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+ogórek+rukola+ser b+ kiełbasa dr - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 591,26 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,31 , Cukry: 14,98 , Tłuszcz ogółem: 14,3 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,83 , Białko: 21,8 , Błonnik: 8,32 , Sól: 1,67

OBIAD

Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kompot bez cukru, Leczo z chlebem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 559,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,99 , Cukry: 10,54 , Tłuszcz ogółem: 10,82 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,12 , Białko: 42,43 , Błonnik: 11,4 , Sól: 1,5

PODWIECZOREK

mus warzywno-owocowy

Wartość energetyczna: 50,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11 , Cukry: 9,5 , Tłuszcz ogółem: ,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,1 , Białko: ,3 , Błonnik: 1,5 , Sól: ,01

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb mieszany+ parówka+ pomidor+ ketchup - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 858,48 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,41 , Cukry: 6,23 , Tłuszcz ogółem: 40,18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,38 , Białko: 26,03 , Błonnik: 9,06 , Sól: 3,32

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 059,54	kcal
Węglowodny przyswajalne	273,71	g
Cukry (glukoza)	4,11	g
Cukry (fruktoza)	15,60	g
Cukry (sacharoza)	21,54	g
Tłuszcze (nasycone)	29,43	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,49	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,49	g
Białko	90,55	g
Błonnik	30,28	g
Sól	6,50	g

Dieta: D02 ŁATWOSTRAWNA D02

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, wek+pomidor+ rukola+kiełbasa dr+ser b - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 774,96 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,44 , Cukry: 16,84 , Tłuszcz ogółem: 22,51 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,18 , Białko: 31,7 , Błonnik: 4,71 , Sól: 1,48

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Leczo z mięsem i wekiem

- w tym alergeny (Gluten, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 682,77 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 92,75 , Cukry: 11,55 , Tłuszcz ogółem: 14,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,12 , Białko: 36,09 , Błonnik: 8,85 , Sól: 1,53

PODWIECZOREK

mus warzywno-owocowy

Wartość energetyczna: 50,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11 , Cukry: 9,5 , Tłuszcz ogółem: ,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,1 , Białko: ,3 , Błonnik: 1,5 , Sól: ,01

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+parówka+pomidor+ ketchup - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 786,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,94 , Cukry: 6,7 , Tłuszcz ogółem: 42,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 20,04 , Białko: 23,53 , Błonnik: 3,24 , Sól: 2,79

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	2 294,11	kcal
Węglowodny przyswajalne	279,13	g
Cukry (glukoza)	4,61	g
Cukry (fruktoza)	16,29	g
Cukry (sacharoza)	23,68	g
Tłuszcze (nasycone)	36,44	g
Tłuszcze (jednonasycone)	32,90	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,32	g
Białko	91,61	g
Błonnik	18,30	g
Sól	5,81	g

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

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, wek+pomidor+ rukola+ser b+kiełbasa dr - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 768,19 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,95 , Cukry: 16,55 , Tłuszcz ogółem: 22,44 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,17 , Białko: 30,98 , Błonnik: 4,26 , Sól: 1,48

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Leczo z mięsem i wekiem - w tym alergeny (Gluten, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 637,74 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 92,75 , Cukry: 11,55 , Tłuszcz ogółem: 10,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,79 , Białko: 36,09 , Błonnik: 8,85 , Sól: 1,53

PODWIECZOREK

mus warzywno-owocowy

Wartość energetyczna: 50,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11 , Cukry: 9,5 , Tłuszcz ogółem: ,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,1 , Białko: ,3 , Błonnik: 1,5 , Sól: ,01

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+kiełbasa szynkowa+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 597,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,6 , Cukry: 6,06 , Tłuszcz ogółem: 22,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,87 , Białko: 23,3 , Błonnik: 3 , Sól: 2,19

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**

Wartość energetyczna kcal	2 052,98	kcal
Węglowodny przyswajalne	276,30	g
Cukry (glukoza)	4,50	g
Cukry (fruktoza)	16,15	g
Cukry (sacharoza)	23,01	g
Tłuszcze (nasycone)	28,93	g
Tłuszcze (jednonasycone)	18,07	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,02	g
Białko	90,67	g
Błonnik	17,61	g
Sól	5,22	g

