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

Wartość energetyczna: 666,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,93 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 18,23 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,21 , Białko: 17,58 , Błonnik: 8,54 , Sól: 2,58

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Spagetti bolognese - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 769,46 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,16 , Cukry: 13,86 , Tłuszcz ogółem: 18,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,54 , Białko: 36,62 , Błonnik: 13,69 , Sól: ,68

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb miesz+ jajko+kr.chrz+ kiełbasa zielon+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 703,49 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 86,06 , Cukry: 5,6 , Tłuszcz ogółem: 26,03 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,25 , Białko: 28,74 , Błonnik: 8,82 , Sól: 2,55

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	2 235,48	kcal
Węglowodny przyswajalne	295,95	g
Cukry (glukoza)	8,58	g
Cukry (fruktoza)	13,71	g
Cukry (sacharoza)	32,32	g
Tłuszcze (nasycone)	33,06	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,74	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,83	g
Białko	83,93	g
Błonnik	35,45	g
Sól	5,95	g

Dieta: D02 ŁATWOSTRAWNA D02

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, wek+pasztetowa+pomid+rukola+ szynka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 850,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,11 , Cukry: 16,66 , Tłuszcz ogółem: 26,08 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,49 , Białko: 27,32 , Błonnik: 3,44 , Sól: 2,4

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Spagetti bolognese - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 769,46 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,16 , Cukry: 13,86 , Tłuszcz ogółem: 18,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,54 , Białko: 36,62 , Błonnik: 13,69 , Sól: ,68

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), wek+ jajko+kiełbasa zielon+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 631,16 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,59 , Cukry: 6,06 , Tłuszcz ogółem: 28,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,91 , Białko: 26,27 , Błonnik: 3 , Sól: 2,02

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	2 347,03	kcal
Węglowodny przyswajalne	298,66	g
Cukry (glukoza)	8,58	g
Cukry (fruktoza)	13,71	g
Cukry (sacharoza)	33,90	g
Tłuszcze (nasycone)	38,00	g
Tłuszcze (jednonasycone)	26,54	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,99	g
Białko	91,20	g
Błonnik	24,53	g
Sól	5,24	g

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

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, wek+pomid+ szynka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 780,81 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107 , Cukry: 16,46 , Tłuszcz ogółem: 23,79 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 13,83 , Białko: 30,67 , Błonnik: 5,33 , Sól: 2,28

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Spagetti bolognese - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 814,26 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 111,52 , Cukry: 14,1 , Tłuszcz ogółem: 20,02 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,8 , Białko: 37,58 , Błonnik: 10,57 , Sól: ,71

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), wek+ jajko+kiełbasa zielon+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 631,16 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,59 , Cukry: 6,06 , Tłuszcz ogółem: 28,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,91 , Białko: 26,27 , Błonnik: 3 , Sól: 2,02

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

Wartość energetyczna kcal	2 316,23	kcal
Węglowodny przyswajalne	296,41	g
Cukry (glukoza)	5,70	g
Cukry (fruktoza)	8,01	g
Cukry (sacharoza)	24,42	g
Tłuszcze (nasycone)	37,32	g
Tłuszcze (jednonasycone)	28,62	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,76	g
Białko	100,96	g
Błonnik	18,90	g
Sól	5,25	g

Dieta: D03 Z OGR. WĘGLOWOD-CUKRZYCA D03

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 577,44 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,42 , Cukry: 14,46 , Tłuszcz ogółem: 18,08 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,16 , Białko: 17,07 , Błonnik: 8,6 , Sól: 2,35

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Spagetti bolognese - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 769,46 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,16 , Cukry: 13,86 , Tłuszcz ogółem: 18,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,54 , Białko: 36,62 , Błonnik: 13,69 , Sól: ,68

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graha+ jajko+kr.chrz+ kiełbasa zielon+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 614,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 64,54 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 25,88 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,2 , Białko: 28,22 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,32

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	2 057,30	kcal
Węglowodny przyswajalne	252,93	g
Cukry (glukoza)	8,58	g
Cukry (fruktoza)	13,71	g
Cukry (sacharoza)	30,16	g
Tłuszcze (nasycone)	32,96	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,78	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,61	g
Białko	82,91	g
Błonnik	35,57	g
Sól	5,49	g

