Składnik                       | Ilość | Jm |
|--|--------------------------------|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie)               | Jabłko                         | 50,0  | g  |
| Zupa krem z białych warzyw **(gotowanie)     | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0  | g  |
|  | Kości, wywar                   | 270,0 | g  |
|  | Mąka pszenna, typ 500 *(1)     | 10,0  | g  |
|  | Chleb chrupki *(1)             | 20,0  | g  |
|  | Kalafior                       | 20,0  | g  |
|  | Pietruszka, korzeń             | 10,0  | g  |
|  | Pietruszka, liście             | 5,0   | g  |
|  | Seler korzeniowy *(9)          | 10,0  | g  |
|  | Sól biała                      | 0,1   | g  |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0   | g  |
| Kurczak w sosie curry z ryżem **(duszenie)   | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 20,0  | g  |
|  | Mięso z ud kurczaka, bez skóry | 100,0 | g  |
|  | Olej rzepakowy                 | 5,0   | g  |
|  | Mąka pszenna, typ 500 *(1)     | 10,0  | g  |
|  | Ryż biały                      | 80,0  | g  |
|  | Cebula                         | 10,0  | g  |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0   | g  |
|  | Woda                           | 60,0  | g  |
| surówka z kapusty kiszanej **(obróbka wstęp) | Olej rzepakowy                 | 10,0  | g  |
|  | Cebula                         | 10,0  | g  |
|  | Marchew                        | 20,0  | g  |
|  | Kapusta kwaszona               | 160,0 | g  |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0   | g  |
| Inne składniki                               |                                |       |    |

**PODWIECZOREK**

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



|                                |            |         |
|--------------------------------|------------|---------|
| Mandarynki **(obróbka wstępna) | Mandarynki | 150,0 g |
|--------------------------------|------------|---------|

Inne składniki

### Kolacja

| Potrawa                                    | Składnik   | Ilość | Jm |
|--|--|-------|----|
| Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)        | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)                     | 180,0 | g  |
|  | Kawa, napar z cukrem *(1)                        | 20,0  | g  |
| Chleb mieszany+ kiełbasa zielonog+pasztet+ | Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11) | 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  |
|  | Kiełbasa Zielonogórska *(6)                      | 30,0  | 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+ pasta z jaj+ roszponka **(obróbka wst | Jaja kurze całe *(3)                        | 90,0  | g  |
|  | Masło ekstra *(7)                           | 15,0  | g  |
|  | Bułki wrocławskie *(1, 11)                  | 60,0  | g  |
|  | Szczypiorek                                 | 3,0   | g  |
|  | Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10) | 10,0  | g  |
|  | Roszonka                                    | 20,0  | g  |
| zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie)   | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)                | 300,0 | g  |
|  | Kasza manna *(1)                            | 30,0  | g  |
| Inne składniki                             |   |       |    |

### OBIAD

| Potrawa                                  | Składnik                                   | Ilość                          | Jm   |
|--|--|--------------------------------|------|
| Kompot bez cukru **(gotowanie)           | Jabłko                                     | 50,0                           | g    |
| Zupa krem z białych warzyw **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)             | 10,0                           | g    |
|  | Kości, wywar                               | 270,0                          | g    |
|  | Mąka pszenna, typ 500 *(1)                 | 10,0                           | g    |
|  | Chleb chrupki *(1)                         | 20,0                           | g    |
|  | Kalafior                                   | 20,0                           | g    |
|  | Pietruszka, korzeń                         | 10,0                           | g    |
|  | Pietruszka, liście                         | 5,0                            | g    |
|  | Seler korzeniowy *(9)                      | 10,0                           | g    |
|  | Sól biała                                  | 0,1                            | g    |
|  | Mieszanka Ziół                             | 2,0                            | g    |
|  | Kurczak w sosie curry z ryżem **(duszenie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 20,0 |
| Mięso z ud kurczaka, bez skóry           |  | 100,0                          | g    |
| Olej rzepakowy                           |  | 5,0                            | g    |
| Mąka pszenna, typ 500 *(1)               |  | 10,0                           | g    |
| Ryż biały                                |  | 80,0                           | g    |



|                                  |                   |         |
|----------------------------------|-------------------|---------|
|                                  | Cebula            | 10,0 g  |
|                                  | Mieszanka Ziół    | 2,0 g   |
|                                  | Woda              | 60,0 g  |
| Fasolka szparagowa **(gotowanie) | Fasola szparagowa | 200,0 g |
| Inne składniki                   |                   |         |