Dieta: D03 Z OGR. WĘGLOWOD-CUKRZYCA D03

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb graham+ogórek+rukola+kiełbasa dr+ser biały - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 502,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,81 , Cukry: 13,9 , Tłuszcz ogółem: 14,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,77 , Białko: 21,29 , Błonnik: 8,38 , Sól: 1,44

OBIAD

Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kompot bez cukru, Leczo z chlebem graham - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 541,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 78,19 , Cukry: 9,44 , Tłuszcz ogółem: 11,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,14 , Białko: 45,22 , Błonnik: 13,6 , Sól: 1,61

PODWIECZOREK

mus warzywno-owocowy

Wartość energetyczna: 50,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11 , Cukry: 9,5 , Tłuszcz ogółem: ,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,1 , Białko: ,3 , Błonnik: 1,5 , Sól: ,01

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ parówka+ pomidor+ ketchup - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 766,22 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,22 , Cukry: 5,15 , Tłuszcz ogółem: 40,03 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,33 , Białko: 25,49 , Błonnik: 9,12 , Sól: 3,1

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	1 859,71	kcal
Węglowodny przyswajalne	221,21	g
Cukry (glukoza)	4,11	g
Cukry (fruktoza)	15,60	g
Cukry (sacharoza)	18,28	g
Tłuszcze (nasycone)	29,34	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,66	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,48	g
Białko	92,29	g
Błonnik	32,60	g
Sól	6,17	g

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

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb graham+ogórek+rukola+ser b+ kiełbasa dr - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 455,92 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 58,35 , Cukry: 13,84 , Tłuszcz ogółem: 13,81 w tym nasycone kwasy

tłuszczowe 8,71 , Białko: 19,63 , Błonnik: 7,09 , Sól: 1,23

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

Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kompot bez cukru, Leczo z chlebem graham - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 541,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 78,19 , Cukry: 9,44 , Tłuszcz ogółem: 11,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,14 , Białko: 45,22 , Błonnik: 13,6 , Sól: 1,61

PODWIECZOREK

mus warzywno-owocowy

Wartość energetyczna: 50,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11 , Cukry: 9,5 , Tłuszcz ogółem: ,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,1 , Białko: ,3 , Błonnik: 1,5 , Sól: ,01

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ parówka+ pomidor+ ketchup - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 718,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,88 , Cukry: 5,09 , Tłuszcz ogółem: 39,68 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,26 , Białko: 23,72 , Błonnik: 7,84 , Sól: 2,9

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	2 134,23	kcal
Węglowodny przyswajalne	257,90	g
Cukry (glukoza)	5,06	g
Cukry (fruktoza)	16,70	g
Cukry (sacharoza)	18,62	g
Tłuszcze (nasycone)	35,12	g
Tłuszcze (jednonasycone)	29,20	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,51	g
Białko	99,69	g
Błonnik	38,56	g
Sól	7,08	g

Dieta: D05 ŁATWOS Z OGR.TŁ-WĄTROBOWA D05

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, wek+pomidor+ rukola+kiełbasa dr+ ser b - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 662,76 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 106,34 , Cukry: 16,84 , Tłuszcz ogółem: 10,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,97 , Białko: 31,59 , Błonnik: 4,71 , Sól: 1,48

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Leczo z mięsem i wekiem - w tym alergeny (Gluten, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 637,74 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 92,75 , Cukry: 11,55 , Tłuszcz ogółem: 10,07 w tym nasycone kwasy

tłuszczowe 2,79 , Białko: 36,09 , Błonnik: 8,85 , Sól: 1,53

PODWIECZOREK

mus warzywno-owocowy

Wartość energetyczna: 50,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11 , Cukry: 9,5 , Tłuszcz ogółem: ,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,1 , Białko: ,3 , Błonnik: 1,5 , Sól: ,01

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+kiełbasa szynkowa+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 480,39 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,5 , Cukry: 6,06 , Tłuszcz ogółem: 10,41 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,42 , Białko: 23,19 , Błonnik: 3 , Sól: 2,19