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

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 531,24 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 57,96 , Cukry: 14,4 , Tłuszcz ogółem: 17,73 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,09 , Białko: 15,41 , Błonnik: 7,32 , Sól: 2,13

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 szparagowa z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Spagetti bolognese - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 769,46 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,16 , Cukry: 13,86 , Tłuszcz ogółem: 18,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,54 , Białko: 36,62 , Błonnik: 13,69 , Sól: ,68

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graha+ jajko+kr.chrz+ kiełbasa zielon+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 568,17 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 56,08 , Cukry: 4,46 , Tłuszcz ogółem: 25,54 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,13 , Białko: 26,57 , Błonnik: 7,6 , Sól: 2,1

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	2 333,37	kcal
Węglowodny przyswajalne	289,49	g
Cukry (glukoza)	9,53	g
Cukry (fruktoza)	14,81	g
Cukry (sacharoza)	30,50	g
Tłuszcze (nasycone)	38,73	g
Tłuszcze (jednonasycone)	24,32	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,63	g
Białko	90,42	g
Błonnik	41,54	g
Sól	6,39	g

Dieta: D05 ŁATWOS Z OGR.TŁ-WĄTROBOWA D05

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, wek+pomid+ szynka+ rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 673,63 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 107,3 , Cukry: 16,66 , Tłuszcz ogółem: 12,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,63 , Białko: 31,08 , Błonnik: 5,95 , Sól: 2,28

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Spagetti bolognese - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler,

Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 679,48 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,16 , Cukry: 13,86 , Tłuszcz ogółem: 8,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,87 , Białko: 36,62 , Błonnik: 13,69 , Sól: ,68

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), wek+ jajko+kiełbasa zielon+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 518,98 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,48 , Cukry: 6,06 , Tłuszcz ogółem: 16,32 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 8,7 , Białko: 26,16 , Błonnik: 3 , Sól: 2,02

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	1 968,08	kcal
Węglowodny przyswajalne	297,75	g
Cukry (glukoza)	8,58	g
Cukry (fruktoza)	13,71	g
Cukry (sacharoza)	33,90	g
Tłuszcze (nasycone)	18,26	g
Tłuszcze (jednonasycone)	13,85	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,13	g
Białko	94,85	g
Błonnik	27,04	g
Sól	5,12	g

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

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 350,61 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 53,11 , Cukry: 1,96 , Tłuszcz ogółem: 4,09 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,3 , Białko: 20,83 , Błonnik: 16,53 , Sól: 2,24

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Spagetti bolognese - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 679,42 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,15 , Cukry: 13,86 , Tłuszcz ogółem: 8,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,87 , Białko: 36,62 , Błonnik: 13,69 , Sól: ,68

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

graham+ jajko+kiełbasa zielon+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata bez cukru

Wartość energetyczna: 405,99 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 54,57 , Cukry: 3,16 , Tłuszcz ogółem: 10,76 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 5,85 , Białko: 22,21 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,17

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	1 532,02	kcal
Węglowodny przyswajalne	229,62	g

Cukry (glukoza)	8,58	g
Cukry (fruktoza)	13,71	g
Cukry (sacharoza)	16,30	g
Tłuszcze (nasycone)	11,08	g
Tłuszcze (jednonasycone)	7,96	g
Tłuszcze (wielonasycone)	4,64	g
Białko	80,65	g
Błonnik	43,50	g
Sól	5,23	g

Dieta: D06 BOGATORESZTKOWA D06

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 577,44 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 66,42 , Cukry: 14,46 , Tłuszcz ogółem: 18,08 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,16 , Białko: 17,07 , Błonnik: 8,6 , Sól: 2,35

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Spagetti bolognese - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 769,46 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,16 , Cukry: 13,86 , Tłuszcz ogółem: 18,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,54 , Białko: 36,62 , Błonnik: 13,69 , Sól: ,68

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graha+ jajko+kr.chrz+ kiełbasa zielon+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 614,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 64,54 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 25,88 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,2 , Białko: 28,22 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,32

