

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
2023-11-06 poniedziałek	Podstawowa	Składniki	Kielbasa z drobiu 70 g papryka żółta 100 g Chleb z masłem, sałata zielona I 120 g (1, 4) Kawa zbożowa z/c i mlekiem 200 ml (4) herbata z/c z cytryną 200 ml		Barszcz ukraiński z ziemniakami 300 ml (1, 4, 5, 6, 12, 13) pierogi ruskie z masłem 250 g (1, 4) surówka z marchwi z chrzanem 180 g (4) kompot z/c 200 ml	koktajl truskawkowy 200 g (4)	pasta z mięsa i jarzyn 100 g (2, 4) dynia z koperkiem 100 g Chleb z masłem, sałata zielona I 120 g (1, 4) herbata z/c 250 ml
		Wartość odżywcza w porcji	Waga porcji [g]: 690,00	Waga porcji [g]: 930,00	Waga porcji [g]: 200,00	Waga porcji [g]: 570,00	
		Wartość energetyczna [kcal] 608,60 Białko ogółem [g] 29,70 Węglowodany ogółem [g] 88,60 Tłuszcz [g] 16,70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,80 Sól [g] 2,80	Wartość energetyczna [kcal] 1147,40 Białko ogółem [g] 43,40 Węglowodany ogółem [g] 208,70 Tłuszcz [g] 21,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,60 Sól [g] 2,60	Wartość energetyczna [kcal] 198,30 Białko ogółem [g] 8,10 Węglowodany ogółem [g] 32,80 Tłuszcz [g] 4,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,00 Sól [g] 0,20	Wartość energetyczna [kcal] 647,60 Białko ogółem [g] 30,90 Węglowodany ogółem [g] 76,30 Tłuszcz [g] 26,60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,60 Sól [g] 1,40		
Łatwostrawna	Łatwostrawna	Składniki	Kielbasa z drobiu 70 g Pomidor 100 g chleb z masłem, sałata zielona diety 110 g (4) Kawa zbożowa z/c i mlekiem 200 ml (4) herbata z/c z cytryną 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (5) pierogi leniwe z masłem diety 250 g (1, 2, 4) Marchewka z jabłkiem 180 g kompot z/c 200 ml	koktajl truskawkowy 200 g (4)	pasta z mięsa i jarzyn 100 g (2, 4) dynia z koperkiem 100 g chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4) herbata z/c 250 ml	
		Wartość odżywcza w porcji	Waga porcji [g]: 680,00	Waga porcji [g]: 930,00	Waga porcji [g]: 200,00	Waga porcji [g]: 570,00	
		Wartość energetyczna [kcal] 626,70 Białko ogółem [g] 30,70 Węglowodany ogółem [g] 84,50 Tłuszcz [g] 19,40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,90 Sól [g] 2,80	Wartość energetyczna [kcal] 1061,10 Białko ogółem [g] 30,20 Węglowodany ogółem [g] 189,30 Tłuszcz [g] 24,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,50 Sól [g] 2,60	Wartość energetyczna [kcal] 198,30 Białko ogółem [g] 8,10 Węglowodany ogółem [g] 32,80 Tłuszcz [g] 4,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,00 Sól [g] 0,20	Wartość energetyczna [kcal] 699,80 Białko ogółem [g] 32,90 Węglowodany ogółem [g] 77,30 Tłuszcz [g] 30,50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,40 Sól [g] 1,40		
Łatwostrawna z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Składniki	Kielbasa z drobiu 70 g papryka żółta 100 g chleb z masłem, sałata zielona VII 100 g (1, 4) herbata b/c 200 ml	brokuły VII 150 g jogurt naturalny 150 g (4) pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4)	Barszcz czerwony VII 300 ml (5) szynka gotowana VII 130 g makaron ciemny 80 g (1, 2) surówka z marchwi z chrzanem 180 g (4) kompot b/c 250 ml	fasolka szparagowa 100 g sok pomidorowy 200 ml pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4)	filet z drobiu gotowany 100 g Pomidor 100 g chleb z masłem, sałata zielona VII 100 g (1, 4) herbata b/c 200 ml
		Wartość odżywcza w porcji	Waga porcji [g]: 470,00	Waga porcji [g]: 340,00	Waga porcji [g]: 940,00	Waga porcji [g]: 340,00	Waga porcji [g]: 500,00
		Wartość energetyczna [kcal] 380,80 Białko ogółem [g] 21,70 Węglowodany ogółem [g] 49,80 Tłuszcz [g] 12,60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,40 Sól [g] 2,50	Wartość energetyczna [kcal] 303,70 Białko ogółem [g] 11,80 Węglowodany ogółem [g] 27,50 Tłuszcz [g] 17,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,70 Sól [g] 0,40	Wartość energetyczna [kcal] 726,10 Białko ogółem [g] 51,40 Węglowodany ogółem [g] 98,70 Tłuszcz [g] 17,80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,00 Sól [g] 2,70	Wartość energetyczna [kcal] 239,20 Białko ogółem [g] 5,10 Węglowodany ogółem [g] 25,50 Tłuszcz [g] 14,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,00 Sól [g] 1,10	Wartość energetyczna [kcal] 476,50 Białko ogółem [g] 46,50 Węglowodany ogółem [g] 49,20 Tłuszcz [g] 12,40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,30 Sól [g] 1,20	

		SUMA
2023-11-06 poniedziałek	Podstawowa	Składniki
		Wartość odżywcza w porcji
Łatwostrawna	Łatwostrawna	Składniki
		Wartość odżywcza w porcji
Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Składniki
		Wartość odżywcza w porcji

Wartość energetyczna [kcal] 2 601,90
 Białko ogółem [g] 112,10
 Węglowodany ogółem [g] 406,40
 Tłuszcz [g] 68,80
 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,00
 Sól [g] 7,00

Wartość energetyczna [kcal] 2 585,90
 Białko ogółem [g] 101,90
 Węglowodany ogółem [g] 383,90
 Tłuszcz [g] 78,40
 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,80
 Sól [g] 7,00