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	1 830,90	kcal
Węglowodny przyswajalne	276,58	g
Cukry (glukoza)	4,61	g
Cukry (fruktoza)	16,29	g
Cukry (sacharoza)	23,04	g
Tłuszcze (nasycone)	12,28	g
Tłuszcze (jednonasycone)	11,35	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,72	g
Białko	91,17	g
Błonnik	18,06	g
Sól	5,21	g

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

ŚNIADANIE

graham+pomidor+ rukola+kiełbasa dr+ ser biały - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 342,43 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,45 , Cukry: 2,05 , Tłuszcz ogółem: 2,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,57 , Białko: 21,28 , Błonnik: 8,73 , Sól: 1,44

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Leczo z chlebem graham - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 579,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 78,19 , Cukry: 9,44 , Tłuszcz ogółem: 15,79 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,3 , Białko: 45,22 , Błonnik: 13,6 , Sól: 1,61

PODWIECZOREK

mus warzywno-owocowy

Wartość energetyczna: 50,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11 , Cukry: 9,5 , Tłuszcz ogółem: ,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,1 , Białko: ,3 , Błonnik: 1,5 , Sól: ,01

Kolacja

Graham+kiełbasa szynkowa+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 366,74 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,66 , Cukry: 3,16 , Tłuszcz ogółem: 4,83 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,54 , Białko: 19,38 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,32

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	1 338,21	kcal
Węglowodny przyswajalne	196,30	g
Cukry (glukoza)	4,36	g
Cukry (fruktoza)	16,00	g

Cukry (sacharoza)	3,79	g
Tłuszcze (nasycone)	3,51	g
Tłuszcze (jednonasycone)	10,28	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,40	g
Białko	86,18	g
Błonnik	32,71	g
Sól	5,38	g

Dieta: D06 BOGATORESZTKOWA D06

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb graham+ogórek+rukola+ser b +kiełbasa dr - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 502,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,81 , Cukry: 13,9 , Tłuszcz ogółem: 14,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,77 , Białko: 21,29 , Błonnik: 8,38 , Sól: 1,44

OBIAD

Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kompot bez cukru, Leczo z chlebem graham - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 541,38 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 78,19 , Cukry: 9,44 , Tłuszcz ogółem: 11,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,14 , Białko: 45,22 , Błonnik: 13,6 , Sól: 1,61

PODWIECZOREK

mus warzywno-owocowy

Wartość energetyczna: 50,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11 , Cukry: 9,5 , Tłuszcz ogółem: ,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,1 , Białko: ,3 , Błonnik: 1,5 , Sól: ,01

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ parówka+ pomidor+ ketchup - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 766,22 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,22 , Cukry: 5,15 , Tłuszcz ogółem: 40,03 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,33 , Białko: 25,49 , Błonnik: 9,12 , Sól: 3,1

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	1 859,71	kcal
Węglowodny przyswajalne	221,21	g
Cukry (glukoza)	4,11	g
Cukry (fruktoza)	15,60	g
Cukry (sacharoza)	18,28	g
Tłuszcze (nasycone)	29,34	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,66	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,48	g
Białko	92,29	g
Błonnik	32,60	g
Sól	6,17	g

Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb mieszany+ogórek+rukola+ser b+kiełbasa dr - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 844,74 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 123,66 , Cukry: 15,73 , Tłuszcz ogółem: 20,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,51 , Białko: 34,07 , Błonnik: 10,18 , Sól: 2,01

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

Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kompot bez cukru, Leczo z chlebem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 559,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,99 , Cukry: 10,54 , Tłuszcz ogółem: 10,82 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,12 , Białko: 42,43 , Błonnik: 11,4 , Sól: 1,5

PODWIECZOREK

mus warzywno-owocowy

Wartość energetyczna: 50,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11 , Cukry: 9,5 , Tłuszcz ogółem: ,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,1 , Białko: ,3 , Błonnik: 1,5 , Sól: ,01

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb mieszany+ parówka+ pomidor+ ketchup - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 858,48 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,41 , Cukry: 6,23 , Tłuszcz ogółem: 40,18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,38 , Białko: 26,03 , Błonnik: 9,06 , Sól: 3,32

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	2 403,02	kcal
Węglowodny przyswajalne	318,35	g
Cukry (glukoza)	4,11	g
Cukry (fruktoza)	15,60	g
Cukry (sacharoza)	23,79	g
Tłuszcze (nasycone)	34,90	g
Tłuszcze (jednonasycone)	29,38	g
Tłuszcze (wielonasycone)	10,06	g
Białko	109,27	g
Błonnik	32,14	g
Sól	7,08	g

