Wojewódzki Szpital Psychiatryczny
ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów
338752446
338752446
NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Dieta: D01 PODSTAWOWA D01

ŚNIADANIE

Chleb miesz+śledź w sosie pomid+ogóre+rukola+szynk - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 693,57 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,44 , Cukry: 18,09 , Tłuszcz ogółem: 21,34 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,68 , Białko: 26,94 , Błonnik: 8,11 , Sól: 3,56

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 776,74 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,58 , Cukry: 8,91 , Tłuszcz ogółem: 17,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,28 , Białko: 55,71 , Błonnik: 5,75 , Sól: ,82

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+ kiełbasa drob+ pomidor+ ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 675,37 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,93 , Cukry: 5,6 , Tłuszcz ogółem: 18,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,23 , Białko: 33,41 , Błonnik: 8,82 , Sól: 2,4

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	2 220,68	kcal
Węglowodny przyswajalne	284,10	g
Cukry (glukoza)	5,66	g
Cukry (fruktoza)	12,74	g
Cukry (sacharoza)	28,76	g
Tłuszcze (nasycone)	31,25	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,72	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,88	g
Białko	116,66	g
Błonnik	25,67	g
Sól	6,79	g

Dieta: D02 ŁATWOSTRAWNA D02

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, wek+ pasta z jaj i ryby+ rukola+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 906,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,65 , Cukry: 17,43 , Tłuszcz ogółem: 34,74 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,82 , Białko: 34,12 , Błonnik: 5,22 , Sól: 2,06

OBIAD

Kompot bez cukru, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka

krowiego, Seler), Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 597,7 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,02 , Cukry: 39,15 , Tłuszcz ogółem: 6,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,42 , Białko: 18,86 , Błonnik: 9,3 , Sól: ,57

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+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser twaróg - 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	2 182,63	kcal
Węglowodny przyswajalne	297,28	g
Cukry (glukoza)	10,53	g
Cukry (fruktoza)	24,91	g
Cukry (sacharoza)	41,76	g
Tłuszcze (nasycone)	30,19	g
Tłuszcze (jednonasycone)	24,00	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,83	g
Białko	84,53	g
Błonnik	20,52	g
Sól	4,52	g

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

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, wek+ pasta z jaj i ryby+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 898,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,07 , Cukry: 17,06 , Tłuszcz ogółem: 34,64 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,8 , Białko: 33,2 , Błonnik: 4,65 , Sól: 2,06

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 776,74 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,58 , Cukry: 8,91 , Tłuszcz ogółem: 17,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,28 , Białko: 55,71 , Błonnik: 5,75 , Sól: ,82

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+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser twaróg - 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	2 353,15	kcal
Węglowodny przyswajalne	280,26	g

Cukry (glukoza)	6,18	g
Cukry (fruktoza)	13,39	g
Cukry (sacharoza)	27,02	g
Tłuszcze (nasycone)	37,03	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,75	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,41	g
Białko	120,44	g
Błonnik	16,40	g
Sól	4,77	g

Dieta: D03 Z OGR. WĘGLOWOD-CUKRZYCA D03

ŚNIADANIE

Chleb graha+śledź w sosie pomid+ogóre+rukola+szynk - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 604,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,93 , Cukry: 17,01 , Tłuszcz ogółem: 21,19 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,63 , Białko: 26,43 , Błonnik: 8,17 , Sól: 3,33

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 776,74 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,58 , Cukry: 8,91 , Tłuszcz ogółem: 17,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,28 , Białko: 55,71 , Błonnik: 5,75 , Sól: ,82

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+ kiełbasa drob+ pomidor+ ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 586,95 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,38 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 18,44 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,18 , Białko: 32,92 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,17

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	2 043,19	kcal
Węglowodny przyswajalne	241,04	g
Cukry (glukoza)	5,66	g
Cukry (fruktoza)	12,74	g
Cukry (sacharoza)	26,60	g
Tłuszcze (nasycone)	31,14	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,76	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,65	g
Białko	115,66	g
Błonnik	25,79	g
Sól	6,33	g