Wartość energetyczna [kcal] 2 126,30
 Białko ogółem [g] 136,50
 Węglowodany ogółem [g] 250,70
 Tłuszcz [g] 74,20
 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,40
 Sól [g] 7,90

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
2023-11-06 poniedziałek	Dieta dla położnic	Składniki		Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (5), pierogi leniwe z masłem diety 250 g (1, 2, 4), Marchewka z jabłkiem 180 g kompot z/c 200 ml	koktajl truskawkowy 200 g (4)	pasta z mięsa i jarzyn 100 g (2, 4), dynia z koperkiem 100 g chleb z masłem, sałata zielona XIII 120 g (4), herbata z/c 250 ml
		Waga porcji [g]:		930,00	200,00	570,00
		Wartość odżywcza w porcji		Wartość energetyczna[kcal] 1 061,10 Białko ogółem [g] 30,20 Węglowodany ogółem [g] 189,30 Tłuszcz [g] 24,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,50 Sól [g] 2,60	Wartość energetyczna[kcal] 198,30 Białko ogółem [g] 8,10 Węglowodany ogółem [g] 32,80 Tłuszcz [g] 4,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,00 Sól [g] 0,20	Wartość energetyczna[kcal] 658,40 Białko ogółem [g] 31,40 Węglowodany ogółem [g] 77,80 Tłuszcz [g] 26,50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,60 Sól [g] 1,40
2023-11-07 wtorek	Podstawowa	Składniki		rosół z makaronem 300 ml (5), kurczak duszony 150 g Ziemniaki 200 g surówka z porów 180 g (2, 4), kompot truskawkowy 200 ml	koktajl z jabłkiem 200 g (4)	twarożek ze szczy piorkiem 100 g cukinia z koperkiem 100 g Chleb z masłem, sałata zielona I 120 g (1, 4), herbata z/c z cytryną 200 ml
		Waga porcji [g]:		1 030,00	200,00	520,00
		Wartość odżywcza w porcji		Wartość energetyczna[kcal] 1 081,20 Białko ogółem [g] 55,50 Węglowodany ogółem [g] 118,00 Tłuszcz [g] 46,10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,90 Sól [g] 2,90	Wartość energetyczna[kcal] 205,50 Białko ogółem [g] 8,30 Węglowodany ogółem [g] 34,60 Tłuszcz [g] 4,40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,00 Sól [g] 0,20	Wartość energetyczna[kcal] 526,20 Białko ogółem [g] 27,30 Węglowodany ogółem [g] 72,20 Tłuszcz [g] 15,70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,60 Sól [g] 1,20

		SUMA	
2023-11-06 poniedziałek	Dieta dla położnic	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 534,20 Białko ogółem [g] 99,60 Węglowodany ogółem [g] 389,40 Tłuszcz [g] 71,50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,90 Sól [g] 7,00
		Wartość odżywcza dla porcji 100 g	
2023-11-07 wtorek	Podstawowa	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 569,80 Białko ogółem [g] 110,80 Węglowodany ogółem [g] 360,90 Tłuszcz [g] 83,40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,20 Sól [g] 5,70
		Wartość odżywcza dla porcji 100 g	

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Łatwostrawna	Składniki	dżem brzoskwinowy 50 g płatki owsiane 250 g (4,) melon 80 g chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml		rosół z makaronem 300 ml (5,) kurczak gotowany diety 150 g Ziemniaki 200 g buraczki z jogurtem 180 g (4,) kompot truskawkowy 200 ml	koktajl z jabłkiem 200 g (4,)	twarożek z zieleciną 100 g cukinia z koperkiem 100 g chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml
	Wartość odżywcza w porcji	Waga porcji [g]: 700,00 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 809,60 Białko ogółem [g] 21,80 Węglowodany ogółem [g] 137,30 Tłuszcz [g] 21,10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,50 Sól [g] 1,40		Waga porcji [g]: 1 030,00 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 962,90 Białko ogółem [g] 56,30 Węglowodany ogółem [g] 119,90 Tłuszcz [g] 31,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,00 Sól [g] 2,80	Waga porcji [g]: 200,00 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 205,50 Białko ogółem [g] 8,30 Węglowodany ogółem [g] 34,60 Tłuszcz [g] 4,40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,00 Sól [g] 0,20	Waga porcji [g]: 520,00 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 578,90 Białko ogółem [g] 29,30 Węglowodany ogółem [g] 73,40 Tłuszcz [g] 19,70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,40 Sól [g] 1,30
	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów	Składniki	Wołowina gotowana VII 70 g ogórek kiszony 100 g chleb z masłem, sałata zielona VII 100 g (1, 4,) herbata b/c 200 ml	jogurt naturalny 150 g (4,) bukiet jarzyn 100 g pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4,)	rosół z makaronem VII 300 ml (1, 2, 5,) kurczak gotowany diety 150 g Ziemniaki 200 g surówka z porów 180 g (2, 4,) kompot b/c 250 ml	jajko gotowane 60 g (2,) rzodkiewka, szczypiorek 1 szt pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4,)
Wartość odżywcza w porcji	Waga porcji [g]: 470,00 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 403,50 Białko ogółem [g] 27,60 Węglowodany ogółem [g] 47,00 Tłuszcz [g] 13,50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,50 Sól [g] 2,90	Waga porcji [g]: 290,00 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 252,20 Białko ogółem [g] 10,50 Węglowodany ogółem [g] 27,90 Tłuszcz [g] 11,90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,40 Sól [g] 0,40	Waga porcji [g]: 1 080,00 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 949,20 Białko ogółem [g] 53,90 Węglowodany ogółem [g] 100,30 Tłuszcz [g] 40,40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,30 Sól [g] 2,80	Waga porcji [g]: 100,00 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 275,90 Białko ogółem [g] 14,70 Węglowodany ogółem [g] 13,70 Tłuszcz [g] 18,50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,60 Sól [g] 0,50	Waga porcji [g]: 480,00 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 449,60 Białko ogółem [g] 21,80 Węglowodany ogółem [g] 53,00 Tłuszcz [g] 18,80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,30 Sól [g] 1,10	
Dieta dla położnic	Składniki	dżem brzoskwinowy 50 g płatki owsiane 250 g (4,) melon 80 g chleb z masłem, sałata zielona XIII 120 g (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml		rosół z makaronem 300 ml (5,) kurczak gotowany diety 150 g Ziemniaki 200 g buraczki z jogurtem 180 g (4,) kompot truskawkowy 200 ml	koktajl z jabłkiem 200 g (4,)	twarożek z zieleciną 100 g cukinia z koperkiem 100 g chleb z masłem, sałata zielona XIII 120 g (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml
	Waga porcji [g]: 700,00		Waga porcji [g]: 1 030,00	Waga porcji [g]: 200,00	Waga porcji [g]: 520,00	

