



Dieta: D01 PODSTAWOWA D01

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb mieszany+jajecznica z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 778,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,06 , Cukry: 14,58 , Tłuszcz ogółem: 28,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,1 , Białko: 29,42 , Błonnik: 8,72 , Sól: 2,24

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 859,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 128,02 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 12,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,5 , Białko: 50,33 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,45

PODWIECZOREK

Jabłko

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), Chleb mieszany+boczek prasowany+ pomidor+ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 720,69 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,28 , Cukry: 5,6 , Tłuszcz ogółem: 20,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,54 , Białko: 32,04 , Błonnik: 8,82 , Sól: 2,18

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 433,72	kcal
Węglowodany przyswajalne	321,50	g
Cukry (glukoza)	5,66	g
Cukry (fruktoza)	12,74	g
Cukry (sacharoza)	25,84	g
Tłuszcze (nasycone)	34,20	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,95	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,82	g
Białko	112,39	g
Błonnik	29,48	g
Sól	4,87	g

Dieta: D02 ŁATWOSTRAWNA D02

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Wek+ jajecznica z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 933,89 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 104,05 , Cukry: 15,69 , Tłuszcz ogółem: 35,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,49 , Białko: 40,43 , Błonnik: 4,58 , Sól: 1,99

OBIAD

Kompot z cukrem, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 979,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 156,97 , Cukry: 38,16 , Tłuszcz ogółem: 13,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,53 , Białko: 50,63 , Błonnik: 10,7 , Sól: ,55

PODWIECZOREK

Jabłko

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 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

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 591,73	kcal
Węglowodany przyswajalne	345,63	g
Cukry (glukoza)	6,66	g
Cukry (fruktoza)	14,79	g
Cukry (sacharoza)	53,02	g
Tłuszcze (nasycone)	36,97	g
Tłuszcze (jednonasycone)	24,87	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,28	g
Białko	122,60	g
Błonnik	21,28	g
Sól	4,42	g

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

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Wek+ jajecznica - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 918,01 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,67 , Cukry: 15,27 , Tłuszcz ogółem: 35,08 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,46 , Białko: 39,63 , Błonnik: 3,87 , Sól: 1,92

OBIAD

Kompot z cukrem, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 979,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 156,97 , Cukry: 38,16 , Tłuszcz ogółem: 13,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,53 , Białko: 50,63 , Błonnik: 10,7 , Sól: ,55

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 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

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 575,84	kcal
Węglowodany przyswajalne	343,25	g
Cukry (glukoza)	6,58	g
Cukry (fruktoza)	14,69	g

Cukry (sacharoza)	52,78	g
Tłuszcze (nasycone)	36,94	g
Tłuszcze (jednonasycone)	24,84	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,20	g
Białko	121,80	g
Błonnik	20,56	g
Sól	4,35	g

Dieta: D03 Z OGR. WĘGLOWOD-CUKRZYCA D03

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb graham+jajecznica z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 689,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,55 , Cukry: 13,5 , Tłuszcz ogółem: 28,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,05 , Białko: 28,91 , Błonnik: 8,78 , Sól: 2,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 859,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 128,02 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 12,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,5 , Białko: 50,33 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,45

PODWIECZOREK

Jabłko

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), Chleb graham+boczek prasowany+ pomidor+ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 631,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,77 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 20,17 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,48 , Białko: 31,53 , Błonnik: 8,88 , Sól: 1,95

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 255,54	kcal
Węglowodny przyswajalne	278,49	g
Cukry (glukoza)	5,66	g
Cukry (fruktoza)	12,74	g
Cukry (sacharoza)	23,69	g
Tłuszcze (nasycone)	34,09	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,98	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,59	g
Białko	111,37	g
Błonnik	29,60	g
Sól	4,41	g

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

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb graham+jajecznica z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 643,01 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 60,09 , Cukry: 13,44 , Tłuszcz ogółem: 27,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,98 , Białko: 27,25 , Błonnik: 7,5 , Sól: 1,79

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, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 859,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 128,02 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 12,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,5 , Białko: 50,33 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,45

PODWIECZOREK

Jabłko

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), Chleb graham+boczek prasowany+ pomidor+ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 585,37 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,31 , Cukry: 4,46 , Tłuszcz ogółem: 19,83 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,42 , Białko: 29,87 , Błonnik: 7,6 , Sól: 1,73