Dieta: D10 PRZETARTA (zmielona) D10

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, wek+pomidor+ser b+kiełbasa dr - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 652,32 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,11 , Cukry: 15,88 , Tłuszcz ogółem: 20,77 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,73 , Białko: 27,98 , Błonnik: 3,67 , Sól: 1,08

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Leczo z mięsem i wekiem - w tym alergeny (Gluten, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 682,77 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 92,75 , Cukry: 11,55 , Tłuszcz ogółem: 14,84 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,12 , Białko: 36,09 , Błonnik: 8,85 , Sól: 1,53

PODWIECZOREK

mus warzywno-owocowy

Wartość energetyczna: 50,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11 , Cukry: 9,5 , Tłuszcz ogółem: ,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,1 , Białko: ,3 , Błonnik: 1,5 , Sól: ,01

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Wek+parówka+pomidor+ ketchup - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z kaszą - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 917,58 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 82,78 , Cukry: 6,69 , Tłuszcz ogółem: 46,61 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 23,26 , Białko: 32,37 , Błonnik: 4,38 , Sól: 2,76

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 302,68	kcal
Węglowodny przyswajalne	270,64	g
Cukry (glukoza)	4,53	g
Cukry (fruktoza)	16,19	g
Cukry (sacharoza)	22,89	g
Tłuszcze (nasycone)	39,21	g
Tłuszcze (jednonasycone)	33,38	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,73	g
Białko	96,74	g
Błonnik	18,40	g
Sól	5,38	g

Dieta: D1/GL BEZGLUTENOWA D01/GL

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb bezgl+ogórek+rukola+ser b+kiełbasa dr - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 262,31 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 16,09 , Cukry: 13,54 , Tłuszcz ogółem: 15,99 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,11 , Białko: 11,36 , Błonnik: ,7 , Sól: ,14

OBIAD

Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą (bezgluten) - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Kompot z cukrem, Leczo z chlebem bezglutenowym - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 470,72 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 63,74 , Cukry: 38,72 , Tłuszcz ogółem: 10,47 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,57 , Białko: 34,8 , Błonnik: 9,9 , Sól: ,57

PODWIECZOREK

Orzechy 40 g, mus warzywno-owocowy

Wartość energetyczna: 316,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,6 , Cukry: 10,38 , Tłuszcz ogółem: 22,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,72 , Białko: 6,7 , Błonnik: 4,1 , Sól: ,01

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 224,62 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,49 , Cukry: 15,3 , Tłuszcz ogółem: 16,19 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,34 , Białko: 1,36 , Błonnik: 1,2 , Sól: ,09

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 274,05	kcal
Węglowodny przyswajalne	110,92	g
Cukry (glukoza)	5,37	g
Cukry (fruktoza)	17,96	g
Cukry (sacharoza)	54,61	g
Tłuszcze (nasycone)	26,75	g
Tłuszcze (jednonasycone)	18,18	g
Tłuszcze (wielonasycone)	20,68	g
Białko	54,22	g
Błonnik	15,89	g
Sól	0,82	g

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

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb graham+ogórek+rukola+kiełbasa dr+ser b - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 502,11 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,81 , Cukry: 13,9 , Tłuszcz ogółem: 14,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,77 , Białko: 21,29 , Błonnik: 8,38 , Sól: 1,44

OBIAD

Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kompot bez cukru, Leczo z chlebem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 526,37 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 78,19 , Cukry: 9,44 , Tłuszcz ogółem: 11,2 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,14 , Białko: 41,62 , Błonnik: 13,6 , Sól: 1,4

PODWIECZOREK

mus warzywno-owocowy

Wartość energetyczna: 50,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11 , Cukry: 9,5 , Tłuszcz ogółem: ,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,1 , Białko: ,3 , Błonnik: 1,5 , Sól: ,01

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+ kiełb szynkowa+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 577,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 62,85 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 20,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,15 , Białko: 25,26 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,5