2023-11-07 wtorek

2023-11-07 wtorek	Łatwostrawna	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 556,90 Białko ogółem [g] 115,70 Węglowodany ogółem [g] 365,20 Tłuszcz [g] 76,50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,90 Sól [g] 5,70
	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 330,40 Białko ogółem [g] 128,50 Węglowodany ogółem [g] 241,90 Tłuszcz [g] 103,10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,10 Sól [g] 7,70
Dieta dla położnic	Składniki		
SUMA			

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
2023-11-07 wtorek	Dieta dla położnic	Wartość odżywcza w porcji		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 962,90 Białko ogółem [g] 56,30 Węglowodany ogółem [g] 119,90 Tłuszcz [g] 31,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,00 Sól [g] 2,80	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 205,50 Białko ogółem [g] 8,30 Węglowodany ogółem [g] 34,60 Tłuszcz [g] 4,40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,00 Sól [g] 0,20	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 537,50 Białko ogółem [g] 27,70 Węglowodany ogółem [g] 73,90 Tłuszcz [g] 15,60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,60 Sól [g] 1,20
		Wartość odżywcza dla porcji 100 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 93,49 Białko ogółem [g] 5,47 Węglowodany ogółem [g] 11,64 Tłuszcz [g] 3,04 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,87 Sól [g] 0,27	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 102,75 Białko ogółem [g] 4,15 Węglowodany ogółem [g] 17,30 Tłuszcz [g] 2,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,00 Sól [g] 0,10	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 103,37 Białko ogółem [g] 5,33 Węglowodany ogółem [g] 14,21 Tłuszcz [g] 3,00 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,65 Sól [g] 0,23
2023-11-08 środa	Podstawowa	Składniki		kalafiorowa z ziemniakami l 250 ml (5,) fazanki z kapustą białą 230 g (1, 5, 6, 13,) jabłko 150 g kompot porzeczkowy z/c 200 ml	jogurt z bananem 250 g (4,)	Salatka jarzynowa l 120 g (2, 4, 5,) szynka z indyka 50 g (1, 4, 5, 6, 13,) Chleb z masłem, sałata zielona l 120 g (1, 4,) herbata z/c z cytryną 200 ml
		Waga porcji [g]: 670,00		Waga porcji [g]: 830,00	Waga porcji [g]: 250,00	Waga porcji [g]: 490,00
	Wartość odżywcza w porcji		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 946,70 Białko ogółem [g] 38,50 Węglowodany ogółem [g] 142,60 Tłuszcz [g] 28,70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,20 Sól [g] 3,80	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 216,10 Białko ogółem [g] 7,80 Węglowodany ogółem [g] 39,90 Tłuszcz [g] 3,40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,00 Sól [g] 0,20	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 753,70 Białko ogółem [g] 23,90 Węglowodany ogółem [g] 88,20 Tłuszcz [g] 36,10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,90 Sól [g] 2,50	
	Składniki		Jarzynowa z ziemniakami l 300 ml (5,) potrawka w ieprzowa z cukinią diety 280 g (4,) Ziemniaki 200 g Sałata zielona z jogurtem 110 g (4,) kompot porzeczkowy z/c 200 ml	jogurt z bananem 250 g (4,)	sałatka jarzynowa diety 150 g (2, 4, 5,) szynka z indyka 60 g (1, 4, 5, 6, 13,) chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml	
	Łatwostawna	Waga porcji [g]: 670,00		Waga porcji [g]: 090,00	Waga porcji [g]: 250,00	Waga porcji [g]: 530,00

		SUMA	
2023-11-07 wtorek	Dieta dla położnic	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 474,10 Białko ogółem [g] 112,50 Węglowodany ogółem [g] 366,20 Tłuszcz [g] 68,40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,30 Sól [g] 5,60
		Wartość odżywcza dla porcji 100 g	
2023-11-08 środa	Podstawowa	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 606,80 Białko ogółem [g] 99,70 Węglowodany ogółem [g] 361,20 Tłuszcz [g] 93,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,10 Sól [g] 9,10
	Łatwostrawna	Składniki	