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

| Potrawa                                  | Składnik   | Ilość | Jm |
|--|--|-------|----|
| Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)      | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)                     | 180,0 | g  |
|  | Kawa, napar z cukrem *(1)                        | 20,0  | g  |
| Wek+kiełbasa zielonogorska+pomidor+ pasz | Paszтет podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11) | 30,0  | g  |
|  | Masło ekstra *(7)                                | 15,0  | g  |
|  | Bułki wrocławskie *(1, 11)                       | 60,0  | g  |
|  | Pomidor  | 100,0 | g  |
|  | Kiełbasa Zielonogórska *(6)                      | 30,0  | g  |
| zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)                     | 300,0 | g  |
|  | Kasza manna *(1)                                 | 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 mieszany +sałatka z sera żółtego+ros | Ser, gouda tłusty *(7)                      | 20,0  | g  |
|  | Jaja kurze całe *(3)                        | 20,0  | g  |
|  | Masło ekstra *(7)                           | 20,0  | g  |
|  | Szczypiorek                                 | 10,0  | g  |
|  | Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy     | 10,0  | g  |
|  | Ogórki, konserwowe *(10)                    | 30,0  | g  |
|  | Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10) | 10,0  | g  |
|  | Roszonka                                    | 20,0  | g  |
|  | Chleb Bezglutenowy *(3, 6)                  | 100,0 | g  |
| Inne składniki                             |   |       |    |

**OBIAD**

| Potrawa                                  | Składnik                       | Ilość | Jm |
|--|--------------------------------|-------|----|
| Zupa krem z białych warzyw **(gotowanie) | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0  | g  |
|  | Kości, wywar                   | 270,0 | g  |
|  | Kalafior                       | 20,0  | g  |
|  | Pietruszka, korzeń             | 10,0  | g  |
|  | Pietruszka, liście             | 5,0   | g  |
|  | Seler korzeniowy *(9)          | 10,0  | g  |



|  |                                |         |
|--|--------------------------------|---------|
|  | Skrobia ziemniaczana           | 10,0 g  |
|  | Sól biała                      | 0,1 g   |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0 g   |
|  | Wafle Ryżowe                   | 20,0 g  |
| Kurczak w sosie curry z ryżem **(duszenie)   | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 20,0 g  |
|  | Mięso z ud kurczaka, ze skórą  | 100,0 g |
|  | Olej rzepakowy                 | 15,0 g  |
|  | Ryż biały                      | 80,0 g  |
|  | Cebula                         | 10,0 g  |
|  | Skrobia ziemniaczana           | 10,0 g  |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0 g   |
|  | Woda                           | 60,0 g  |
| surówka z kapusty kiszanej **(obróbka wstęp) | Olej rzepakowy                 | 10,0 g  |
|  | Cebula                         | 10,0 g  |
|  | Marchew                        | 20,0 g  |
|  | Kapusta kwaszona               | 160,0 g |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0 g   |
| Kompot z cukrem **(gotowanie)                | Kompot z jabłek, z cukrem      | 250,0 g |
| Inne składniki                               |                                |         |

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

| Potrawa                                    | Składnik                        | Ilość | Jm |
|--|---------------------------------|-------|----|
| Chleb mieszany+ kielbasa zielonog+pasztet+ | Masło ekstra *(7)               | 20,0  | g  |
|  | Pomidor                         | 100,0 | g  |
|  | Miód pszczeli                   | 25,0  | g  |
|  | Chleb Bezglutenowy *(3, 6)      | 100,0 | g  |
|  | Kielbasa Zielonogórska *(6)     | 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 +sałatka z sera żółtego+roszp | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)           | 5,0   | g  |
|  | Ser, gouda tłusty *(7)                  | 20,0  | g  |
|  | Jaja kurze całe *(3)                    | 20,0  | g  |
|  | Masło ekstra *(7)                       | 15,0  | g  |
|  | Chleb graham *(1, 3, 11)                | 120,0 | g  |
|  | Szczypiorek                             | 10,0  | g  |
|  | Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy | 10,0  | g  |



|                |   |        |
|----------------|---|--------|
|                | Ogórki, konserwowe *(10)                    | 30,0 g |
|                | Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10) | 5,0 g  |
|                | Roszonka                                    | 20,0 g |
| Inne składniki |   |        |