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	2 057,30	kcal
Węglowodny przyswajalne	252,93	g
Cukry (glukoza)	8,58	g
Cukry (fruktoza)	13,71	g
Cukry (sacharoza)	30,16	g
Tłuszcze (nasycone)	32,96	g
Tłuszcze (jednonasycone)	21,78	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,61	g
Białko	82,91	g
Błonnik	35,57	g
Sól	5,49	g

Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, wek+pasztetowa+pomid+rukola+ szynka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 850,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 108,11 , Cukry: 16,66 , Tłuszcz ogółem: 26,08 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,49 , Białko: 27,32 , Błonnik: 3,44 , Sól: 2,4

DRUGIE ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 90,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 9,3 , Cukry: 1,5 , Tłuszcz ogółem: 2,82 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,79 , Białko: 6,45 , Błonnik: 0 , Sól: ,24

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Spagetti bolognese - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 769,46 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,16 , Cukry: 13,86 , Tłuszcz ogółem: 18,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,54 , Białko: 36,62 , Błonnik: 13,69 , Sól: ,68

PODWIECZOREK

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

Wartość energetyczna: 342,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 23,4 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 7,1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,75

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), wek+ jajko+kiełbasa zielon+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 631,16 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 68,59 , Cukry: 6,06 , Tłuszcz ogółem: 28,07 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,91 , Białko: 26,27 , Błonnik: 3 , Sól: 2,02

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	2 683,03	kcal
Węglowodny przyswajalne	311,56	g
Cukry (glukoza)	8,58	g
Cukry (fruktoza)	13,71	g
Cukry (sacharoza)	35,40	g
Tłuszcze (nasycone)	39,78	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,48	g
Tłuszcze (wielonasycone)	8,08	g
Białko	103,75	g
Błonnik	24,53	g
Sól	6,08	g

Dieta: D10 PRZETARTA (zmielona) D10

ŚNIADANIE

Herbata z cukrem, wek+pasztetowa+pomid+ szynka - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 727,82 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 85,78 , Cukry: 15,7 , Tłuszcz ogółem: 24,34 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,04 , Białko: 23,61 , Błonnik: 2,4 , Sól: 1,99

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Spagetti bolognese - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 769,46 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,16 , Cukry: 13,86 , Tłuszcz ogółem: 18,14 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,54 , Białko: 36,62 , Błonnik: 13,69 , Sól: ,68

PODWIECZOREK

Jabłko-mus

Wartość energetyczna: 75,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 15,15 , Cukry: 14,55 , Tłuszcz ogółem: ,21 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: ,6 , Błonnik: 3 , Sól: ,01

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), wek+ jajko+kiełbasa zielon+ pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Zupa mleczna z ryżem - w tym alergeny (Białko mleka krowiego)

Wartość energetyczna: 769,77 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,32 , Cukry: 5,96 , Tłuszcz ogółem: 32,18 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 20,08 , Białko: 35,27 , Błonnik: 3 , Sól: 1,96

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 342,05	kcal
Węglowodny przyswajalne	287,41	g
Cukry (glukoza)	8,70	g
Cukry (fruktoza)	16,11	g
Cukry (sacharoza)	25,27	g
Tłuszcze (nasycone)	40,72	g
Tłuszcze (jednonasycone)	27,00	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,15	g
Białko	96,10	g
Błonnik	22,09	g
Sól	4,64	g

Dieta: D1/GL BEZGLUTENOWA D01/GL

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 389,75 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 44,17 , Cukry: 43,27 , Tłuszcz ogółem: 17,67 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 11,85 , Białko: 11,01 , Błonnik: ,92 , Sól: ,94

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Spagetti bolognese (bezgl) - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 590,18 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 69,2 , Cukry: 13,91 , Tłuszcz ogółem: 19,59 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,26 , Białko: 26,57 , Błonnik: 8,46 , Sól: ,66

PODWIECZOREK

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

Wartość energetyczna: 239,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 52,15 , Cukry: 20,15 , Tłuszcz ogółem: ,4 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,14 , Białko: 2,15 , Błonnik: 7,65 , Sól: ,18