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Łatwostrawna	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 718,10 Białko ogółem [g] 29,60 Węglowodany ogółem [g] 94,10 Tłuszcz [g] 26,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,20 Sól [g] 3,50		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 952,20 Białko ogółem [g] 43,50 Węglowodany ogółem [g] 127,30 Tłuszcz [g] 33,70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,60 Sól [g] 2,40	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 216,10 Białko ogółem [g] 7,80 Węglowodany ogółem [g] 39,90 Tłuszcz [g] 3,40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,00 Sól [g] 0,20	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 748,70 Białko ogółem [g] 29,20 Węglowodany ogółem [g] 91,90 Tłuszcz [g] 31,00 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,70 Sól [g] 2,50
	Składniki	kielbasa szynkowa 70 g papryka czerwona 100 g chleb z masłem, sałata zielona VII 100 g (1, 4,) herbata b/c 200 ml	jogurt naturalny 150 g (4,) marchew słupek 100 g pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4,) Jarzynowa VII 250 ml (5,) wieprzowina z cukinią VII 300 g (4,) Ziemniaki 150 g Sałata zielona z jogurtem 110 g (4,) kompot b/c 250 ml	twarożek 90 g Pomidor 100 g pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4,) polędwica drobiowa 70 g (6, 13, SO2,) sałata lodowa z papryką 50 g chleb z masłem, sałata zielona VII 110 g (1, 4,) herbata b/c 200 ml		
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 446,10 Białko ogółem [g] 20,30 Węglowodany ogółem [g] 54,70 Tłuszcz [g] 18,50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,10 Sól [g] 3,00	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 248,20 Białko ogółem [g] 8,70 Węglowodany ogółem [g] 29,10 Tłuszcz [g] 11,80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,30 Sól [g] 0,60	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 732,50 Białko ogółem [g] 42,60 Węglowodany ogółem [g] 94,40 Tłuszcz [g] 24,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,90 Sól [g] 2,00	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 263,00 Białko ogółem [g] 19,00 Węglowodany ogółem [g] 18,60 Tłuszcz [g] 13,00 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,10 Sól [g] 0,20	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 476,70 Białko ogółem [g] 21,90 Węglowodany ogółem [g] 53,30 Tłuszcz [g] 21,80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,20 Sól [g] 2,30
Łatwostrawna z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Składniki	kielbasa szynkowa 70 g papryka czerwona 100 g chleb z masłem, sałata zielona VII 100 g (1, 4,) herbata b/c 200 ml	jogurt naturalny 150 g (4,) marchew słupek 100 g pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4,) Jarzynowa VII 250 ml (5,) wieprzowina z cukinią VII 300 g (4,) Ziemniaki 150 g Sałata zielona z jogurtem 110 g (4,) kompot b/c 250 ml	twarożek 90 g Pomidor 100 g pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4,) polędwica drobiowa 70 g (6, 13, SO2,) sałata lodowa z papryką 50 g chleb z masłem, sałata zielona VII 110 g (1, 4,) herbata b/c 200 ml		
	Waga porcji [g]:	470,00	290,00	060,00	230,00	430,00
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 446,10 Białko ogółem [g] 20,30 Węglowodany ogółem [g] 54,70 Tłuszcz [g] 18,50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,10 Sól [g] 3,00	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 248,20 Białko ogółem [g] 8,70 Węglowodany ogółem [g] 29,10 Tłuszcz [g] 11,80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,30 Sól [g] 0,60	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 732,50 Białko ogółem [g] 42,60 Węglowodany ogółem [g] 94,40 Tłuszcz [g] 24,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,90 Sól [g] 2,00	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 263,00 Białko ogółem [g] 19,00 Węglowodany ogółem [g] 18,60 Tłuszcz [g] 13,00 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,10 Sól [g] 0,20	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 476,70 Białko ogółem [g] 21,90 Węglowodany ogółem [g] 53,30 Tłuszcz [g] 21,80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,20 Sól [g] 2,30
Dieta dla położnic	Składniki	kielbasa szynkowa 60 g marchew mini 80 g chleb z masłem, sałata zielona XIII 120 g (4,) Kawa zbożowa z/c i mlekiem 200 ml (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml	Jarzynowa z ziemniakami diety 250 ml (5,) potrawka w wieprzowa z cukinią diety 280 g (4,) Ryż na sypko 120 g Sałata zielona z jogurtem 110 g (4,) kompot porzeczkowy z/c 200 ml	jogurt z bananem 250 g (4,) sałatka jarzynowa diety 150 g (2, 4, 5,) szynka z indyka 60 g (1, 4, 5, 6, 13,) chleb z masłem, sałata zielona XIII 120 g (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml		
	Waga porcji [g]:	660,00	960,00	250,00	530,00	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 656,90 Białko ogółem [g] 26,20 Węglowodany ogółem [g] 94,10 Tłuszcz [g] 21,00 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,00 Sól [g] 3,20	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 045,10 Białko ogółem [g] 42,10 Węglowodany ogółem [g] 136,60 Tłuszcz [g] 39,80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,80 Sól [g] 2,00	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 216,10 Białko ogółem [g] 7,80 Węglowodany ogółem [g] 39,90 Tłuszcz [g] 3,40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,00 Sól [g] 0,20	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 707,30 Białko ogółem [g] 27,60 Węglowodany ogółem [g] 92,30 Tłuszcz [g] 27,00 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,00 Sól [g] 2,50	

2023-11-08 środa

2023-11-08 środa	Łatwostrawna	Wartość odżywcza w porcji	SUMA Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 635,10 Białko ogółem [g] 110,10 Węglowodany ogółem [g] 353,20 Tłuszcz [g] 94,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,50 Sól [g] 8,60
		Składniki	
	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 166,50 Białko ogółem [g] 112,50 Węglowodany ogółem [g] 250,10 Tłuszcz [g] 89,40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,60 Sól [g] 8,10
		Składniki	
	Dieta dla położnic	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 625,40 Białko ogółem [g] 103,70 Węglowodany ogółem [g] 362,90 Tłuszcz [g] 91,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,80 Sól [g] 7,90
		Składniki	