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	1 656,11	kcal
Węglowodny przyswajalne	218,85	g
Cukry (glukoza)	4,11	g
Cukry (fruktoza)	15,60	g
Cukry (sacharoza)	17,65	g
Tłuszcze (nasycone)	22,17	g
Tłuszcze (jednonasycone)	14,98	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,52	g
Białko	88,47	g
Błonnik	32,36	g
Sól	5,36	g

Dieta: D1/ML BEZMLECZNA D01/ML

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb mieszany+ogórek+rukola+miód+kiełbasa dr - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 700,01 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 126,24 , Cukry: 15,89 , Tłuszcz ogółem: 14,04 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,68 , Białko: 11,84 , Błonnik: 8,19 , Sól: 1,63

OBIAD

Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kompot bez cukru, Leczo z chlebem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 559,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,99 , Cukry: 10,54 , Tłuszcz ogółem: 10,82 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,12 , Białko: 42,43 , Błonnik: 11,4 , Sól: 1,5

PODWIECZOREK

mus warzywno-owocowy

Wartość energetyczna: 50,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11 , Cukry: 9,5 , Tłuszcz ogółem: ,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,1 , Białko: ,3 , Błonnik: 1,5 , Sól: ,01

Kolacja

Chleb mieszany+ parówka+ pomidor+ ketchup - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa z mlekiem bez laktozy - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 852,68 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,23 , Cukry: 4,87 , Tłuszcz ogółem: 36,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 17,24 , Białko: 25,67 , Błonnik: 9,06 , Sól: 3,11

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 162,49	kcal
Węglowodny przyswajalne	310,45	g
Cukry (glukoza)	4,08	g
Cukry (fruktoza)	15,56	g
Cukry (sacharoza)	21,17	g
Tłuszcze (nasycone)	27,14	g
Tłuszcze (jednonasycone)	25,27	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,35	g
Białko	80,24	g
Błonnik	30,15	g
Sól	6,26	g

Dieta: D4/WE WEGETARIAŃSKA D04/WE

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb mieszany+ogórek+rukola+miód+ser biały - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 670,99 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,19 , Cukry: 15,47 , Tłuszcz ogółem: 14,3 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,83 , Białko: 21,87 , Błonnik: 8,32 , Sól: 1,68

OBIAD

Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kompot bez cukru, Leczo wegetariańskie z ciecierzycą i ryżem+chleb - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 1 145,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 207,74 , Cukry: 12,27 , Tłuszcz ogółem: 15,89 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,74 , Białko: 34,58 , Błonnik: 21,64 , Sól: 1,1

PODWIECZOREK

mus warzywno-owocowy

Wartość energetyczna: 50,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 11 , Cukry: 9,5 , Tłuszcz ogółem: ,1 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,1 , Białko: ,3 , Błonnik: 1,5 , Sól: ,01

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb mieszany+ awokado+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 786,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 88,09 , Cukry: 6,1 , Tłuszcz ogółem: 32,51 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,98 , Białko: 20,49 , Błonnik: 12,12 , Sól: 1,67

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 653,31	kcal
Węglowodny przyswajalne	415,02	g
Cukry (glukoza)	4,00	g
Cukry (fruktoza)	15,61	g
Cukry (sacharoza)	23,73	g
Tłuszcze (nasycone)	23,65	g
Tłuszcze (jednonasycone)	28,15	g
Tłuszcze (wielonasycone)	11,01	g
Białko	77,23	g
Błonnik	43,58	g
Sól	4,46	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+ogórek+rukola+ser b+ kiełb	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
	Ogórek	50,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Rukola	20,0	g
	Kiełbasa Drobiowa *(6, 10)	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Kości, wywar	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Leczo z chlebem **(duszenie)	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	100,0	g
	Cebula	10,0	g
	Kapusta pekińska	60,0	g
	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	60,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
mus warzywno-owocowy **(obróbka wstępna	Mus Owocowo-Warzywny	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
Chleb mieszany+ parówka+ pomidor+ ketchu	Parówki Popularne- Śląskie *(1, 10)	80,0	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