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	2 531,62	kcal
Węglowodany przyswajalne	315,05	g
Cukry (glukoza)	6,61	g
Cukry (fruktoza)	13,84	g
Cukry (sacharoza)	24,03	g
Tłuszcze (nasycone)	39,86	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,52	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,62	g
Białko	118,88	g
Błonnik	35,58	g
Sól	5,31	g

Dieta: D05 ŁATWOS Z OGR.TŁ-WĄTROBOWA D05

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Wek+ jajecznica z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 821,71 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 103,94 , Cukry: 15,69 , Tłuszcz ogółem: 23,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,28 , Białko: 40,33 , Błonnik: 4,58 , Sól: 1,98

OBIAD

Kompot z cukrem, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 904,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 156,9 , Cukry: 38,16 , Tłuszcz ogółem: 5,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,05 , Białko: 50,56 , Błonnik: 10,7 , Sól: ,55

PODWIECZOREK

Jabłko

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy

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	2 292,54	kcal
Węglowodny przyswajalne	345,35	g
Cukry (glukoza)	6,66	g
Cukry (fruktoza)	14,79	g
Cukry (sacharoza)	53,02	g
Tłuszcze (nasycone)	15,08	g
Tłuszcze (jednonasycone)	15,90	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,81	g
Białko	122,32	g
Błonnik	21,28	g
Sól	4,41	g

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

ŚNIADANIE

graham+ jajecznica z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 489,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 53,98 , Cukry: ,78 , Tłuszcz ogółem: 13,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,62 , Białko: 28,52 , Błonnik: 8,39 , Sól: 1,94

OBIAD

Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Kompot bez cukru, Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 784,9 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 127,95 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 5,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,02 , Białko: 50,26 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,55

PODWIECZOREK

Jabłko

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

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	1 726,92	kcal
Węglowodny przyswajalne	252,52	g
Cukry (glukoza)	5,66	g
Cukry (fruktoza)	12,74	g
Cukry (sacharoza)	9,61	g
Tłuszcze (nasycone)	7,53	g
Tłuszcze (jednonasycone)	9,26	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,48	g
Białko	106,26	g
Błonnik	29,21	g

Dieta: D06 BOGATORESZTKOWA D06

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb graham+jajecznica z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 689,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,55 , Cukry: 13,5 , Tłuszcz ogółem: 28,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,05 , Białko: 28,91 , Błonnik: 8,78 , Sól: 2,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 859,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 128,02 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 12,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,5 , Białko: 50,33 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,45

PODWIECZOREK

Jabłko

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), Chleb graham+boczek prasowany+ pomidor+ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 631,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,77 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 20,17 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,48 , Białko: 31,53 , Błonnik: 8,88 , Sól: 1,95

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 255,54	kcal
Węglowodny przyswajalne	278,49	g
Cukry (glukoza)	5,66	g
Cukry (fruktoza)	12,74	g
Cukry (sacharoza)	23,69	g
Tłuszcze (nasycone)	34,09	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,98	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,59	g
Białko	111,37	g
Błonnik	29,60	g
Sól	4,41	g

Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07

ŚNIADANIE

Herbata, Chleb mieszany+jajecznica z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 994,1 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 110,98 , Cukry: 2,95 , Tłuszcz ogółem: 36,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,05 , Białko: 43,19 , Błonnik: 10,79 , Sól: 2,58

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, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 859,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 128,02 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 12,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,5 , Białko: 50,33 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,45

PODWIECZOREK

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

Wartość energetyczna: 165,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 24,45 , Cukry: 16,05 , Tłuszcz ogółem: 3,03 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,85 , Białko: 7,05 , Błonnik: 3 , Sól: ,24

Kolacja

Chleb mieszany+boczek prasowany+ pomidor+ser twaróg - 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: 716,69 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,28 , Cukry: 4,6 , Tłuszcz ogółem: 20,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,54 , Białko: 32,04 , Błonnik: 8,82 , Sól: 2,18

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 825,52	kcal
Węglowodany przyswajalne	360,02	g
Cukry (glukoza)	5,66	g
Cukry (fruktoza)	12,74	g
Cukry (sacharoza)	16,21	g
Tłuszcze (nasycone)	41,71	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,51	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,05	g
Białko	139,06	g
Błonnik	31,55	g
Sól	5,69	g