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
2023-11-08 środa	Dieta dla położnic	Wartość odżywcza dla porcji 100 g Wartość energetyczna[kcal] 99,53 Białko ogółem [g] 3,97 Węglowodany ogółem [g] 14,26 Tłuszcz [g] 3,18 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,67 Sól [g] 0,48		Wartość energetyczna[kcal] 108,86 Białko ogółem [g] 4,39 Węglowodany ogółem [g] 14,23 Tłuszcz [g] 4,15 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,92 Sól [g] 0,21	Wartość energetyczna[kcal] 86,44 Białko ogółem [g] 3,12 Węglowodany ogółem [g] 15,96 Tłuszcz [g] 1,36 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,80 Sól [g] 0,08	Wartość energetyczna[kcal] 133,45 Białko ogółem [g] 5,21 Węglowodany ogółem [g] 17,42 Tłuszcz [g] 5,09 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,89 Sól [g] 0,47
	Podstawowa	Składniki połędwica drobiowa 70 g (6, 13, SO2) ogórek zielony 100 g Chleb z masłem, sałata zielona I 120 g (1, 4) herbata z/c z cytryną 200 ml		tomatowa z zacierką 300 ml (5) kotlet mielony 130 g (2) Ziemniaki 200 g surówka z jarzyn I 180 g (2, 4, 5) kompot agrestowy z/c 200 ml	panna cotta 200 g (4,)	Pasta jajeczna 120 g (2, 4) rzodkiewka, szczypiorek 1 szt Chleb z masłem, sałata zielona I 120 g (1, 4) herbata z/c z cytryną 200 ml
2023-11-09 czwartek	Podstawowa	Waga porcji [g]: 490,00		Waga porcji [g]: 1010,00	Waga porcji [g]: 200,00	Waga porcji [g]: 440,00
	Podstawowa	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] 439,80 Białko ogółem [g] 21,80 Węglowodany ogółem [g] 67,00 Tłuszcz [g] 10,80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,00 Sól [g] 2,40		Wartość energetyczna[kcal] 1043,10 Białko ogółem [g] 49,30 Węglowodany ogółem [g] 134,40 Tłuszcz [g] 38,60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,00 Sól [g] 2,90	Wartość energetyczna[kcal] 332,20 Białko ogółem [g] 4,40 Węglowodany ogółem [g] 23,00 Tłuszcz [g] 25,00 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,80 Sól [g] 0,10	Wartość energetyczna[kcal] 799,00 Białko ogółem [g] 38,20 Węglowodany ogółem [g] 68,20 Tłuszcz [g] 42,90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,70 Sól [g] 2,10
2023-11-09 czwartek	Łatwostawna	Składniki połędwica drobiowa 70 g (6, 13, SO2) Pomidor 100 g chleb z masłem, sałata zielona diety 110 g (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml		tomatowa z zacierką 300 ml (5) pulpet gotowany diety 100 g (1, 2) sos szpinakowy 50 g (1,) Ziemniaki 200 g surówka z jarzyn diety 180 g (4, 5) kompot agrestowy z/c 200 ml	panna cotta 200 g (4,)	Pasta jajeczna 120 g (2, 4) rzodkiewka, szczypiorek 1 szt chleb z masłem, sałata zielona diety 110 g (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml
	Łatwostawna	Waga porcji [g]: 480,00		Waga porcji [g]: 1030,00	Waga porcji [g]: 200,00	Waga porcji [g]: 430,00
	Łatwostawna	Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna[kcal] 466,00 Białko ogółem [g] 23,30 Węglowodany ogółem [g] 64,70 Tłuszcz [g] 13,70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,00 Sól [g] 2,30		Wartość energetyczna[kcal] 999,50 Białko ogółem [g] 55,80 Węglowodany ogółem [g] 131,40 Tłuszcz [g] 32,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,90 Sól [g] 2,90	Wartość energetyczna[kcal] 332,20 Białko ogółem [g] 4,40 Węglowodany ogółem [g] 23,00 Tłuszcz [g] 25,00 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,80 Sól [g] 0,10	Wartość energetyczna[kcal] 820,20 Białko ogółem [g] 39,40 Węglowodany ogółem [g] 64,70 Tłuszcz [g] 45,70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,80 Sól [g] 2,00

2023-11-08 środa		Dieta dla położnic		SUMA
2023-11-09 czwartek	Podstawowa	Składniki		
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 614,10 Białko ogółem [g] 113,70 Węglowodany ogółem [g] 292,60 Tłuszcz [g] 117,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,50 Sól [g] 7,50	
Łatwostrawna	Łatwostrawna	Składniki		
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 617,90 Białko ogółem [g] 122,90 Węglowodany ogółem [g] 283,80 Tłuszcz [g] 116,60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 52,50 Sól [g] 7,30	
		Wartość odżywcza dla porcji 100 g		

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
2023-11-09 czwartek	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Składniki	południca drobiowa 70 g (6, 13, SO2), ogórek zielony 100 g chleb z masłem, sałata zielona VII 100 g (1, 4), herbata b/c 200 ml	jogurt naturalny 150 g (4), Pomidor 100 g pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4),	pomidorowa z makaronem VII 300 ml (1, 2, 5), filet z indyka gotowy 150 g Ziemniaki 150 g surówka z jarzyn I 180 g (2, 4, 5), kompot b/c 200 ml	sok pomidorowy 200 ml fasolka szparagowa 120 g pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4),	jajko gotowane(2.00 porcje) 60 g (2), rzodkiewka, szczypiorek 1 szt chleb z masłem, sałata zielona VII 110 g (1, 4), herbata b/c 200 ml
		Waga porcji [g]:	470,00	290,00	980,00	360,00	370,00
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 353,90 Białko ogółem [g] 20,60 Węglowodany ogółem [g] 48,00 Tłuszcz [g] 10,70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,90 Sól [g] 2,20	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 234,20 Białko ogółem [g] 8,60 Węglowodany ogółem [g] 24,50 Tłuszcz [g] 11,80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,40 Sól [g] 0,40	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 726,90 Białko ogółem [g] 66,20 Węglowodany ogółem [g] 96,50 Tłuszcz [g] 12,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,10 Sól [g] 2,70	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 254,80 Białko ogółem [g] 5,50 Węglowodany ogółem [g] 26,90 Tłuszcz [g] 15,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,10 Sól [g] 1,10	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 593,70 Białko ogółem [g] 32,10 Węglowodany ogółem [g] 52,80 Tłuszcz [g] 30,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,30 Sól [g] 1,80
	Dieta dla położnic	Składniki	południca drobiowa 60 g (6, 13, SO2), Pomidor 100 g chleb z masłem, sałata zielona XIII 120 g (4), herbata z/c z cytryną 200 ml		pomidorowa z zacierką 300 ml (5), pulpet gotowany diety 120 g (1, 2), sos szpinakowy 50 g (1), Ziemniaki 200 g surówka z jarzyn diety 180 g (4, 5), kompot agrestowy z/c 200 ml	panna cotta 200 g (4),	Pasta jajeczna 120 g (2, 4), rzodkiewka, szczypiorek 1 szt chleb z masłem, sałata zielona XIII 110 g (4), herbata z/c z cytryną 200 ml
		Waga porcji [g]:	480,00		1 050,00	200,00	430,00
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 446,40 Białko ogółem [g] 20,40 Węglowodany ogółem [g] 69,70 Tłuszcz [g] 10,70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,00 Sól [g] 2,20		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 061,20 Białko ogółem [g] 63,60 Węglowodany ogółem [g] 132,30 Tłuszcz [g] 35,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,10 Sól [g] 3,00	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 332,20 Białko ogółem [g] 4,40 Węglowodany ogółem [g] 23,00 Tłuszcz [g] 25,00 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,80 Sól [g] 0,10	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 782,20 Białko ogółem [g] 38,00 Węglowodany ogółem [g] 65,10 Tłuszcz [g] 42,00 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,30 Sól [g] 2,00
Wartość odżywcza dla porcji 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 93,00 Białko ogółem [g] 4,25 Węglowodany ogółem [g] 14,52 Tłuszcz [g] 2,23 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,25 Sól [g] 0,46		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 101,07 Białko ogółem [g] 6,06 Węglowodany ogółem [g] 12,60 Tłuszcz [g] 3,35 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,44 Sól [g] 0,29	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 166,10 Białko ogółem [g] 2,20 Węglowodany ogółem [g] 11,50 Tłuszcz [g] 12,50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,40 Sól [g] 0,05	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 181,91 Białko ogółem [g] 8,84 Węglowodany ogółem [g] 15,14 Tłuszcz [g] 9,77 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,09 Sól [g] 0,47		

