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+ pasta z jaj ze szczyp+ pomid+ rosz - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 741,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,88 , Cukry: 15,79 , Tłuszcz ogółem: 28,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,95 , Białko: 23,18 , Błonnik: 8,59 , Sól: 2,03

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kiełbasa biała w kapuście - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe), ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 827,24 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,4 , Cukry: 14,86 , Tłuszcz ogółem: 15,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,53 , Białko: 27,62 , Błonnik: 12,84 , Sól: 2,71

PODWIECZOREK

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 652,66 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,66 , Cukry: 5,6 , Tłuszcz ogółem: 19,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,72 , Białko: 27,29 , Błonnik: 8,82 , Sól: 2,62

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	2 415,70	kcal
Węglowodny przyswajalne	318,55	g
Cukry (glukoza)	15,81	g
Cukry (fruktoza)	15,97	g
Cukry (sacharoza)	42,87	g
Tłuszcze (nasycone)	34,44	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,27	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,82	g
Białko	80,09	g
Błonnik	33,64	g
Sól	7,37	g

Dieta: D02 ŁATWOSTRAWNA D02

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 857,28 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,92 , Cukry: 8,45 , Tłuszcz ogółem: 33,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,95 , Białko: 33,45 , Błonnik: 3,51 , Sól: 1,8

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kiełbasa biała w sosie

pomidorowym - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), ziemniaki gotowane, Kalafior

Wartość energetyczna: 752,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,26 , Cukry: 14,39 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,44 , Białko: 28,79 , Błonnik: 13,35 , Sól: 2,32

PODWIECZOREK

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

Kolacja

wek+szynka+pomid - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 576,37 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,19 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 21,46 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,38 , Białko: 24,82 , Błonnik: 3 , Sól: 2,09

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	2 380,31	kcal
Węglowodny przyswajalne	311,96	g
Cukry (glukoza)	15,34	g
Cukry (fruktoza)	16,15	g
Cukry (sacharoza)	34,81	g
Tłuszcze (nasycone)	37,01	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,77	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,73	g
Białko	89,05	g
Błonnik	23,26	g
Sól	6,22	g

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

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 821,77 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 98,64 , Cukry: 8,2 , Tłuszcz ogółem: 29,52 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,79 , Białko: 33,29 , Błonnik: 3,15 , Sól: 1,76

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kiełbasa biała w sosie pomidorowym - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Kalafior, ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 752,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,26 , Cukry: 14,39 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,44 , Białko: 28,79 , Błonnik: 13,35 , Sól: 2,32

PODWIECZOREK

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

Kolacja

wek+szynka+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 576,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,19 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 21,46 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,38 , Białko: 24,82 , Błonnik: 2,34 , Sól: 2,09

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

Wartość energetyczna kcal	2 344,83	kcal
Węglowodny przyswajalne	311,69	g
Cukry (glukoza)	15,24	g
Cukry (fruktoza)	16,03	g
Cukry (sacharoza)	34,79	g
Tłuszcze (nasycone)	36,84	g
Tłuszcze (jednonasycone)	18,56	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,50	g
Białko	88,90	g
Błonnik	22,24	g
Sól	6,18	g

Dieta: D03 Z OGR. WĘGLOWOD-CUKRZYCA D03

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb grafam+ pasta z jaj ze szczyp+ pomid+ rosz - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 652,78 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,38 , Cukry: 14,71 , Tłuszcz ogółem: 28,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,89 , Białko: 22,67 , Błonnik: 8,65 , Sól: 1,8

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kiełbasa biała w kapuście - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe), ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 827,25 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,41 , Cukry: 14,86 , Tłuszcz ogółem: 15,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,53 , Białko: 27,63 , Błonnik: 12,84 , Sól: 2,71

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+pomid+szynka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 554,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 62,69 , Cukry: 3,12 , Tłuszcz ogółem: 19,18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,64 , Białko: 26,32 , Błonnik: 8,28 , Sól: 2,38

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	2 109,08	kcal
Węglowodny przyswajalne	245,62	g
Cukry (glukoza)	9,41	g
Cukry (fruktoza)	15,92	g
Cukry (sacharoza)	21,91	g
Tłuszcze (nasycone)	34,12	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,25	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,55	g
Białko	77,22	g
Błonnik	32,76	g
Sól	6,90	g