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

ŚNIADANIE

Chleb graha+śledź w sosie pomid+ogóre+rukola+szynk - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 558,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 61,47 , Cukry: 16,95 , Tłuszcz ogółem: 20,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,56 , Białko: 24,77 , Błonnik: 6,89 , Sól: 3,12

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

Wartość energetyczna: 776,74 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,58 , Cukry: 8,91 , Tłuszcz ogółem: 17,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,28 , Białko: 55,71 , Błonnik: 5,75 , Sól: ,82

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+ kiełbasa drob+ pomidor+ ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 540,67 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,93 , Cukry: 4,46 , Tłuszcz ogółem: 18,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,11 , Białko: 31,26 , Błonnik: 7,6 , Sól: 1,95

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	2 319,22	kcal
Węglowodny przyswajalne	277,60	g
Cukry (glukoza)	6,61	g
Cukry (fruktoza)	13,84	g
Cukry (sacharoza)	26,93	g
Tłuszcze (nasycone)	36,92	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,30	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,68	g
Białko	123,17	g
Błonnik	31,76	g
Sól	7,23	g

Dieta: D05 ŁATWOS Z OGR.TŁ-WĄTROBOWA D05

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, wek+ pasta z jaj i ryby+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 786,1 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 104,96 , Cukry: 17,06 , Tłuszcz ogółem: 22,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,59 , Białko: 33,09 , Błonnik: 4,65 , Sól: 2,06

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 701,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,51 , Cukry: 8,91 , Tłuszcz ogółem: 9,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,8 , Białko: 55,64 , Błonnik: 5,75 , Sól: ,82

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+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser twaróg - 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	2 053,93	kcal
Węglowodny przyswajalne	279,98	g
Cukry (glukoza)	6,18	g
Cukry (fruktoza)	13,39	g
Cukry (sacharoza)	27,02	g
Tłuszcze (nasycone)	15,14	g
Tłuszcze (jednonasycone)	18,78	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,95	g
Białko	120,17	g
Błonnik	16,40	g
Sól	4,76	g

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

ŚNIADANIE

graham+ pasta z jaj i ryby+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 461,89 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,57 , Cukry: 1,76 , Tłuszcz ogółem: 14,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,19 , Białko: 23,08 , Błonnik: 8,28 , Sól: 2,02

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 701,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,51 , Cukry: 8,91 , Tłuszcz ogółem: 9,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,8 , Białko: 55,64 , Błonnik: 5,75 , Sól: ,82

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+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser twaróg - 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	1 616,71	kcal
Węglowodny przyswajalne	213,67	g
Cukry (glukoza)	6,18	g
Cukry (fruktoza)	13,39	g
Cukry (sacharoza)	8,82	g
Tłuszcze (nasycone)	7,89	g
Tłuszcze (jednonasycone)	12,74	g

Tłuszcze (wielonasycone)	7,18	g
Białko	106,21	g
Błonnik	25,91	g
Sól	4,87	g

Dieta: D06 BOGATORESZTKOWA D06

ŚNIADANIE

Chleb graha+śledź w sosie pomid+ogóre+rukola+szynk - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 604,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,93 , Cukry: 17,01 , Tłuszcz ogółem: 21,19 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,63 , Białko: 26,43 , Błonnik: 8,17 , Sól: 3,33

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 776,74 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,58 , Cukry: 8,91 , Tłuszcz ogółem: 17,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,28 , Białko: 55,71 , Błonnik: 5,75 , Sól: ,82

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+ kiełbasa drob+ pomidor+ ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 586,95 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,38 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 18,44 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,18 , Białko: 32,92 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,17

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	2 043,19	kcal
Węglowodny przyswajalne	241,04	g
Cukry (glukoza)	5,66	g
Cukry (fruktoza)	12,74	g
Cukry (sacharoza)	26,60	g
Tłuszcze (nasycone)	31,14	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,76	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,65	g
Białko	115,66	g
Błonnik	25,79	g
Sól	6,33	g

Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, wek+ pasta z jaj i ryby+ rukola+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 906,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,65 , Cukry: 17,43 , Tłuszcz ogółem: 34,74 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,82 , Białko: 34,12 , Błonnik: 5,22 , Sól: 2,06

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

Wartość energetyczna: 776,74 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,58 , Cukry: 8,91 , Tłuszcz ogółem: 17,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,28 , Białko: 55,71 , Błonnik: 5,75 , Sól: ,82

PODWIECZOREK

Jabłko, serek śmietankowy - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 321,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 18,75 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 6,7 , Błonnik: 3 , Sól: ,61

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser twaróg - 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	2 697,66	kcal
Węglowodny przyswajalne	293,74	g
Cukry (glukoza)	6,33	g
Cukry (fruktoza)	13,57	g
Cukry (sacharoza)	28,56	g
Tłuszcze (nasycone)	38,83	g
Tłuszcze (jednonasycone)	28,70	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,58	g
Białko	133,92	g
Błonnik	16,97	g
Sól	5,61	g

Dieta: D10 PRZETARTA (zmielona) D10

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, wek+ pasta z jaj i ryby+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), zupa mleczna z kaszą kukurydzianą - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 784,2 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 83,31 , Cukry: 16,47 , Tłuszcz ogółem: 33 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,37 , Białko: 30,41 , Błonnik: 4,18 , Sól: 1,66

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 776,74 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,58 , Cukry: 8,91 , Tłuszcz ogółem: 17,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,28 , Białko: 55,71 , Błonnik: 5,75 , Sól: ,82

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+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser twaróg - 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	2 121,44	kcal
Węglowodny przyswajalne	236,59	g
Cukry (glukoza)	6,25	g
Cukry (fruktoza)	13,47	g
Cukry (sacharoza)	25,52	g
Tłuszcze (nasycone)	36,15	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,28	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,41	g
Białko	114,46	g
Błonnik	15,21	g
Sól	3,96	g

Dieta: D1/GL BEZGLUTENOWA D01/GL

ŚNIADANIE

Chleb bezgl+śledź w sosie pomid+ogóre+rukola+szynk - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 481,39 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 48,36 , Cukry: 45,82 , Tłuszcz ogółem: 23,03 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,97 , Białko: 16,51 , Błonnik: ,49 , Sól: 2,03

OBIAD

Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Kompot z cukrem, Ryż z jabłkami

Wartość energetyczna: 842,44 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 157,61 , Cukry: 67,85 , Tłuszcz ogółem: 8,96 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,34 , Białko: 22,23 , Błonnik: 11,05 , Sól: ,67

PODWIECZOREK

Jabłko, Rodzynki 50 g - w tym alergeny (Siarczyn i pochodna siarczynowa)

Wartość energetyczna: 218,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 47,5 , Cukry: 15,1 , Tłuszcz ogółem: ,37 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,14 , Białko: 1,75 , Błonnik: 6,25 , Sól: ,03

Kolacja

Chleb bezgl+ kiełbasa drob+ pomidor+ ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 455,97 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 46,49 , Cukry: 44,47 , Tłuszcz ogółem: 21,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,22 , Białko: 16,02 , Błonnik: 1,2 , Sól: ,73

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	1 997,80	kcal
Węglowodny przyswajalne	299,96	g
Cukry (glukoza)	10,86	g
Cukry (fruktoza)	26,13	g
Cukry (sacharoza)	136,26	g
Tłuszcze (nasycone)	30,66	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,13	g
Tłuszcze (wielonasycone)	4,01	g
Białko	56,51	g
Błonnik	18,99	g
Sól	3,46	g

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

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Graham 120+ pasta z jaj+ rukola+szynka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 628,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 64,74 , Cukry: 13,17 , Tłuszcz ogółem: 24,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12 , Białko: 28,03 , Błonnik: 8,08 , Sól: 2,24