**OBIAD**

| Potrawa  | Składnik                       | Ilość | Jm |
|--|--------------------------------|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie)                 | Jabłko                         | 50,0  | g  |
| Zupa krem z białych warzyw **(gotowanie)       | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0  | g  |
|  | Mąka pszenna, typ 500 *(1)     | 10,0  | g  |
|  | Chleb chrupki *(1)             | 20,0  | g  |
|  | Kalafior                       | 20,0  | g  |
|  | Pietruszka, korzeń             | 10,0  | g  |
|  | Pietruszka, liście             | 5,0   | g  |
|  | Seler korzeniowy *(9)          | 10,0  | g  |
|  | Sól biała                      | 0,1   | g  |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0   | g  |
|  | Woda                           | 270,0 | g  |
| Kurczak w sosie curry z ryżem **(duszenie)     | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 20,0  | g  |
|  | Mięso z ud kurczaka, bez skóry | 100,0 | g  |
|  | Olej rzepakowy                 | 5,0   | g  |
|  | Mąka pszenna, typ 500 *(1)     | 10,0  | g  |
|  | Ryż biały                      | 80,0  | g  |
|  | Cebula                         | 10,0  | g  |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0   | g  |
|  | Woda                           | 60,0  | g  |
| surówka z kapusty kiszonej **(obróbka wstępna) | Olej rzepakowy                 | 10,0  | g  |
|  | Cebula                         | 10,0  | g  |
|  | Marchew                        | 20,0  | g  |
|  | Kapusta kwaszona               | 160,0 | g  |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0   | g  |
| Inne składniki                                 |                                |       |    |

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**

| Potrawa                                  | Składnik                     | Ilość | Jm |
|--|------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)      | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7) | 180,0 | g  |
|  | Kawa, napar z cukrem *(1)    | 20,0  | g  |
| Chleb graham+ kiełbasa zielonog+miód+pom | Masło ekstra *(7)            | 15,0  | g  |
|  | Chleb graham *(1, 3, 11)     | 120,0 | g  |
|  | Pomidor                      | 100,0 | g  |
|  | Miód pszczeli                | 25,0  | g  |
|  | Kiełbasa Zielonogórska *(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 mieszany+ pasta z jaj+roszponka **(o | Jaja kurze całe *(3)                        | 90,0  | g  |
|  | Chleb zwykły *(1, 7)                        | 90,0  | g  |
|  | Chleb graham *(1, 3, 11)                    | 60,0  | g  |
|  | Szcypiorek                                  | 3,0   | g  |
|  | Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10) | 10,0  | g  |
|  | Roszponka                                   | 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 krem z białych warzyw **(gotowanie)     | Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy | 30,0   | g    |
|  | Kości, wywar                                 | 270,0  | g    |
|  | Mąka pszenna, typ 500 *(1)                   | 10,0   | g    |
|  | Chleb chrupki *(1)                           | 20,0   | g    |
|  | Kalafior                                     | 20,0   | g    |
|  | Pietruszka, korzeń                           | 10,0   | g    |
|  | Pietruszka, liście                           | 5,0  | g    |
|  | Seler korzeniowy *(9)                        | 10,0   | g    |
|  | Sól biała                                    | 0,1  | g    |
|  | Mieszanka Ziół                               | 2,0  | g    |
|  | Kurczak w sosie curry z ryżem **(duszenie)   | Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy | 20,0 |
| Mięso z ud kurczaka, bez skóry               |  | 100,0  | g    |
| Olej rzepakowy                               |  | 5,0  | g    |
| Mąka pszenna, typ 500 *(1)                   |  | 10,0   | g    |
| Ryż biały                                    |  | 80,0   | g    |
| Cebula                                       |  | 10,0   | g    |
| Mieszanka Ziół                               |  | 2,0  | g    |
| Woda   |  | 60,0   | g    |
| surówka z kapusty kiszzonej **(obróbka wstęp | Olej rzepakowy                               | 10,0   | g    |
|  | Cebula                                       | 10,0   | g    |
|  | Marchew                                      | 20,0   | g    |
|  | Kapusta kwaszona                             | 160,0  | g    |
|  | Mieszanka Ziół                               | 2,0  | g    |
| Inne składniki                               |  |  |      |