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

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb grafam+ pasta z jaj ze szczyp+ pomid+roszp - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 606,61 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,92 , Cukry: 14,65 , Tłuszcz ogółem: 28,46 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,83 , Białko: 21,01 , Błonnik: 7,37 , Sól: 1,59

DRUGIE ŚNIADANIE

graham 60 g+ masło+ ogórek 50 g - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 183,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 26,62 , Cukry: ,93 , Tłuszcz ogółem: 4,99 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,95 , Białko: 5,37 , Błonnik: 4,09 , Sól: ,67

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kiełbasa biała w kapuście - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe), ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 827,24 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,4 , Cukry: 14,86 , Tłuszcz ogółem: 15,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,53 , Białko: 27,62 , Błonnik: 12,84 , Sól: 2,71

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+szynka+pomid - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 507,86 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,23 , Cukry: 3,06 , Tłuszcz ogółem: 18,83 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,58 , Białko: 24,67 , Błonnik: 7 , Sól: 2,16

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	2 385,21	kcal
Węglowodny przyswajalne	282,19	g
Cukry (glukoza)	10,36	g
Cukry (fruktoza)	17,02	g
Cukry (sacharoza)	22,25	g
Tłuszcze (nasycone)	39,90	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,79	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,58	g
Białko	84,73	g
Błonnik	38,73	g
Sól	7,79	g

Dieta: D05 ŁATWOS Z OGR.TŁ-WĄTROBOWA D05

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 713,79 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 99,26 , Cukry: 8,4 , Tłuszcz ogółem: 17,82 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 7,59 , Białko: 33,59 , Błonnik: 3,43 , Sól: 1,76

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kiełbasa biała w sosie pomidorowym - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), Kalafior, ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 752,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,26 , Cukry: 14,39 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,44 , Białko: 28,79 , Błonnik: 13,35 , Sól: 2,32

PODWIECZOREK

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

Kolacja

wek+szynka+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 464,21 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 67,09 , Cukry: 5,06 , Tłuszcz ogółem: 9,71 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,17 , Białko: 24,71 , Błonnik: 2,34 , Sól: 2,09

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 124,65	kcal
Węglowodny przyswajalne	312,21	g
Cukry (glukoza)	15,32	g
Cukry (fruktoza)	16,13	g
Cukry (sacharoza)	34,81	g
Tłuszcze (nasycone)	20,43	g
Tłuszcze (jednonasycone)	11,84	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,18	g
Białko	89,09	g
Błonnik	22,52	g
Sól	6,18	g

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

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 422,93 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,09 , Cukry: 2,06 , Tłuszcz ogółem: 9,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,25 , Białko: 22,74 , Błonnik: 8,56 , Sól: 1,72

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kiełbasa biała w sosie pomidorowym - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), ziemniaki gotowane, Kalafior

Wartość energetyczna: 752,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,26 , Cukry: 14,39 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,44 , Białko: 28,79 , Błonnik: 13,35 , Sól: 2,32

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+szynka+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 355,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,16 , Cukry: 3,16 , Tłuszcz ogółem: 4,15 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,32 , Białko: 20,76 , Błonnik: 6,91 , Sól: 2,24

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 605,81	kcal
Węglowodny przyswajalne	225,66	g
Cukry (glukoza)	9,52	g
Cukry (fruktoza)	16,83	g
Cukry (sacharoza)	7,82	g
Tłuszcze (nasycone)	13,06	g

Tłuszcze (jednonasycone)	5,92	g
Tłuszcze (wielonasycone)	4,61	g
Białko	72,89	g
Błonnik	31,83	g
Sól	6,29	g

Dieta: D06 BOGATORESZTKOWA D06

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb grafam+ pasta z jaj ze szczyp+ pomid+roszpon - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 652,78 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,38 , Cukry: 14,71 , Tłuszcz ogółem: 28,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,89 , Białko: 22,67 , Błonnik: 8,65 , Sól: 1,8

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kiełbasa biała w kapuście - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe), ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 827,24 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,4 , Cukry: 14,86 , Tłuszcz ogółem: 15,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,53 , Białko: 27,62 , Błonnik: 12,84 , Sól: 2,71