Kolacja

Chleb bezgl+ jajko+kr.chrz+kiełbasa zielon+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Herbata z cukrem

Wartość energetyczna: 445,03 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 45,61 , Cukry: 44,47 , Tłuszcz ogółem: 24,34 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,39 , Białko: 12,39 , Błonnik: 1,2 , Sól: ,88

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	1 663,97	kcal
Węglowodny przyswajalne	211,12	g
Cukry (glukoza)	8,58	g
Cukry (fruktoza)	13,71	g
Cukry (sacharoza)	99,51	g
Tłuszcze (nasycone)	32,64	g
Tłuszcze (jednonasycone)	23,61	g
Tłuszcze (wielonasycone)	5,75	g
Białko	52,12	g
Błonnik	18,23	g

Sól	2,65	g

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

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 512,88 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 65,72 , Cukry: 14,46 , Tłuszcz ogółem: 15,83 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 9,51 , Białko: 20,93 , Błonnik: 8,6 , Sól: 2,24

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa jarzynowa z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Spagetti bolognese - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 756,86 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 101,92 , Cukry: 14,58 , Tłuszcz ogółem: 18,16 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 4,54 , Białko: 33,58 , Błonnik: 14,05 , Sól: ,57

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb graha+ jajko+kr.chrz+ kiełbasa zielon+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 614,4 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 64,54 , Cukry: 4,52 , Tłuszcz ogółem: 25,88 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,2 , Białko: 28,22 , Błonnik: 8,88 , Sól: 2,32

Dobowa suma wartości odżywczych	**Ilość**	**jm.**
Wartość energetyczna kcal	1 980,13	kcal
Węglowodny przyswajalne	251,99	g
Cukry (glukoza)	8,66	g
Cukry (fruktoza)	13,63	g
Cukry (sacharoza)	30,88	g
Tłuszcze (nasycone)	30,30	g
Tłuszcze (jednonasycone)	22,11	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,70	g
Białko	83,73	g
Błonnik	35,93	g
Sól	5,28	g

Dieta: D1/ML BEZMLECZNA D01/ML

ŚNIADANIE

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

Wartość energetyczna: 666,53 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 87,93 , Cukry: 15,54 , Tłuszcz ogółem: 18,23 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,21 , Białko: 17,58 , Błonnik: 8,54 , Sól: 2,58

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Spagetti bolognese - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 766,16 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 102,16 , Cukry: 13,8 , Tłuszcz ogółem: 17,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 3,97 , Białko: 36,59 , Błonnik: 13,69 , Sól: ,64

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

Chleb miesz+ jajko+kr.chrz+kiełbasa zielon+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu), Kawa zbożowa z mlekiem bez laktozy - w tym alergeny (Gluten)

Wartość energetyczna: 697,69 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 84,88 , Cukry: 4,24 , Tłuszcz ogółem: 22,65 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 14,11 , Białko: 28,38 , Błonnik: 8,82 , Sól: 2,34

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 226,38	kcal
Węglowodny przyswajalne	294,77	g
Cukry (glukoza)	8,58	g
Cukry (fruktoza)	13,71	g
Cukry (sacharoza)	30,90	g
Tłuszcze (nasycone)	30,35	g
Tłuszcze (jednonasycone)	20,31	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,70	g
Białko	83,54	g
Błonnik	35,45	g
Sól	5,71	g

Dieta: D4/WE WEGETARIAŃSKA D04/WE

ŚNIADANIE

Herbata, Chleb mieszany+awokado+pomid+rukola - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko sojowe, Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 661,91 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 78,32 , Cukry: 3,54 , Tłuszcz ogółem: 28,74 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 10,49 , Białko: 13,79 , Błonnik: 11,84 , Sól: 1,64

OBIAD

Kompot bez cukru, Zupa szparagowa z ryżem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego, Seler), Spagetti bolognese z soczewicą-wege - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Orzeszki ziemne, Białko sojowe, Seler, Musztarda/gorczyca)