	Keczup *(9)	5,0	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+pomidor+ rukola+kiełbasa dr+ser b **(o	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Rukola	20,0	g
	Kiełbasa Drobiowa *(6, 10)	30,0	g
Zupa mleczna z kaszą **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Kości, wywar	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Leczo z mięsem i wekiem **(duszenie)	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Kapusta pekińska	80,0	g
	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	120,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
mus warzywno-owocowy **(obróbka wstępna	Mus Owocowo-Warzywny	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+parówka+pomidor+ketchup **(gotowani	Parówki Popularne- Śląskie *(1, 10)	80,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g

	Keczup *(9)	5,0	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+pomidor+ rukola+ser b+kiełbasa dr **(o	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Kiełbasa Drobiowa *(6, 10)	30,0	g
Zupa mleczna z kaszą **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Kości, wywar	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Leczo z mięsem i wekiem **(duszenie)	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Kapusta pekińska	80,0	g
	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	120,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
mus warzywno-owocowy **(obróbka wstępna	Mus Owocowo-Warzywny	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 szynkowa+pomidor **(gotowa	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	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+ogórek+rukola+kiełbasa dr+s	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Ogórek	50,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Rukola	20,0	g
	Kiełbasa Drobiowa *(6, 10)	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Kości, wywar	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Leczo z chlebem graham **(duszenie)	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Cebula	10,0	g
	Kapusta pekińska	60,0	g
	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	60,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
mus warzywno-owocowy **(obróbka wstępna	Mus Owocowo-Warzywny	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
Chleb graham+ parówka+ pomidor+ ketchup	Parówki Popularne- Śląskie *(1, 10)	80,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Keczup *(9)	5,0	g
Inne składniki			

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

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 graham+ogórek+rukola+ser b+ kiełbas	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Ogórek	50,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Rukola	20,0	g
	Kiełbasa Drobiowa *(6, 10)	30,0	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
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Kości, wywar	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Leczo z chlebem graham **(duszenie)	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Cebula	10,0	g
	Kapusta pekińska	60,0	g
	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	60,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
mus warzywno-owocowy **(obróbka wstępna	Mus Owocowo-Warzywny	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
Chleb graham+ parówka+ pomidor+ ketchup	Parówki Popularne- Śląskie *(1, 10)	80,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g

	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Keczup *(9)	5,0	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+pomidor+ rukola+kiełbasa dr+ ser b **(o	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Rukola	20,0	g
	Kiełbasa Drobiowa *(6, 10)	30,0	g
Zupa mleczna z kaszą **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Kości, wywar	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Leczo z mięsem i wekiem **(duszenie)	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Kapusta pekińska	80,0	g
	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	120,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
mus warzywno-owocowy **(obróbka wstępna	Mus Owocowo-Warzywny	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 szynkowa+pomidor **(gotowa	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	g
Inne składniki			

Dieta: D05/M MOD.- UBOGOENERGETYCZNA D05/

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
graham+pomidor+ rukola+kiełbasa dr+ ser bi	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Rukola	20,0	g
	Kiełbasa Drobiowa *(6, 10)	30,0	g
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Kości, wywar	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Leczo z chlebem graham **(duszenie)	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Cebula	10,0	g
	Kapusta pekińska	60,0	g
	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	60,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
mus warzywno-owocowy **(obróbka wstępna	Mus Owocowo-Warzywny	100,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Graham+kiełbasa szynkowa+pomidor **(goto	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	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+ogórek+rukola+ser b +kiełbas	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Ogórek	50,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Rukola	20,0	g
	Kiełbasa Drobiowa *(6, 10)	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Kości, wywar	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Leczo z chlebem graham **(duszenie)	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Cebula	10,0	g
	Kapusta pekińska	60,0	g
	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	60,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
mus warzywno-owocowy **(obróbka wstępna	Mus Owocowo-Warzywny	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
Chleb graham+ parówka+ pomidor+ ketchup	Parówki Popularne- Śląskie *(1, 10)	80,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Keczup *(9)	5,0	g