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 767,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,58 , Cukry: 8,91 , Tłuszcz ogółem: 17,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,28 , Białko: 53,55 , Błonnik: 5,75 , Sól: ,7

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+ kiełbasa drob+ pomidor+ ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 586,95 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,38 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 18,44 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,18 , Białko: 32,92 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,17

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	2 058,35	kcal
Węglowodny przyswajalne	235,85	g
Cukry (glukoza)	5,68	g
Cukry (fruktoza)	12,76	g
Cukry (sacharoza)	22,71	g
Tłuszcze (nasycone)	32,52	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,63	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,81	g
Białko	115,10	g
Błonnik	25,70	g
Sól	5,11	g

Dieta: D1/ML BEZMLECZNA D01/ML

ŚNIADANIE

Chleb miesz+śledź w sosie pomid+ogóre+rukola+szynk - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 693,57 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 91,44 , Cukry: 18,09 , Tłuszcz ogółem: 21,34 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,68 , Białko: 26,94 , Błonnik: 8,11 , Sól: 3,56

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 597,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,99 , Cukry: 39,09 , Tłuszcz ogółem: 5,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,06 , Białko: 18,8 , Błonnik: 9,3 , Sól: ,54

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+ kiełbasa drob+ pomidor+ ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa z mlekiem bez laktozy - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 642,35 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,02 , Cukry: 4,24 , Tłuszcz ogółem: 15,52 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,11 , Białko: 27,07 , Błonnik: 8,82 , Sól: 2,54

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 008,32	kcal
Węglowodny przyswajalne	297,59	g
Cukry (glukoza)	9,86	g
Cukry (fruktoza)	24,08	g
Cukry (sacharoza)	42,04	g
Tłuszcze (nasycone)	21,92	g
Tłuszcze (jednonasycone)	14,76	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,27	g
Białko	73,42	g
Błonnik	29,22	g
Sól	6,65	g

Dieta: D4/WE WEGETARIAŃSKA D04/WE

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 734,94 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,15 , Cukry: 25,74 , Tłuszcz ogółem: 23,74 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,59 , Białko: 23,15 , Błonnik: 8,32 , Sól: 2,45

OBIAD

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

Wartość energetyczna: 767,73 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 90,58 , Cukry: 8,91 , Tłuszcz ogółem: 17,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,28 , Białko: 53,55 , Błonnik: 5,75 , Sól: ,7

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+ miód+ pomidor+ ser twaróg - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 722,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,78 , Cukry: 6,1 , Tłuszcz ogółem: 17,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,99 , Białko: 27,61 , Błonnik: 8,82 , Sól: 1,82

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 300,07	kcal
Węglowodny przyswajalne	310,65	g
Cukry (glukoza)	8,55	g
Cukry (fruktoza)	15,63	g
Cukry (sacharoza)	31,11	g
Tłuszcze (nasycone)	31,92	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,84	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,69	g
Białko	104,91	g
Błonnik	25,88	g
Sól	4,97	g

Wojewódzki Szpital Psychiatryczny
ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów
338752446
338752446
NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Dieta: D01 PODSTAWOWA D01

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb miesz+śledź w sosie pomid+ogóre+ru	Szynka wieprzowa, gotowana	30,0	g
	Śledź w sosie pomidorowym *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	180,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
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+ kiełbasa drob+ pomidor+ s	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	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
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 i ryby+ rukola+pomidor **(go	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Śledź w oleju *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Rukola	20,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	180,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Ryż z jabłkami **(gotowanie)	Ryż biały	80,0	g
	Jabłko	210,0	g
	Cukier	10,0	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+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser twaró	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g

	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

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

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+ pasta z jaj i ryby+pomidor **(gotowanie	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Śledź w oleju *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	180,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
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+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser twaró	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: D03 Z OGR. WĘGLOWOD-CUKRZYCA D03