Dieta: D10 PRZETARTA (zmielona) D10

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Wek+ jajecznica z kukurydzą - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Owsianka - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 811,32 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 81,71 , Cukry: 14,73 , Tłuszcz ogółem: 33,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,04 , Białko: 36,71 , Błonnik: 3,54 , Sól: 1,58

OBIAD

Kompot z cukrem, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 979,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 156,97 , Cukry: 38,16 , Tłuszcz ogółem: 13,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,53 , Białko: 50,63 , Błonnik: 10,7 , Sól: ,55

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

Wartość energetyczna: 485,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 47,54 , Cukry: 5,3 , Tłuszcz ogółem: 18,92 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,45 , Białko: 27,74 , Błonnik: 2,28 , Sól: 1,47

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 351,56	kcal
Węglowodany przyswajalne	301,37	g
Cukry (glukoza)	6,58	g

Cukry (fruktoza)	14,69	g
Cukry (sacharoza)	51,48	g
Tłuszcze (nasycone)	36,07	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,39	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,20	g
Białko	115,69	g
Błonnik	19,52	g
Sól	3,61	g

Dieta: D1/GL BEZGLUTENOWA D01/GL

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb bezgl+jajecznica z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 528,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 46,96 , Cukry: 42,31 , Tłuszcz ogółem: 26,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,65 , Białko: 18,95 , Błonnik: 1,1 , Sól: ,7

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 890,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 161,64 , Cukry: 43,95 , Tłuszcz ogółem: 17,23 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,55 , Białko: 13 , Błonnik: 11,26 , Sól: ,21

PODWIECZOREK

Jabłko

Wartość energetyczna: 100,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 20,2 , Cukry: 19,4 , Tłuszcz ogółem: ,28 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,08 , Białko: ,8 , Błonnik: 4 , Sól: ,01

Kolacja

Chleb bezglute+boczek prasowany+ pomidor+ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 308,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 18,63 , Cukry: 15,3 , Tłuszcz ogółem: 14,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,95 , Białko: 15,66 , Błonnik: 1,2 , Sól: ,51

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 827,50	kcal
Węglowodny przyswajalne	247,43	g
Cukry (glukoza)	9,65	g
Cukry (fruktoza)	23,53	g
Cukry (sacharoza)	87,76	g
Tłuszcze (nasycone)	35,22	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,71	g
Tłuszcze (wielonasycone)	3,53	g
Białko	48,41	g
Błonnik	17,56	g
Sól	1,43	g

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

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb graham+jajecznica z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 689,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,55 , Cukry: 13,5 , Tłuszcz ogółem: 28,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,05 , Białko: 28,91 , Błonnik: 8,78 , Sól: 2,01

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego,

Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 857,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 128,02 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 12,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,5 , Białko: 49,85 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,42

PODWIECZOREK

Jabłko

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), Chleb graham+kiełasa dr+ pomidor+ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 553,57 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,39 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 17,62 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,93 , Białko: 27,03 , Błonnik: 8,88 , Sól: 1,59

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 175,53	kcal
Węglowodany przyswajalne	277,11	g
Cukry (glukoza)	5,66	g
Cukry (fruktoza)	12,74	g
Cukry (sacharoza)	23,69	g
Tłuszcze (nasycone)	31,54	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,98	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,59	g
Białko	106,39	g
Błonnik	29,60	g
Sól	4,02	g

Dieta: D1/ML BEZMLECZNA D01/ML

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb mieszany+jajecznica z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 778,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,06 , Cukry: 14,58 , Tłuszcz ogółem: 28,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,1 , Białko: 29,42 , Błonnik: 8,72 , Sól: 2,24

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Makaron z jabłkami (bezmi) - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne))

Wartość energetyczna: 673,09 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 132,8 , Cukry: 28,82 , Tłuszcz ogółem: 2,93 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,81 , Białko: 18,59 , Błonnik: 12,46 , Sól: ,21

PODWIECZOREK

Jabłko

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

Chleb mieszany+boczek prasowany+ pomidor+dżem - 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: 742,37 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 103,84 , Cukry: 22,74 , Tłuszcz ogółem: 16,79 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,26 , Białko: 21,93 , Błonnik: 9,22 , Sól: 1,92

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 268,76	kcal

Węglowodny przyswajalne	341,85	g
Cukry (glukoza)	15,41	g
Cukry (fruktoza)	29,29	g
Cukry (sacharoza)	36,00	g
Tłuszcze (nasycone)	25,24	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,49	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,67	g
Białko	70,54	g
Błonnik	33,39	g
Sól	4,38	g