Inne składniki

Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+ogórek+rukola+ser b+kiełba	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
	Ogórek	50,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Rukola	20,0	g
	Kiełbasa Drobiowa *(6, 10)	30,0	g
Zupa mleczna z kaszą **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(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
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Kości, wywar	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Leczo z chlebem **(duszenie)	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	100,0	g
	Cebula	10,0	g
	Kapusta pekińska	60,0	g
	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	60,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
mus warzywno-owocowy **(obróbka wstępna	Mus Owocowo-Warzywny	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
Chleb mieszany+ parówka+ pomidor+ ketchu	Parówki Popularne- Śląskie *(1, 10)	80,0	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
	Keczup *(9)	5,0	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+pomidor+ser b+kiełbasa dr **(obróbka	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Kiełbasa Drobiowa *(6, 10)	30,0	g
Zupa mleczna z kaszą **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Kości, wywar	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Leczo z mięsem i wekiem **(duszenie)	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Kapusta pekińska	80,0	g
	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	120,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
mus warzywno-owocowy **(obróbka wstępna	Mus Owocowo-Warzywny	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+parówka+pomidor+ketchup **(gotowani	Parówki Popularne- Śląskie *(1, 10)	80,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Keczup *(9)	5,0	g
Zupa mleczna z kaszą **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	30,0	g
Inne składniki			

Dieta: D1/GL BEZGLUTENOWA D01/GL

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb bezgl+ogórek+rukola+ser b+kiełbasa	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Ogórek	50,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Rukola	20,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Kiełbasa Drobiowa *(6, 10)	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą (bezgl	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	300,0	g
	Skrobia kukurydziana	20,0	g
	Fasola szparagowa	20,0	g
	Groszek zielony	10,0	g
	Kalafior	10,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Kompot z cukrem **(gotowanie)	Kompot z jabłek, z cukrem	250,0	g
Leczo z chlebem bezglutenowym **(duszeni	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Cebula	10,0	g
	Kapusta pekińska	60,0	g
	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	60,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Orzechy 40 g **(obróbka wstępna)	Orzechy włoskie	40,0	g
mus warzywno-owocowy **(obróbka wstępna	Mus Owocowo-Warzywny	100,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb bezgl+ kiełbasa dr+ pomidor **(gotowa	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Kiełbasa Drobiowa *(6, 10)	50,0	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+ogórek+rukola+kiełbasa dr+s	Ser twarogowy chudy *(7)	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Ogórek	50,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Rukola	20,0	g
	Kiełbasa Drobiowa *(6, 10)	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Woda	300,0	g
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Leczo z chlebem **(duszenie)	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Cebula	10,0	g
	Kapusta pekińska	60,0	g
	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	60,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
mus warzywno-owocowy **(obróbka wstępna	Mus Owocowo-Warzywny	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
Chleb graham+ kiełb szynkowa+ pomidor **(	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Kiełbasa Szynkowa Wieprzowa *(6)	50,0	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+ogórek+rukola+miód+kiełba	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Ogórek	50,0	g
	Miód pszczeli	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Masło Bez Laktozy	15,0	g
	Kiełbasa Drobiowa *(6, 10)	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Kości, wywar	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Leczo z chlebem **(duszenie)	Mięso z ud kurczaka, bez skóry	100,0	g
	Olej rzepakowy	5,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	100,0	g
	Cebula	10,0	g
	Kapusta pekińska	60,0	g
	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	80,0	g
	Pieczarka uprawna, świeża	60,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm

mus warzywno-owocowy **(obróbka wstępna	Mus Owocowo-Warzywny	100,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb mieszany+ parówka+ pomidor+ ketchu	Parówki Popularne- Śląskie *(1, 10)	80,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Keczup *(9)	5,0	g
	Masło Bez Laktozy	15,0	g
Kawa zbożowa z mlekiem bez laktozy **(got	Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Inne składniki			

Dieta: D4/WE WEGETARIAŃSKA D04/WE

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+ogórek+rukola+miód+ser bi	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
	Ogórek	50,0	g
	Szczypiorek	5,0	g
	Miód pszczeli	25,0	g
	Rukola	20,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Zupa grysikowa z jarzynami **(gotowanie)	Kasza manna *(1)	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Woda	300,0	g
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Leczo wegetariańskie z ciecierzycą i ryżem+	Olej rzepakowy	10,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	10,0	g
	Ryż biały	80,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	100,0	g
	Miesz. warzyw. z przyprawami, mrożona	120,0	g
	Ciecierzyca Suszona	80,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
mus warzywno-owocowy **(obróbka wstępna	Mus Owocowo-Warzywny	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
Chleb mieszany+ awokado+ pomidor **(goto	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
	Awokado	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