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

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 fasolą - w tym alergeny (Seler), Ryba w jarzynach z ziemniaki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 702,88 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,45 , Cukry: 19,8 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,67 , Białko: 39,35 , Błonnik: 20,54 , Sól: ,9

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 twaró - 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	2 276,87	kcal
Węglowodny przyswajalne	294,93	g
Cukry (glukoza)	8,32	g
Cukry (fruktoza)	15,51	g
Cukry (sacharoza)	30,71	g
Tłuszcze (nasycone)	28,37	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,51	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,62	g
Białko	101,41	g
Błonnik	41,08	g
Sól	5,32	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 jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Ryba w jarzynach z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki

ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 810,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 116,94 , Cukry: 46,93 , Tłuszcz ogółem: 14,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,78 , Białko: 39,98 , Błonnik: 15,95 , Sól: 1,13

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 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	2 422,06	kcal
Węglowodny przyswajalne	305,60	g
Cukry (glukoza)	9,15	g
Cukry (fruktoza)	17,40	g
Cukry (sacharoza)	56,69	g
Tłuszcze (nasycone)	33,22	g
Tłuszcze (jednonasycone)	28,18	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,24	g
Białko	111,95	g
Błonnik	26,53	g
Sól	4,99	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 jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Ryba w jarzynach z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 810,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 116,94 , Cukry: 46,93 , Tłuszcz ogółem: 14,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,78 , Białko: 39,98 , Błonnik: 15,95 , Sól: 1,13

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 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	2 406,18	kcal
Węglowodny przyswajalne	303,22	g

Cukry (glukoza)	9,07	g
Cukry (fruktoza)	17,30	g
Cukry (sacharoza)	56,45	g
Tłuszcze (nasycone)	33,20	g
Tłuszcze (jednonasycone)	28,15	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,17	g
Białko	111,14	g
Błonnik	25,82	g
Sól	4,92	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 fasolą - w tym alergeny (Seler), Ryba w jarzynach z ziemniaki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 702,88 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,45 , Cukry: 19,8 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,67 , Białko: 39,35 , Błonnik: 20,54 , Sól: ,9

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 twaró - 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	2 098,69	kcal
Węglowodny przyswajalne	251,92	g
Cukry (glukoza)	8,32	g
Cukry (fruktoza)	15,51	g
Cukry (sacharoza)	28,55	g
Tłuszcze (nasycone)	28,26	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,54	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,40	g
Białko	100,39	g
Błonnik	41,20	g
Sól	4,86	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 fasolą - w tym alergeny (Seler), Ryba w jarzynach z ziemniaki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 702,88 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,45 , Cukry: 19,8 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,67 , Białko: 39,35 , Błonnik: 20,54 , Sól: ,9

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 twaró - 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	2 374,77	kcal
Węglowodny przyswajalne	288,49	g
Cukry (glukoza)	9,27	g
Cukry (fruktoza)	16,61	g
Cukry (sacharoza)	28,89	g
Tłuszcze (nasycone)	34,04	g
Tłuszcze (jednonasycone)	24,08	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,42	g
Białko	107,90	g
Błonnik	47,17	g
Sól	5,75	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 jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Ryba w jarzynach z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 765,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 116,94 , Cukry: 46,93 , Tłuszcz ogółem: 9,82 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,45 , Białko: 39,98 , Błonnik: 15,95 , Sól: 1,13

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 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	2 152,71	kcal
Węglowodny przyswajalne	305,39	g
Cukry (glukoza)	9,15	g
Cukry (fruktoza)	17,40	g
Cukry (sacharoza)	56,69	g
Tłuszcze (nasycone)	16,47	g
Tłuszcze (jednonasycone)	18,30	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,60	g
Białko	111,74	g
Błonnik	26,53	g
Sól	4,99	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

Kompot z cukrem, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Ryba w jarzynach z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 765,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 116,94 , Cukry: 46,93 , Tłuszcz ogółem: 9,82 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,45 , Białko: 39,98 , Błonnik: 15,95 , Sól: 1,13

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 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	1 707,10	kcal
Węglowodny przyswajalne	241,51	g
Cukry (glukoza)	9,15	g
Cukry (fruktoza)	17,40	g
Cukry (sacharoza)	38,88	g
Tłuszcze (nasycone)	8,96	g