PODWIECZOREK

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+szynka+pomid - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 554,05 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 62,69 , Cukry: 3,12 , Tłuszcz ogółem: 19,18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,64 , Białko: 26,32 , Błonnik: 8,28 , Sól: 2,38

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	2 228,07	kcal
Węglowodny przyswajalne	274,07	g
Cukry (glukoza)	15,21	g
Cukry (fruktoza)	15,22	g
Cukry (sacharoza)	40,66	g
Tłuszcze (nasycone)	34,30	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,29	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,53	g
Białko	78,62	g
Błonnik	33,16	g
Sól	6,90	g

Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 735,46 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 95,18 , Cukry: 4,28 , Tłuszcz ogółem: 21,75 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,32 , Białko: 33,75 , Błonnik: 3,5 , Sól: 1,76

DRUGIE ŚNIADANIE

Kefir - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 100,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 9,4 , Cukry: 0 , Tłuszcz ogółem: 3,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 2,38 , Białko: 6,8 , Błonnik: 0 , Sól: ,19

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kiełbasa biała w sosie pomidorowym - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), ziemniaki gotowane, Kalafior

Wartość energetyczna: 752,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,26 , Cukry: 14,39 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,44 , Białko: 28,79 , Błonnik: 13,35 , Sól: 2,32

PODWIECZOREK

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

Wartość energetyczna: 235,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 42 , Cukry: 30,3 , Tłuszcz ogółem: 3,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,97 , Białko: 7,95 , Błonnik: 2,55 , Sól: ,24

Kolacja

wek+szynka+pomid - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 529,49 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,7 , Cukry: 3,66 , Tłuszcz ogółem: 17,45 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,62 , Białko: 24,33 , Błonnik: 2,4 , Sól: 2,08

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	2 353,11	kcal
Węglowodny przyswajalne	314,54	g
Cukry (glukoza)	12,54	g
Cukry (fruktoza)	13,55	g
Cukry (sacharoza)	26,55	g
Tłuszcze (nasycone)	32,72	g
Tłuszcze (jednonasycone)	17,38	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,49	g
Białko	101,62	g
Błonnik	21,81	g
Sól	6,59	g

Dieta: D10 PRZETARTA (zmielona) D10

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 735,48 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 76,28 , Cukry: 7,49 , Tłuszcz ogółem: 31,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,5 , Białko: 29,85 , Błonnik: 2,51 , Sól: 1,4

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kiełbasa biała w sosie pomidorowym - w tym alergeny (Gluten, Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), ziemniaki gotowane, Kalafior

Wartość energetyczna: 752,65 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,26 , Cukry: 14,39 , Tłuszcz ogółem: 9,5 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,44 , Białko: 28,79 , Błonnik: 13,35 , Sól: 2,32

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

wek+szynka+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa bez cukru - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), zupa mleczna z kaszą manną - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 716,21 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 82,22 , Cukry: 4,93 , Tłuszcz ogółem: 25,65 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 15,56 , Białko: 34,42 , Błonnik: 3,03 , Sól: 2,03

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 279,34	kcal
Węglowodny przyswajalne	275,91	g
Cukry (glukoza)	9,46	g
Cukry (fruktoza)	16,75	g
Cukry (sacharoza)	15,15	g
Tłuszcze (nasycone)	39,56	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,18	g
Tłuszcze (wielonasycone)	6,02	g
Białko	93,66	g
Błonnik	21,89	g
Sól	5,75	g

Dieta: D1/GL BEZGLUTENOWA D01/GL

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb bezglut+ pasta z jaj ze szczyp+ pomid+roszpo - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 375,55 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,62 , Cukry: 14,35 , Tłuszcz ogółem: 26,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,5 , Białko: 12,71 , Błonnik: ,96 , Sól: ,5

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą (bezgluten) - w tym alergeny (Białko mleka krowiego, Seler), Kiełbasa biała w sosie Pomidorowym (bezglut) - w tym alergeny (Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Seler, Musztarda/gorczyca), ziemniaki gotowane, Kalafior

Wartość energetyczna: 761,79 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 103,78 , Cukry: 15,33 , Tłuszcz ogółem: 10,13 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,96 , Białko: 27,85 , Błonnik: 14,16 , Sól: 2,36