**PODWIECZOREK**

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

**Kolacja**



| Potrawa                                    | Składnik   | Ilość | Jm |
|--|--|-------|----|
| Chleb mieszany+ kielbasa zielonog+pasztet+ | Pasztet podlaski z kurczaka *(1, 3, 6, 7, 9, 11) | 30,0  | g  |
|  | Chleb zwykły *(1, 7)                             | 90,0  | g  |
|  | Chleb graham *(1, 3, 11)                         | 60,0  | g  |
|  | Pomidor  | 100,0 | g  |
|  | Kielbasa Zielonogórska *(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: 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 +sałatka z sera żółtego+ros | Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)               | 5,0   | g  |
|  | Ser, gouda tłusty *(7)                      | 20,0  | g  |
|  | Jaja kurze całe *(3)                        | 20,0  | g  |
|  | Masło ekstra *(7)                           | 15,0  | g  |
|  | Chleb zwykły *(1, 7)                        | 90,0  | g  |
|  | Chleb graham *(1, 3, 11)                    | 60,0  | g  |
|  | Szczypiorek                                 | 10,0  | g  |
|  | Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy     | 10,0  | g  |
|  | Ogórki, konserwowe *(10)                    | 30,0  | g  |
|  | Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10) | 5,0   | g  |
|  | Roszponka                                   | 20,0  | g  |
| Inne składniki                             |   |       |    |

**OBIAD**

| Potrawa                                      | Składnik                       | Ilość | Jm |
|--|--------------------------------|-------|----|
| Kompot bez cukru **(gotowanie)               | Jabłko                         | 50,0  | g  |
| Zupa krem z białych warzyw **(gotowanie)     | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 10,0  | g  |
|  | Mąka pszenna, typ 500 *(1)     | 10,0  | g  |
|  | Chleb chrupki *(1)             | 20,0  | g  |
|  | Kalafior                       | 20,0  | g  |
|  | Pietruszka, korzeń             | 10,0  | g  |
|  | Pietruszka, liście             | 5,0   | g  |
|  | Seler korzeniowy *(9)          | 10,0  | g  |
|  | Sól biała                      | 0,1   | g  |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0   | g  |
|  | Woda                           | 270,0 | g  |
| surówka z kapusty kiszanej **(obróbka wstęp) | Olej rzepakowy                 | 10,0  | g  |
|  | Cebula                         | 10,0  | g  |
|  | Marchew                        | 20,0  | g  |
|  | Kapusta kwaszona               | 160,0 | g  |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0   | g  |



|  |                                |         |
|--|--------------------------------|---------|
| potrawka z ciecierzycą w sosie curry z ryżem | Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7) | 20,0 g  |
|  | Olej rzepakowy                 | 5,0 g   |
|  | Mąka pszenna, typ 500 *(1)     | 10,0 g  |
|  | Ryż biały                      | 80,0 g  |
|  | Cebula                         | 10,0 g  |
|  | Ciecierzycza                   | 100,0 g |
|  | Mieszanka Ziół                 | 2,0 g   |
|  | Woda                           | 30,0 g  |

Inne składniki

**PODWIECZOREK**

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

Inne składniki

**Kolacja**

| Potrawa                                 | Składnik                        | Ilość | Jm |
|---|---------------------------------|-------|----|
| Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)     | Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)    | 180,0 | g  |
|   | Kawa, napar z cukrem *(1)       | 20,0  | g  |
| Chleb mieszany+ miód+dżem+pomidor **(ob | 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  |
|   | Dżem truskawkowy, niskosłodzony | 25,0  | g  |
|   | Miód pszczeli                   | 25,0  | 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                          |