Tłuszcze (jednonasycone)	11,68	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,32	g
Białko	95,98	g
Błonnik	36,22	g
Sól	5,10	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 fasolą - w tym alergeny (Seler), Ryba w jarzynach z ziemniaki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 702,88 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,45 , Cukry: 19,8 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,67 , Białko: 39,35 , Błonnik: 20,54 , Sól: ,9

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 twaró - 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	2 098,69	kcal
Węglowodny przyswajalne	251,92	g
Cukry (glukoza)	8,32	g
Cukry (fruktoza)	15,51	g
Cukry (sacharoza)	28,55	g
Tłuszcze (nasycone)	28,26	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,54	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,40	g
Białko	100,39	g
Błonnik	41,20	g
Sól	4,86	g

Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07

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

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 z cukrem, Barszcz czerwony z jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Ryba w jarzynach z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 810,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 116,94 , Cukry: 46,93 , Tłuszcz ogółem: 14,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,78 , Białko: 39,98 , Błonnik: 15,95 , Sól: 1,13

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 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	2 758,06	kcal
Węglowodny przyswajalne	318,50	g
Cukry (glukoza)	9,15	g
Cukry (fruktoza)	17,40	g
Cukry (sacharoza)	58,19	g
Tłuszcze (nasycone)	35,01	g
Tłuszcze (jednonasycone)	29,12	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,33	g
Białko	124,50	g
Błonnik	26,53	g
Sól	5,83	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 jajkiem - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler), Ryba w jarzynach z ziemniakami - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 810,07 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 116,94 , Cukry: 46,93 , Tłuszcz ogółem: 14,6 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,78 , Białko: 39,98 , Błonnik: 15,95 , Sól: 1,13

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 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	2 181,89	kcal
Węglowodny przyswajalne	261,35	g
Cukry (glukoza)	9,07	g
Cukry (fruktoza)	17,30	g
Cukry (sacharoza)	55,15	g
Tłuszcze (nasycone)	32,33	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,70	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,17	g
Białko	105,03	g
Błonnik	24,77	g
Sól	4,19	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 fasolą - w tym alergeny (Seler), Ryba w jarzynach z ziemniaki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 668,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 94,29 , Cukry: 19,79 , Tłuszcz ogółem: 9,37 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,64 , Białko: 38,36 , Błonnik: 20,12 , Sól: ,83

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 twaró - 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	1 604,90	kcal
Węglowodny przyswajalne	180,09	g
Cukry (glukoza)	9,31	g
Cukry (fruktoza)	18,20	g
Cukry (sacharoza)	69,27	g
Tłuszcze (nasycone)	25,32	g
Tłuszcze (jednonasycone)	19,53	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,76	g
Białko	73,77	g
Błonnik	26,42	g
Sól	2,05	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 fasolą - w tym alergeny (Seler), Ryba w jarzynach z ziemniaki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 690,37 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,45 , Cukry: 19,8 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,67 , Białko: 36,35 , Błonnik: 20,54 , Sól: ,72

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 twaró - 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	2 008,18	kcal
Węglowodny przyswajalne	250,54	g
Cukry (glukoza)	8,32	g
Cukry (fruktoza)	15,51	g
Cukry (sacharoza)	28,55	g
Tłuszcze (nasycone)	25,71	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,54	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,40	g
Białko	92,89	g
Błonnik	41,20	g
Sól	4,32	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 fasolą - w tym alergeny (Seler), Ryba w jarzynach z ziemniaki - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Ryba, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 702,88 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,45 , Cukry: 19,8 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,67 , Białko: 39,35 , Błonnik: 20,54 , Sól: ,9

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	2 298,55	kcal
Węglowodny przyswajalne	310,50	g
Cukry (glukoza)	14,07	g
Cukry (fruktoza)	21,26	g
Cukry (sacharoza)	36,35	g
Tłuszcze (nasycone)	26,09	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,31	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,57	g
Białko	91,30	g
Błonnik	41,48	g
Sól	5,06	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, Pierogi leniwe - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego), Barszcz czerwony z fasolą - w tym alergeny (Seler)

Wartość energetyczna: 777,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 103,52 , Cukry: 9,92 , Tłuszcz ogółem: 12,69 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,18 , Białko: 53,08 , Błonnik: 11,91 , Sól: ,37