Dieta: D4/WE WEGETARIAŃSKA D04/WE

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb mieszany+jajecznica z kukurydzą+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 778,3 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,06 , Cukry: 14,58 , Tłuszcz ogółem: 28,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,1 , Białko: 29,42 , Błonnik: 8,72 , Sól: 2,24

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 857,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 128,02 , Cukry: 9,51 , Tłuszcz ogółem: 12,97 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,5 , Białko: 49,85 , Błonnik: 8,95 , Sól: ,42

PODWIECZOREK

Jabłko

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), Chleb mieszany+ pomidor+ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 691,72 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,64 , Cukry: 5,6 , Tłuszcz ogółem: 18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,13 , Białko: 37,44 , Błonnik: 8,82 , Sól: 1,87

Dobowa suma wartości odżywczych

	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 402,75	kcal
Węglowodny przyswajalne	321,87	g
Cukry (glukoza)	5,66	g
Cukry (fruktoza)	12,74	g
Cukry (sacharoza)	25,84	g
Tłuszcze (nasycone)	31,79	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,03	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,83	g
Białko	117,31	g
Błonnik	29,48	g
Sól	4,53	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+jajecznica z kukurydzą+ ruk	Jaja kurze całe *(3)	140,0	g
	Olej rzepakowy	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Rukola	20,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowani	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	40,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanek Ziół	2,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(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
Chleb mieszany+boczek prasowany+ pomid	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



Boczek Prasowany *(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+ jajecznicza z kukurydzą+ rukola **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	140,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Rukola	20,0	g
Owsianka **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot z cukrem **(gotowanie)	Kompot z jabłek, z cukrem	250,0	g
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	40,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(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+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ser tw **(gotowanie)	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g

**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

	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+ jajecznica **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	140,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
Owsianka **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot z cukrem **(gotowanie)	Kompot z jabłek, z cukrem	250,0	g
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	40,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	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+ kielbasa drobiowa+ pomidor+ser tw **	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kielbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g

**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

	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+jajecznica z kukurydzą+ rukol	Jaja kurze całe *(3)	140,0	g
	Olej rzepakowy	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Rukola	20,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowani	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	40,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(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
Chleb graham+boczek prasowany+ pomidor	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g

**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g
Pomidor	100,0 g
Boczek Prasowany *(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+jajecznica z kukurydzą+ rukol	Jaja kurze całe *(3)	140,0	g
	Olej rzepakowy	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Rukola	20,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	40,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(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
Chleb graham+boczek prasowany+ 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
	Boczek Prasowany *(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+ jajecznicza z kukurydzą+ rukola **(goto	Jaja kurze całe *(3)	140,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Rukola	20,0	g
Owsianka **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot z cukrem **(gotowanie)	Kompot z jabłek, z cukrem	250,0	g
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowani	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	40,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g

**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Ziemniaki, późne

30,0 g

Inne składniki

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(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+ 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
graham+ jajecznicza z kukurydzą+ rukola **(g	Jaja kurze całe *(3)	140,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
	Rukola	20,0	g
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowani	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	40,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Jabłko	50,0	g
Kompot bez cukru **(gotowanie)			
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	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+jajecznica z kukurydzą+ rukol	Jaja kurze całe *(3)	140,0	g
	Olej rzepakowy	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Rukola	20,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowani	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	40,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(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
Chleb graham+boczek prasowany+ 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
	Boczek Prasowany *(1, 6)	30,0	g
Inne składniki			

Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07**ŚNIADANIE**

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+jajecznica z kukurydzą+ ruk	Jaja kurze całe *(3)	140,0	g
	Olej rzepakowy	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Rukola	20,0	g
Owsianka **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(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
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	40,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g



Ziemniaki, późne

30,0 g

Inne składniki

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb mieszany+boczek prasowany+ pomid	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
	Boczek Prasowany *(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+ jajecznica z kukurydzą **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	140,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Kukurydza, konserwowa	10,0	g
Owsianka **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Płatki owsiane *(1)	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot z cukrem **(gotowanie)	Kompot z jabłek, z cukrem	250,0	g
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowani	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	40,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g

**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

	Masło ekstra *(7)	10,0 g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0 g
	Kasza manna *(1)	10,0 g
	Ziemniaki, późne	30,0 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+ 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
Inne składniki			