PODWIECZOREK

Banan

Wartość energetyczna: 242,5 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,5 , Cukry: 48 , Tłuszcz ogółem: ,53 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,3 , Białko: 2,5 , Błonnik: 4,25 , Sól: ,01

Kolacja

Chleb bezglut+szynka+pomid - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 264,03 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 22,89 , Cukry: 22,23 , Tłuszcz ogółem: 13,72 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,1 , Białko: 10,46 , Błonnik: ,06 , Sól: ,94

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 643,87	kcal
Węglowodny przyswajalne	196,78	g
Cukry (glukoza)	17,20	g
Cukry (fruktoza)	17,56	g
Cukry (sacharoza)	65,15	g
Tłuszcze (nasycone)	29,86	g
Tłuszcze (jednonasycone)	16,58	g
Tłuszcze (wielonasycone)	4,66	g
Białko	53,52	g
Błonnik	19,44	g
Sól	3,81	g

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

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, Chleb graham+ pasta z jaj ze szczyp+ pomid+roszpon - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Musztarda/gorczyca, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 652,78 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,38 , Cukry: 14,71 , Tłuszcz ogółem: 28,8 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,89 , Białko: 22,67 , Błonnik: 8,65 , Sól: 1,8

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kiełbasa biała w kapuście - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe), ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 812,23 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,4 , Cukry: 14,86 , Tłuszcz ogółem: 15,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,53 , Białko: 24,03 , Błonnik: 12,84 , Sól: 2,5

PODWIECZOREK

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graham+szynka+pomid - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 554,06 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 62,69 , Cukry: 3,12 , Tłuszcz ogółem: 19,18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,64 , Białko: 26,32 , Błonnik: 8,28 , Sól: 2,38

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	2 213,07	kcal
Węglowodny przyswajalne	274,07	g
Cukry (glukoza)	15,21	g
Cukry (fruktoza)	15,22	g
Cukry (sacharoza)	40,66	g
Tłuszcze (nasycone)	34,30	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,29	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,53	g
Białko	75,02	g
Błonnik	33,16	g
Sól	6,69	g

Dieta: D1/ML BEZMLECZNA D01/ML

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 741,8 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,88 , Cukry: 15,79 , Tłuszcz ogółem: 28,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,95 , Białko: 23,18 , Błonnik: 8,59 , Sól: 2,03

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler), Kiełbasa biała w kapuście - w tym alergeny (Gluten, Białko sojowe), ziemniaki gotowane

Wartość energetyczna: 827,24 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,4 , Cukry: 14,86 , Tłuszcz ogółem: 15,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,53 , Białko: 27,62 , Błonnik: 12,84 , Sól: 2,71

PODWIECZOREK

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

Kolacja

Chleb mieszany+pomid+szynka - 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: 637,36 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 83,02 , Cukry: 2,84 , Tłuszcz ogółem: 15,95 w tym nasycone kwasy

tłuszczowe 9,55 , Białko: 26,48 , Błonnik: 8,22 , Sól: 2,4

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 400,40	kcal
Węglowodny przyswajalne	315,91	g
Cukry (glukoza)	15,21	g
Cukry (fruktoza)	15,22	g
Cukry (sacharoza)	41,46	g
Tłuszcze (nasycone)	32,27	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,12	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,65	g
Białko	79,28	g
Błonnik	33,04	g
Sól	7,15	g

Dieta: D4/WE WEGETARIAŃSKA D04/WE

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 742,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,58 , Cukry: 15,79 , Tłuszcz ogółem: 28,95 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,95 , Białko: 23,29 , Błonnik: 8,62 , Sól: 2,03

OBIAD

Kompot bez cukru, Papryka nadziewana wege - w tym alergeny (Gluten, Seler), Zupa grysikowa z jarzynami - w tym alergeny (Gluten, Seler)

Wartość energetyczna: 527,75 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 96,29 , Cukry: 15,48 , Tłuszcz ogółem: 6,79 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,82 , Białko: 12,33 , Błonnik: 11,33 , Sól: ,12

PODWIECZOREK

Banan

Wartość energetyczna: 194,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 43,6 , Cukry: 38,4 , Tłuszcz ogółem: ,42 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,24 , Białko: 2 , Błonnik: 3,4 , Sól: ,01