		SUMA
2023-11-09 czwartek	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Składniki
		Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 163,50 Białko ogółem [g] 133,00 Węglowodany ogółem [g] 248,70 Tłuszcz [g] 80,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,80 Sól [g] 8,20
Dieta dla położnic		Składniki
		Wartość odżywcza w porcji Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 622,00 Białko ogółem [g] 126,40 Węglowodany ogółem [g] 290,10 Tłuszcz [g] 112,90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,20 Sól [g] 7,30
	Wartość odżywcza dla porcji 100 g	

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	
2023-11-10 piątek	Podstawowa	Składniki	ser żółty 50 g (4), ogórek zielony 100 g Chleb z masłem, sałata zielona I 120 g (1, 4), Kawa zbożowa z/c i mlekiem 200 ml (4), herbata z/c z cytryną 200 ml		Fasolowa z ziemniakami 300 ml (1, 4, 5, 6, 12, 13), ryba po grecku 250 g (1, 5), Ziemniaki 200 g kisiel z tartym jabłkiem 200 ml	koktajl porzeczkowy 200 g (4)	twarożek ze szczy piorkiem 100 g dynia z koperkiem 100 g Pestki słonecznika 10 g Chleb z masłem, sałata zielona I 120 g (1, 4), herbata z/c z cytryną 200 ml
		Waga porcji [g]: 670,00		Waga porcji [g]: 950,00	Waga porcji [g]: 200,00	Waga porcji [g]: 530,00	
		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 710,00 Białko ogółem [g] 31,20 Węglowodany ogółem [g] 86,90 Tłuszcz [g] 27,80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,50 Sól [g] 2,70		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 060,40 Białko ogółem [g] 46,00 Węglowodany ogółem [g] 164,10 Tłuszcz [g] 29,60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,90 Sól [g] 3,00	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 207,30 Białko ogółem [g] 8,40 Węglowodany ogółem [g] 36,50 Tłuszcz [g] 4,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,00 Sól [g] 0,20	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 610,40 Białko ogółem [g] 30,10 Węglowodany ogółem [g] 80,80 Tłuszcz [g] 20,80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,20 Sól [g] 1,20	
	Łatwostawna	Składniki	poledwica sopocka 70 g Pomidor 100 g chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4), Kawa zbożowa z/c i mlekiem 200 ml (4), herbata z/c z cytryną 200 ml		Krupnik z ziemniakami 300 ml (1, 5), ryba gotowana 120 g Ziemniaki 200 g jarzynka po grecku gotowana 120 g (5), kisiel z tartym jabłkiem 200 ml	koktajl porzeczkowy 200 g (4)	twarożek z zieleniną 100 g Pestki słonecznika 15 g dynia z koperkiem 100 g chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4), herbata z/c z cytryną 200 ml
		Waga porcji [g]: 690,00		Waga porcji [g]: 940,00	Waga porcji [g]: 200,00	Waga porcji [g]: 535,00	
		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 662,00 Białko ogółem [g] 31,60 Węglowodany ogółem [g] 89,60 Tłuszcz [g] 20,70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,00 Sól [g] 2,40		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 977,70 Białko ogółem [g] 46,00 Węglowodany ogółem [g] 132,30 Tłuszcz [g] 32,90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,30 Sól [g] 2,80	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 207,30 Białko ogółem [g] 8,40 Węglowodany ogółem [g] 36,50 Tłuszcz [g] 4,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,00 Sól [g] 0,20	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 694,90 Białko ogółem [g] 33,40 Węglowodany ogółem [g] 83,30 Tłuszcz [g] 27,10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,20 Sól [g] 1,30	
Łatwostawna z ograniczeniem ilości węgłowodanów	Składniki	poledwica sopocka 70 g ogórek kiszony 100 g chleb z masłem, sałata zielona VII 110 g (1, 4), herbata b/c 200 ml	jogurt naturalny 150 g (4), seler naciowy 0 szt pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4)	Krupnik z ziemniakami 300 ml (1, 5), ryba gotowana 150 g Ziemniaki 200 g surówka z kiszonej kapusty 180 g woda z cytryną 200 g	twarożek ze szczy piorkiem 60 g marchew słupek 100 g pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4)	Kielbasa z drobiu 60 g Pomidor 100 g chleb z masłem, sałata zielona VII 110 g (1, 4), herbata b/c 200 ml	
	Waga porcji [g]: 480,00	Waga porcji [g]: 190,00	Waga porcji [g]: 1 030,00	Waga porcji [g]: 200,00	Waga porcji [g]: 470,00		