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb graha+śledź w sosie pomid+ogóre+ruk	Szynka wieprzowa, gotowana	30,0	g
	Śledź w sosie pomidorowym *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	180,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
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+ kiełbasa drob+ pomidor+ ser	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

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

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb graha+śledź w sosie pomid+ogóre+ruk	Szynka wieprzowa, gotowana	30,0	g
	Śledź w sosie pomidorowym *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
graham 60 g+ masło+ ogórek 50 g **(obróbk	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 jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	180,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
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+ kiełbasa drob+ pomidor+ ser	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

DRUGA KOLACJA

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

Dieta: D05 ŁATWOS Z OGR.TŁ-WĄTROBOWA D05

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+ pasta z jaj i ryby+pomidor **(gotowanie	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Śledź w oleju *(4)	30,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	180,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g

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
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+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser twaró	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kiełbasa 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+ pasta z jaj i ryby+pomidor **(gotow	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Śledź w oleju *(4)	30,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	50,0	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
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	180,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
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
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	150,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
graham+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser tw	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kiełbasa 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
Chleb graha+śledź w sosie pomid+ogóre+ruk	Szynka wieprzowa, gotowana	30,0	g
	Śledź w sosie pomidorowym *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	180,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
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+ kiełbasa drob+ pomidor+ ser	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+ pasta z jaj i ryby+ rukola+pomidor **(go	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Śledź w oleju *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
	Rukola	20,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
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 jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	180,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g

	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
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
serek śmietankowy **(obróbka wstępna)	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0	g
Wek+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser twaró	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: 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 i ryby+pomidor **(gotowanie	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Śledź w oleju *(4)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Szczypiorek	10,0	g
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą **(gotow	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Mąka kukurydziana	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	180,0	g

	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
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+ kiełbasa drobiowa+ pomidor+ser twaró	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: D1/GL BEZGLUTENOWA D01/GL

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb bezgl+śledź w sosie pomid+ogóre+ruk	Szynka wieprzowa, gotowana	30,0	g
	Śledź w sosie pomidorowym *(4)	70,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	10,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Kości, wywar	150,0	g

	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Skrobia ziemniaczana	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Kompot z cukrem **(gotowanie)	Kompot z jabłek, z cukrem	250,0	g
Ryż z jabłkami **(gotowanie)	Ryż biały	80,0	g
	Jabłko	210,0	g
	Cukier	10,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Jabłko **(obróbka wstępna)	Jabłko	150,0	g
Rodzynki 50 g **(obróbka wstępna)	Rodzynki, suszone *(12)	50,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb bezgl+ kiełbasa drob+ pomidor+ ser tw	Ser twarogowy tłusty	50,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	10,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

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

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Graham 120+ pasta z jaj+ rukola+szynka **(	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Szynka wieprzowa, gotowana	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
	Rukola	20,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g

	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Woda	180,0	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+ kiełbasa drob+ pomidor+ ser	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: D1/ML BEZMLECZNA D01/ML

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb miesz+śledź w sosie pomid+ogóre+ru	Szynka wieprzowa, gotowana	30,0	g
	Śledź w sosie pomidorowym *(4)	70,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło Bez Laktozy	15,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

OBIAD

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

Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	180,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Ryż z jabłkami **(gotowanie)	Ryż biały	80,0	g
	Jabłko	210,0	g
	Cukier	10,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb mieszany+ kiełbasa drob+ pomidor+ s	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	50,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	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 miesz+pasta z jaj+dżem+ogórek+rukol	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	4,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Ogórki, konserwowe *(10)	50,0	g
	Dżem truskawkowy, niskosłodzony	25,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	3,0	g
	Rukola	20,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Wojewódzki Szpital Psychiatryczny
ul. Dąbrowskiego 19, 34-120 Andrychów
338752446
338752446
NIP: 5512123091 REGON: 000805666

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Woda	180,0	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+ miód+ pomidor+ ser twaró	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Miód pszczeli	25,0	g
Inne składniki			

** 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