Wartość energetyczna: 831,33 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 141,03 , Cukry: 14,74 , Tłuszcz ogółem: 6,01 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,7 , Białko: 37,81 , Błonnik: 20,81 , Sól: ,4

PODWIECZOREK

Sok owocowy

Wartość energetyczna: 96,0 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 19,8 , Cukry: 19,6 , Tłuszcz ogółem: ,24 w tym nasycone kwasy tłuszczowe ,06 , Białko: 1 , Błonnik: 4,4 , Sól: ,15

Kolacja

Kawa zbożowa z cukrem - w tym alergeny (Gluten, Białko mleka krowiego), Chleb miesz+ jajko+kr.chrz+ miód+pomidor - w tym alergeny (Gluten, Jaja (jadalne), Białko mleka krowiego, Nasiona sezamu)

Wartość energetyczna: 757,41 kcal. , Węglowodany przyswajalne: 105,39 , Cukry: 6,1 , Tłuszcz ogółem: 22,43 w tym nasycone kwasy tłuszczowe 12,65 , Białko: 25,21 , Błonnik: 8,82 , Sól: 1,98

Dobowa suma wartości odżywczych	Ilość	jm.
Wartość energetyczna kcal	2 346,65	kcal
Węglowodny przyswajalne	344,55	g
Cukry (glukoza)	8,78	g
Cukry (fruktoza)	13,91	g
Cukry (sacharoza)	21,30	g
Tłuszcze (nasycone)	24,90	g

Tłuszcze (jednonasycone)	24,98	g
Tłuszcze (wielonasycone)	7,55	g
Białko	77,82	g
Błonnik	45,87	g
Sól	4,18	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+pasztetowa+pomid+rukola+	Szynka wieprzowa, gotowana	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Pasztetowa *(6)	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa szparagowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	220,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Fasola szparagowa	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Spagetti bolognese **(duszenie)	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Cebula	20,0	g
	Marchew	40,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	40,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	8,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron Pełnoziarnisty *(1)	80,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	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 miesz+ jajko+kr.chrz+kiełbasa zielon+	Jaja kurze całe *(3)	60,0	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
	Krem Chrzanowy *(6, 7, 9, 10)	5,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(6)	30,0	g
Inne składniki			

Dieta: D02 ŁATWOSTRAWNA D02

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+pasztetowa+pomid+rukola+ szynka **(o	Szynka wieprzowa, gotowana	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Pasztetowa *(6)	30,0	g
Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa szparagowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	220,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Fasola szparagowa	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Spagetti bolognese **(duszenie)	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Cebula	20,0	g
	Marchew	40,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	40,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	8,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron Pełnoziarnisty *(1)	80,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm

Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	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
wek+ jajko+kiełbasa zielon+pomidor **(obrób	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(6)	30,0	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+pomid+ szynka **(obróbka wstępna)	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa szparagowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	220,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Fasola szparagowa	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Spagetti bolognese **(duszenie)	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Makaron czterojajeczny *(1, 3)	80,0	g
	Cebula	20,0	g
	Marchew	40,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	40,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	8,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g

Inne składniki

PODWIECZOREK

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

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0	g
wek+ jajko+kiełbasa zielon+pomidor **(obrób	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(6)	30,0	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+pasztetowa+pomid+rukola+ s	Szynka wieprzowa, gotowana	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Pasztetowa *(6)	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa szparagowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	220,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Fasola szparagowa	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Spagetti bolognese **(duszenie)	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Cebula	20,0	g
	Marchew	40,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	40,0	g

	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	8,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron Pełnoziarnisty *(1)	80,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	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 graha+ jajko+kr.chrz+kiełbasa zielon+	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Krem Chrzanowy *(6, 7, 9, 10)	5,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(6)	30,0	g
Inne składniki			

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

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+pasztetowa+pomid+rukola+ s	Szynka wieprzowa, gotowana	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Pasztetowa *(6)	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
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa szparagowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	220,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g

	Ryż biały	30,0	g
	Fasola szparagowa	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Spagetti bolognese **(duszenie)	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Cebula	20,0	g
	Marchew	40,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	40,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	8,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron Pełnoziarnisty *(1)	80,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	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 graha+ jajko+kr.chrz+kiełbasa zielon+	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Krem Chrzanowy *(6, 7, 9, 10)	5,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(6)	30,0	g
Inne składniki			