		SUMA	
2023-11-10 piątek	Podstawowa	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 588,10 Białko ogółem [g] 115,70 Węglowodany ogółem [g] 368,30 Tłuszcz [g] 82,40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,60 Sól [g] 7,10
	Łatwostawna	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 541,90 Białko ogółem [g] 119,40 Węglowodany ogółem [g] 341,70 Tłuszcz [g] 84,90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,50 Sól [g] 6,70
	Łatwostawna z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Składniki	

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
2023-11-10 piątek	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Wartość odżywcza w porcji	Wartość odżywcza w porcji	Wartość odżywcza w porcji	Wartość odżywcza w porcji	Wartość odżywcza w porcji
	Składniki	poledwica sopocka 70 g Pomidor 100 g chleb z masłem, sałata zielona XIII 120 g (4), Kawa zbożowa z/c i mlekiem 200 ml (4), herbata z/c z cytryną 200 ml		Krupnik z ziemniakami 300 ml (1, 5), ryba gotowana 120 g Ziemniaki 200 g jarzynka po grecku gotowana 180 g (5), kisiel z tartym jabłkiem 200 ml	koktajl porzeczkowy 200 g (4)	twarożek z zielenią 100 g dynia z koperkiem 100 g Pestki słonecznika 15 g chleb z masłem, sałata zielona XIII 120 g (4), herbata z/c z cytryną 200 ml
	Waga porcji [g]:	690,00		Waga porcji [g]: 1000,00	Waga porcji [g]: 200,00	Waga porcji [g]: 535,00
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 620,60 Białko ogółem [g] 30,10 Węglowodany ogółem [g] 90,10 Tłuszcz [g] 16,70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,30 Sól [g] 2,40		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1054,20 Białko ogółem [g] 47,40 Węglowodany ogółem [g] 139,80 Tłuszcz [g] 38,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 3,70 Sól [g] 2,90	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 207,30 Białko ogółem [g] 8,40 Węglowodany ogółem [g] 36,50 Tłuszcz [g] 4,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,00 Sól [g] 0,20	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 653,50 Białko ogółem [g] 31,90 Węglowodany ogółem [g] 83,80 Tłuszcz [g] 23,10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,40 Sól [g] 1,20
2023-11-11 sobota	Podstawowa	Wartość odżywcza dla porcji 100 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 105,42 Białko ogółem [g] 4,74 Węglowodany ogółem [g] 13,98 Tłuszcz [g] 3,82 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,37 Sól [g] 0,29	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 103,65 Białko ogółem [g] 4,20 Węglowodany ogółem [g] 18,25 Tłuszcz [g] 2,10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,00 Sól [g] 0,10	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 122,15 Białko ogółem [g] 5,96 Węglowodany ogółem [g] 15,66 Tłuszcz [g] 4,32 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,76 Sól [g] 0,22
		Składniki	miód 25 g (7), kasza manna na mleku 300 g (1, 4), Grejfrut 70 g Chleb z masłem, sałata zielona I 120 g (1, 4), herbata z/c z cytryną 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami 300 ml (5), gulasz wieprzowy 170 g kasza gryczana 130 g brokuły VII 150 g kompot z/c 200 ml	banan i kefir 280 g (4)	szynka z indyka 70 g (1, 4, 5, 6, 13), bukiet jarzyn 100 g Chleb z masłem, sałata zielona I 120 g (1, 4), herbata z/c z cytryną 200 ml
		Waga porcji [g]:	715,00		Waga porcji [g]: 950,00	Waga porcji [g]: 280,00

2023-11-10 piątek		SUMA	
Łatwostrawna z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 169,60 Białko ogółem [g] 117,90 Węglowodany ogółem [g] 247,30 Tłuszcz [g] 87,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,50 Sól [g] 10,70	
	Składniki		
	Dieta dla położnic	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 535,60 Białko ogółem [g] 117,80 Węglowodany ogółem [g] 350,20 Tłuszcz [g] 82,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,40 Sól [g] 6,70
2023-11-11 sobota	Podstawowa	Wartość odżywcza dla porcji 100 g	
		Składniki	