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	2 322,30	kcal
Węglowodny przyswajalne	297,37	g
Cukry (glukoza)	5,66	g
Cukry (fruktoza)	12,74	g
Cukry (sacharoza)	26,25	g
Tłuszcze (nasycone)	31,47	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,88	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,02	g
Białko	120,54	g
Błonnik	32,45	g
Sól	4,48	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
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 fasolą **(gotowanie)	Kości, wywar	250,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Fasola biała, nasiona suche	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Ryba w jarzynach z ziemniaki **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Cebula	10,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	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+ jajecznica z kukurydzą+ rukola **(goto	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 jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	250,0	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
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Ryba w jarzynach z ziemniakami **(duszenie	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	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 tw **(	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

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

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ 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 jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	250,0	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
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Ryba w jarzynach z ziemniakami **(duszenie	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	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 tw **(	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: D03 Z OGR. WĘGLOWOD-CUKRZYCA D03

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+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 fasolą **(gotowanie)	Kości, wywar	250,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Fasola biała, nasiona suche	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Ryba w jarzynach z ziemniaki **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Cebula	10,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	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: 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 **(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 fasolą **(gotowanie)	Kości, wywar	250,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Fasola biała, nasiona suche	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Ryba w jarzynach z ziemniaki **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g

	Cebula	10,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	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+ jajecznica 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 jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	250,0	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
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Ryba w jarzynach z ziemniakami **(duszenie	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	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 tw **(	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+ jajecznica 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
Kompot z cukrem **(gotowanie)	Kompot z jabłek, z cukrem	250,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	250,0	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
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Ryba w jarzynach z ziemniakami **(duszenie	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	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
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 fasolą **(gotowanie)	Kości, wywar	250,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Fasola biała, nasiona suche	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g

	Mieszanka Ziół	2,0	g
Ryba w jarzynach z ziemniaki **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Cebula	10,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	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 z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Wek+ jajecznica z kukurydzą+ rukola **(goto	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			

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 z cukrem **(gotowanie)	Kompot z jabłek, z cukrem	250,0	g
Barszcz czerwony z jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	250,0	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
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Ryba w jarzynach z ziemniakami **(duszenie	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	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 tw **(	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Inne składniki			

Dieta: 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 jajkiem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	30,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Kości, wywar	250,0	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
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Ryba w jarzynach z ziemniakami **(duszenie	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	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 tw **(	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Kiełbasa delikatesowa z kurczaka *(6)	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	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+jajecznica 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 fasolą **(gotowanie)	Kości, wywar	250,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Fasola biała, nasiona suche	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Ryba w jarzynach z ziemniaki **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Cebula	10,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	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 fasolą **(gotowanie)	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Fasola biała, nasiona suche	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Woda	250,0	g
Ryba w jarzynach z ziemniaki **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Cebula	10,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	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 fasolą **(gotowanie)	Kości, wywar	250,0	g
	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Fasola biała, nasiona suche	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Ryba w jarzynach z ziemniaki **(duszenie)	Jaja kurze całe *(3)	20,0	g
	Morszczuk, świeży *(4)	80,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Bułka tarta *(1)	5,0	g
	Cebula	10,0	g
	Ziemniaki, późne	300,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	150,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb mieszany+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

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

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
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
Barszcz czerwony z fasolą **(gotowanie)	Buraki, got. w wodzie	40,0	g
	Fasola biała, nasiona suche	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Woda	250,0	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	Mątwa
P52	Melon	P53	Mięso	P54	Mięso czerwone
P55	Migdał	P56	Nabiał	P57	Nasiona
P58	Olej rybi	P59	Olejek migdałowy	P60	Orzech
P61	Orzech laskowy	P62	Orzech nerkowca	P63	Orzech włoski - orzech
P64	Orzeszki piniowe	P65	Ostryga	P66	Ośmiornica
P67	Owies	P68	Owoc	P69	Owoc cytrusowy
P70	Owoc kiwi	P71	Owoc mango	P72	Papryka
P73	Pistacja	P74	Pomarańcza - owoc	P75	Pomidor
P76	Pszenica	P77	Ryż	P78	Ser
P79	Skorupiak morski	P80	Sok jabłkowy	P81	Truskawka
P82	Tuńczyk	P83	Warzywa strączkowe	P84	Wieprzowina
P85	Wiśnia	P86	Zboża	P87	Ziarna soi
P88	Ziemniak	P89	Zioła i przyprawy	P90	Żyto
P91	Żywność na bazie mleka ssaków				