DRUGA KOLACJA

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

Dieta: D05 ŁATWOS Z OGR.TŁ-WĄTROBOWA D05

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+pomid+ szynka+ rukola **(obróbka wstę	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g

	Pomidor	50,0	g
	Rukola	20,0	g
Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa szparagowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	220,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Fasola szparagowa	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Spagetti bolognese **(duszenie)	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Cebula	20,0	g
	Marchew	40,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	40,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	8,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron Pełnoziarnisty *(1)	80,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	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
wek+ jajko+kiełbasa zielon+pomidor **(obrób	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(6)	30,0	g
Inne składniki			

Dieta: D05/M MOD.- UBOGOENERGETYCZNA D05/

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
graham+pomid+ szynka+ rukola **(obróbka	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g

	Pomidor	50,0	g
	Rukola	20,0	g
Herbata bez cukru **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa szparagowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	220,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Fasola szparagowa	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Spagetti bolognese **(duszenie)	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Cebula	20,0	g
	Marchew	40,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	40,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	8,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron Pełnoziarnisty *(1)	80,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
graham+ jajko+kiełbasa zielon+pomidor **(o	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(6)	30,0	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+pasztetowa+pomid+rukola+ s	Szynka wieprzowa, gotowana	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g

	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Pasztetowa *(6)	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa szparagowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	220,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Fasola szparagowa	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Spagetti bolognese **(duszenie)	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Cebula	20,0	g
	Marchew	40,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	40,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	8,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron Pełnoziarnisty *(1)	80,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	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 graha+ jajko+kr.chrz+kiełbasa zielon+	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Krem Chrzanowy *(6, 7, 9, 10)	5,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(6)	30,0	g
Inne składniki			

Dieta: D07 BOGATOBIAŁKOWA D07

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
wek+pasztetowa+pomid+rukola+ szynka **(o	Szynka wieprzowa, gotowana	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Pasztetowa *(6)	30,0	g
Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Inne składniki			

DRUGIE ŚNIADANIE

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

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa szparagowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	220,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Fasola szparagowa	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Spagetti bolognese **(duszenie)	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Cebula	20,0	g
	Marchew	40,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	40,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	8,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron Pełnoziarnisty *(1)	80,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
serek śmietankowy **(obróbka wstępna)	Serek Śmietankowy *(7)	100,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm

Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0	g
wek+ jajko+kiełbasa zielon+pomidor **(obrób	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	100,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(6)	30,0	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+pasztetowa+pomid+ szynka **(obróbka	Szynka wieprzowa, gotowana	30,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Pasztetowa *(6)	30,0	g
Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa szparagowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	220,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Fasola szparagowa	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Spagetti bolognese **(duszenie)	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Cebula	20,0	g
	Marchew	40,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	40,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	8,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron Pełnoziarnisty *(1)	80,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm

Jabłko-mus **(obróbka wstępna)	Jabłko	150,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kawa zbożowa z cukrem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	180,0	g
	Kawa, napar z cukrem *(1)	20,0	g
wek+ jajko+kiełbasa zielon+pomidor **(obrób	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Bułki wrocławskie *(1, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(6)	30,0	g
Zupa mleczna z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł. *(7)	300,0	g
	Ryż biały	30,0	g
Inne składniki			

Dieta: D1/GL BEZGLUTENOWA D01/GL

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	10,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb bezgl+ pomid+rukola+ szynka **(obrób	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa szparagowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Kości, wywar	220,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Fasola szparagowa	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Skrobia ziemniaczana	20,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Spagetti bolognese (bezgl) **(duszenie)	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Olej rzepakowy	12,0	g
	Cebula	20,0	g
	Marchew	40,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	40,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	15,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g

	Makaron Bezglutenowy	80,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
Rodzynki 50 g **(obróbka wstępna)	Rodzynki, suszone *(12)	50,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb bezgl+ jajko+kr.chrz+kiełbasa zielon+p	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	20,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Krem Chrzanowy *(6, 7, 9, 10)	5,0	g
	Chleb Bezglutenowy *(3, 6)	100,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(6)	30,0	g
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	10,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Inne składniki			