Kolacja

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

Wartość energetyczna: 814,95 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 104,17 , Cukry: 4,7 , Tłuszcz ogółem: 30,18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,89 , Białko: 24,01 , Błonnik: 8,22 , Sól: 2,81

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 279,33	kcal
Węglowodny przyswajalne	331,64	g
Cukry (glukoza)	15,36	g
Cukry (fruktoza)	16,36	g
Cukry (sacharoza)	42,66	g
Tłuszcze (nasycone)	31,90	g
Tłuszcze (jednonasycone)	24,91	g
Tłuszcze (wielonasycone)	9,54	g
Białko	61,64	g
Błonnik	31,57	g
Sól	4,97	g

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

Dieta: D01 PODSTAWOWA D01

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+ pasta z jaj ze szczyp+ pom	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Roszponka	20,0	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
Kiełbasa biała w kapuście **(gotowanie)	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Kapusta biała	190,0	g
	Koper ogrodowy	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kiełbasa Biała *(6)	100,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan **(obróbka wstępna)	Banan	200,0	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+szynka+pomid **(obróbka	Szynka wieprzowa, gotowana	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
Inne składniki			

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

Dieta: D02 ŁATWOSTRAWNA D02

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	1,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+ pasta z jaj ze szczyp+ pomidor+roszpo	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	5,0	g
	Roszponka	20,0	g
zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa 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
Kiełbasa biała w sosie pomidorowym **(goto	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	15,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kiełbasa Biała *(6)	80,0	g
	Woda	125,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kalafior **(gotowanie)	Kalafior	200,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
wek+szynka+pomid **(obróbka wstępna)	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Inne składniki			

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

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	1,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+ pasta z jaj + pomidor **(obróbka wstęp	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa 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
Kiełbasa biała w sosie pomidorowym **(goto	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	15,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kiełbasa Biała *(6)	80,0	g
	Woda	125,0	g
Kalafior **(gotowanie)	Kalafior	200,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
wek+szynka+pomidor **(obróbka wstępna)	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Inne składniki			

Dieta: 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 grafam+ pasta z jaj ze szczyp+ pomid	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Roszponka	20,0	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
Kiełbasa biała w kapuście **(gotowanie)	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Kapusta biała	190,0	g
	Koper ogrodowy	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kiełbasa Biała *(6)	100,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	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+pomid+szynka **(obróbka wst	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	50,0	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 grafam+ pasta z jaj ze szczyp+ pomid	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Roszponka	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
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
Kiełbasa biała w kapuście **(gotowanie)	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Kapusta biała	190,0	g
	Koper ogrodowy	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kiełbasa Biała *(6)	100,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	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+szynka+pomid **(obróbka wst	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	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	1,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+ pasta z jaj + pomidor+ roszponka **(ob	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Roszponka	20,0	g
zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa 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
Kiełbasa biała w sosie pomidorowym **(goto	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	15,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kiełbasa Biała *(6)	80,0	g
	Woda	125,0	g
Kalafior **(gotowanie)	Kalafior	200,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
wek+szynka+pomidor **(obróbka wstępna)	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g

	Pomidor	100,0	g
Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Inne składniki			

Dieta: D05/M MOD.- UBOGOENERGETYCZNA D05/

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
graham+ pasta z jaj + pomidor+ roszponka **	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Roszponka	20,0	g
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa 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
Kiełbasa biała w sosie pomidorowym **(goto	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	15,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kiełbasa Biała *(6)	80,0	g
	Woda	125,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kalafior **(gotowanie)	Kalafior	200,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
graham+szynka+pomidor **(obróbka wstępn	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	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 grafam+ pasta z jaj ze szczyp+ pomid	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Roszponka	20,0	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
Kiełbasa biała w kapuście **(gotowanie)	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Kapusta biała	190,0	g
	Koper ogrodowy	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kiełbasa Biała *(6)	100,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan **(obróbka wstępna)	Banan	200,0	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+szynka+pomid **(obróbka wst	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	50,0	g
Inne składniki			

Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm

Herbata **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+ pasta z jaj ze szczyp+ pomid+roszponk	Jogurt naturalny, 2% tł. *(7)	10,0	g
	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	5,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Roszponka	20,0	g
zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kefir **(obróbka wstępna)	Kefir, 2% tł. *(7)	200,0	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
Kiełbasa biała w sosie pomidorowym **(goto	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	15,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kiełbasa Biała *(6)	80,0	g
	Woda	125,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kalafior **(gotowanie)	Kalafior	200,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
wek+szynka+pomid **(obróbka wstępna)	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	10,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g

Inne składniki

Dieta: D10 PRZETARTA (zmielona) D10

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	1,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+ pasta z jaj ze szczyp+ pomid **(obróbk	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	5,0	g
zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa 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
Kiełbasa biała w sosie pomidorowym **(goto	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	15,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	8,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kiełbasa Biała *(6)	80,0	g
	Woda	125,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kalafior **(gotowanie)	Kalafior	200,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
wek+szynka+pomidor **(obróbka wstępna)	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
Kawa zbożowa bez cukru **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g

zupa mleczna z kaszą manną **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Kasza manna *(1)	30,0	g
Inne składniki			

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 bezglut+ pasta z jaj ze szczyp+ pomid	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Roszponka	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
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
Kiełbasa biała w sosie Pomidorowym (bezglu	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	15,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	10,0	g
	Kiełbasa Biała *(6)	80,0	g
	Woda	125,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Kalafior **(gotowanie)	Kalafior	200,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan **(obróbka wstępna)	Banan	250,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb bezglut+szynka+pomid **(obróbka wst	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g

	Pomidor	50,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	5,0	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+ pasta z jaj ze szczyp+ pomid	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Roszponka	20,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
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
Kiełbasa biała w kapuście **(gotowanie)	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Kapusta biała	190,0	g
	Koper ogrodowy	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kiełbasa Biała *(6)	100,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan **(obróbka wstępna)	Banan	200,0	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+szynka+pomid **(obróbka wst	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g

	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	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+ pasta z jaj ze szczyp+ pom	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Roszponka	20,0	g
	Masło Bez Laktozy	15,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa 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
Kiełbasa biała w kapuście **(gotowanie)	Olej rzepakowy	5,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	5,0	g
	Kapusta biała	190,0	g
	Koper ogrodowy	5,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Kiełbasa Biała *(6)	100,0	g
ziemniaki gotowane **(gotowanie)	Ziemniaki, późne	300,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb mieszany+pomid+szynka **(obróbka	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	50,0	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+ pasta z jaj ze szczyp+ pom	Jaja kurze całe *(3)	90,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Szczypiorek	3,0	g
	Majonez domowy z olejem rzepakowym *(3, 10)	10,0	g
	Rukola	20,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Papryka nadziewana wege **(pieczenie)	Olej rzepakowy	5,0	g
	Kasza jęczmienna, perłowa *(1)	40,0	g
	Ryż biały	40,0	g
	Brokuły	20,0	g
	Kalafior	20,0	g
	Papryka czerwona	160,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	20,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
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
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Banan **(obróbka wstępna)	Banan	200,0	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+ser top+pomid+miód **(obr	Ser topiony, edamski *(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	50,0	g
	Miód pszczeli	25,0	g
Inne składniki			

** Sposób obróbki potrawy

* ALERGIE POKARMOWE - legenda:

1	Gluten	2	Skorupiaki	3	Jaja (jadalne)
4	Ryba	5	Orzeszki ziemne	6	Białko sojowe
7	Białko mleka krowiego	8	Orzechy i nasiona	9	Seler
10	Musztarda/gorczyca	11	Nasiona sezamu	12	Siarczyn i pochodna siarczynowa
13	Nasiona łubinu	14	Owoce morza	P15	Albumina
P16	Ananas	P17	Arbuz	P18	Aspartam
P19	Banan	P20	Białko jaja kurzego	P21	Borówka
P22	Bób	P23	Brzoskwinia	P24	Cebula
P25	Cynamon	P26	Cytrynian	P27	Czekolada
P28	Czosnek	P29	Dodatek do żywności	P30	Dorsz
P31	Drób	P32	Figi	P33	Gałka muszkatołowa
P34	Glutaminian	P35	Goździk	P36	Grzyb
P37	Homar	P38	Imbir	P39	Jabłko
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				