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	10,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb bezgl+jajecznicza z kukurydzą+ rukola	Jaja kurze całe *(3)	140,0	g
	Olej rzepakowy	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Rukola	20,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	40,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Skrobia ziemniaczana	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Ryż z jabłkami **(gotowanie)	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Ryż biały	80,0	g

**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

	Jabłko	150,0 g
	Cukier	20,0 g
Inne składniki		

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb bezglute+boczek prasowany+ pomidor	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Pomidor	100,0 g	
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0 g	
	Boczek Prasowany *(1, 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+jajecznica z kukurydzą+ rukol	Jaja kurze całe *(3)	140,0 g	
	Olej rzepakowy	3,0 g	
	Masło ekstra *(7)	15,0 g	
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0 g	
	Kukurydza, konserwowa	20,0 g	
	Rukola	20,0 g	
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0 g	
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0 g	
	Buraki, got. w wodzie	40,0 g	
	Pietruszka, liście	5,0 g	
	Ziemniaki, późne	200,0 g	
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0 g	
	Mieszanka Ziół	2,0 g	
	Woda	40,0 g	
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0 g	
	Jaja kurze całe *(3)	30,0 g	
	Masło ekstra *(7)	10,0 g	
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0 g	

**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

	Kasza manna *(1)	10,0	g
	Ziemniaki, późne	30,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(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
Chleb graham+kiełasa dr+ pomidor+ser twar	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 *(6, 10)	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+jajecznica z kukurydzą+ ruk	Jaja kurze całe *(3)	140,0	g
	Olej rzepakowy	3,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło Bez Laktozy	15,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowani	Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy	30,0	g
	Kości, wywar	40,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Makaron z jabłkami (bezmi) **(duszenie)	Makaron czterojęczny *(1, 3)	80,0	g
	Jabłko	200,0	g
Inne składniki			

**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb mieszany+boczek prasowany+ pomid	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	50,0	g
	Boczek Prasowany *(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: 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+jajecznica z kukurydzą+ ruk	Jaja kurze całe *(3)	140,0	g
	Olej rzepakowy	3,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Kukurydza, konserwowa	20,0	g
	Rukola	20,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z ziemniakami **(gotowani	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Ziemniaki, późne	200,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanaka Ziół	2,0	g
	Woda	40,0	g
Pierogi leniwe **(gotowanie)	Ser twarogowy chudy *(7)	150,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	80,0	g
	Kasza manna *(1)	10,0	g

**Wojewódzki Szpital Psychiatryczny**

ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów

338752446

338752446

NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Ziemniaki, późne

30,0 g

Inne składniki

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(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
Chleb mieszany+ pomidor+ser twaróg **(obr	Ser twarogowy chudy *(7)	100,0	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
Inne składniki			

** Sposób obróbki potrawy

* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

1	Gluten	2	Skorupiaki	3	Jaja (jadalne)
4	Ryba	5	Orzeszki ziemne	6	Białko sojowe
7	Białko mleka krowiego	8	Orzechy i nasiona	9	Seler
10	Musztarda/gorczyca	11	Nasiona sezamu	12	Siarczyn i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza	P15	Albumina
P16	Ananas	P17	Arbuz	P18	Aspartam
P19	Banan	P20	Białko jaja kurzego	P21	Borówka
P22	Bób	P23	Brzoskwinia	P24	Cebula
P25	Cynamon	P26	Cytrynian	P27	Czekolada
P28	Czosnek	P29	Dodatek do żywności	P30	Dorsz
P31	Drób	P32	Figi	P33	Gałka muszkatołowa
P34	Glutaminian	P35	Goździk	P36	Grzyb
P37	Homar	P38	Imbir	P39	Jabłko
P40	Kalmar	P41	Kokos	P42	Koncentrat białek jaja kurzego
P43	Krab	P44	Krewetki	P45	Kukurydza
P46	Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego	P47	Laktoza	P48	Maliny
P49	Małże	P50	Marchew	P51	Mątwą
P52	Melon	P53	Mięso	P54	Mięso czerwone
P55	Migdał	P56	Nabiał	P57	Nasiona
P58	Olej rybi	P59	Olejek migdałowy	P60	Orzech
P61	Orzech laskowy	P62	Orzech nerkowca	P63	Orzech włoski - orzech