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

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb graham+pomid+rukola+ szynka **(obr	Szynka wieprzowa, gotowana	50,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Rukola	20,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa jarzynowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	70,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Woda	220,0	g
Spagetti bolognese **(duszenie)	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Cebula	20,0	g
	Marchew	40,0	g

	Seler korzeniowy *(9)	40,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	8,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron Pełnoziarnisty *(1)	80,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	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 graha+ jajko+kr.chrz+kiełbasa zielon+	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	120,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Krem Chrzanowy *(6, 7, 9, 10)	5,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(6)	30,0	g
Inne składniki			

Dieta: D1/ML BEZMLECZNA D01/ML

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata z cukrem **(gotowanie)	Cukier	3,0	g
	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+pasztetowa+pomid+rukola+	Szynka wieprzowa, gotowana	30,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	50,0	g
	Rukola	20,0	g
	Pasztetowa *(6)	30,0	g
	Masło Bez Laktozy	15,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa szparagowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy	30,0	g
	Kości, wywar	220,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g
	Ryż biały	30,0	g
	Fasola szparagowa	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g

	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
Spagetti bolognese **(duszenie)	Wieprzowina, łopatka	80,0	g
	Olej rzepakowy	10,0	g
	Cebula	20,0	g
	Marchew	40,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	40,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	8,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron Pełnoziarnisty *(1)	80,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	200,0	g
Inne składniki			

Kolacja

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Chleb miesz+ jajko+kr.chrz+kiełbasa zielon+	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Krem Chrzanowy *(6, 7, 9, 10)	5,0	g
	Kiełbasa Zielonogórska *(6)	30,0	g
	Masło Bez Laktozy	15,0	g
Kawa zbożowa z mlekiem bez laktozy **(got	Mleko spożywcze, 2% tł., o obn. zaw. laktozy	180,0	g
	Kawa, napar bez cukru *(1)	20,0	g
Inne składniki			

Dieta: D4/WE WEGETARIAŃSKA D04/WE

ŚNIADANIE

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Herbata **(gotowanie)	Herbata czarna, napar bez cukru	250,0	g
Chleb mieszany+awokado+pomid+rukola **(	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
	Awokado	100,0	g
	Rukola	20,0	g
Inne składniki			

OBIAD

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Kompot bez cukru **(gotowanie)	Jabłko	50,0	g
Zupa szparagowa z ryżem **(gotowanie)	Mleko spożywcze, 3,2% tł. *(7)	30,0	g
	Mąka pszenna, typ 500 *(1)	6,0	g

	Ryż biały	30,0	g
	Fasola szparagowa	40,0	g
	Pietruszka, liście	5,0	g
	Włoszczyzna krojona w paski, mrożona *(9)	30,0	g
	Sól biała	0,1	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Woda	220,0	g
Spagetti bolognese z soczewicą-wege **(dus	Olej rzepakowy	2,0	g
	Cebula	20,0	g
	Marchew	40,0	g
	Seler korzeniowy *(9)	40,0	g
	Soczewica czerwona, nasiona suche	80,0	g
	Koncentrat pomidorowy, 30% *(5, 6, 9, 10)	20,0	g
	Skrobia ziemniaczana	8,0	g
	Mieszanka Ziół	2,0	g
	Makaron Pełnoziarnisty *(1)	80,0	g
Inne składniki			

PODWIECZOREK

Potrawa	Składnik	Ilość	Jm
Sok owocowy **(obróbka wstępna)	Sok marchwiowo-jabłkowy	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 miesz+ jajko+kr.chrz+ miód+pomidor *	Jaja kurze całe *(3)	60,0	g
	Masło ekstra *(7)	15,0	g
	Chleb zwykły *(1, 7)	90,0	g
	Chleb graham *(1, 3, 11)	60,0	g
	Pomidor	100,0	g
	Miód pszczeli	25,0	g
	Krem Chrzanowy *(6, 7, 9, 10)	5,0	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