2023-11-11 sobota

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Podstawowa	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 729,70 Białko ogółem [g] 18,70 Węglowodany ogółem [g] 133,30 Tłuszcz [g] 15,40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,90 Sól [g] 1,40		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 037,90 Białko ogółem [g] 58,10 Węglowodany ogółem [g] 129,60 Tłuszcz [g] 35,80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,50 Sól [g] 2,30	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 197,00 Białko ogółem [g] 7,80 Węglowodany ogółem [g] 32,90 Tłuszcz [g] 4,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,50 Sól [g] 0,20	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 456,50 Białko ogółem [g] 21,60 Węglowodany ogółem [g] 71,70 Tłuszcz [g] 11,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,20 Sól [g] 2,20
	Składniki	miód 25 g (7), kasza manna na mleku 300 g (1, 4), jabłko 150 g chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4), herbata z/c z cytryną 200 ml		Szpinakowa z ziemniakami 300 ml (5), potrawka w ieprzowa z cukinią diety 280 g (4), kasza jęczmienna 200 g (1), brokuły VII 150 g kompot z/c 200 ml	banan i kefir 280 g (4,)	szynka z indyka 70 g (1, 4, 5, 6, 13), marchew mini 80 g chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4), herbata z/c z cytryną 200 ml
	Łatwostrawna	Waga porcji [g]: 795,00		Waga porcji [g]: 130,00	Waga porcji [g]: 280,00	Waga porcji [g]: 470,00
Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 828,90 Białko ogółem [g] 20,80 Węglowodany ogółem [g] 145,50 Tłuszcz [g] 19,90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,60 Sól [g] 1,40		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 039,20 Białko ogółem [g] 45,80 Węglowodany ogółem [g] 141,40 Tłuszcz [g] 36,70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,90 Sól [g] 2,30	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 197,00 Białko ogółem [g] 7,80 Węglowodany ogółem [g] 32,90 Tłuszcz [g] 4,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,50 Sól [g] 0,20	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 495,70 Białko ogółem [g] 21,50 Węglowodany ogółem [g] 71,40 Tłuszcz [g] 15,10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,90 Sól [g] 2,30
	Składniki	kielbasa żeberkowa 60 g marchew tarta 100 g chleb z masłem, sałata zielona VII 110 g (1, 4), herbata b/c 200 ml	jajko gotowane 60 g (2), papryka żółta 100 g pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4),	szpinakowa z ziemniakami VII 300 ml (5), szynka gotowana VII 150 g kasza gryczana 100 g brokuły VII 180 g kompot b/c 250 ml	fasolka szparagowa 100 g sok pomidorowy 200 ml pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4)	szynka z indyka 70 g (1, 4, 5, 6, 13), ogórek zielony 100 g chleb z masłem, sałata zielona VII 110 g (1, 4), herbata b/c 200 ml
	Łatwostrawna	Waga porcji [g]: 470,00	Waga porcji [g]: 200,00	Waga porcji [g]: 980,00	Waga porcji [g]: 340,00	Waga porcji [g]: 480,00
Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 454,90 Białko ogółem [g] 18,60 Węglowodany ogółem [g] 60,80 Tłuszcz [g] 18,00 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,20 Sól [g] 3,00	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 287,20 Białko ogółem [g] 14,90 Węglowodany ogółem [g] 16,30 Tłuszcz [g] 18,60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,60 Sól [g] 0,50	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 803,90 Białko ogółem [g] 64,30 Węglowodany ogółem [g] 94,80 Tłuszcz [g] 22,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,20 Sól [g] 2,30	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 239,20 Białko ogółem [g] 5,10 Węglowodany ogółem [g] 25,50 Tłuszcz [g] 14,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,00 Sól [g] 1,10	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 375,20 Białko ogółem [g] 18,90 Węglowodany ogółem [g] 52,60 Tłuszcz [g] 12,00 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,70 Sól [g] 2,20
	Składniki					
	Łatwostrawna	Waga porcji [g]: 470,00	Waga porcji [g]: 200,00	Waga porcji [g]: 980,00	Waga porcji [g]: 340,00	Waga porcji [g]: 480,00

2023-11-11 sobota	Podstawowa	Wartość odżywcza w porcji	SUMA Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 421,10 Białko ogółem [g] 106,20 Węglowodany ogółem [g] 367,50 Tłuszcz [g] 66,80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,10 Sól [g] 6,10
		Składniki	
	Łatwostrawna	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 560,80 Białko ogółem [g] 95,90 Węglowodany ogółem [g] 391,20 Tłuszcz [g] 76,00 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,90 Sól [g] 6,20
		Składniki	
	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 160,40 Białko ogółem [g] 121,80 Węglowodany ogółem [g] 250,00 Tłuszcz [g] 85,00 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,70 Sól [g] 9,10
		Składniki	

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
2023-11-11 sobota	Dieta dla położnic	Składniki		Szpinakowa z ziemniakami 300 ml (5,) potrawka w ieprzowa z cukinią diety 280 g (4,) kasza jęczmienna 200 g (1,) brokuły VII 150 g kompot z/c 200 ml	banan i kefir 280 g (4,)	szynka z indyka 70 g (1, 4, 5, 6, 13,) marchew mini 100 g chleb z masłem, sałata zielona XIII 120 g (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml
			Waga porcji [g]: 795,00	Waga porcji [g]: 130,00	Waga porcji [g]: 280,00	Waga porcji [g]: 490,00
		Wartość odżywcza w porcji		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 039,20 Białko ogółem [g] 45,80 Węglowodany ogółem [g] 141,40 Tłuszcz [g] 36,70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,90 Sól [g] 2,30	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 197,00 Białko ogółem [g] 7,80 Węglowodany ogółem [g] 32,90 Tłuszcz [g] 4,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,50 Sól [g] 0,20	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 460,30 Białko ogółem [g] 20,10 Węglowodany ogółem [g] 73,50 Tłuszcz [g] 11,10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,20 Sól [g] 2,30
	Wartość odżywcza dla porcji 100 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 91,96 Białko ogółem [g] 4,05 Węglowodany ogółem [g] 12,51 Tłuszcz [g] 3,25 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,70 Sól [g] 0,20	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 70,36 Białko ogółem [g] 2,79 Węglowodany ogółem [g] 11,75 Tłuszcz [g] 1,54 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,89 Sól [g] 0,07	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 93,94 Białko ogółem [g] 4,10 Węglowodany ogółem [g] 15,00 Tłuszcz [g] 2,27 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,27 Sól [g] 0,47	
2023-11-12 niedziela	Podstawowa	Składniki		Jarzynowa z ziemniakami I 300 ml (5,) kotlet drobiowy 120 g (1, 2,) Ziemniaki 200 g buraczki z cebulką 180 g kompot z/c 200 ml	jabłko, jogurt, wałki ryżowe 280 g (4,)	poledwica drobiowa 70 g (6, 13, SO2,) papryka zielona 100 g Chleb z masłem, sałata zielona I 120 g (1, 4,) herbata z/c z cytryną 200 ml
			Waga porcji [g]: 500,00	Waga porcji [g]: 000,00	Waga porcji [g]: 280,00	Waga porcji [g]: 490,00
		Wartość odżywcza w porcji		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 190,00 Białko ogółem [g] 57,30 Węglowodany ogółem [g] 164,60 Tłuszcz [g] 37,70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,70 Sól [g] 2,90	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 238,20 Białko ogółem [g] 8,30 Węglowodany ogółem [g] 44,30 Tłuszcz [g] 3,90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,90 Sól [g] 0,30	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 457,80 Białko ogółem [g] 22,40 Węglowodany ogółem [g] 70,70 Tłuszcz [g] 11,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,10 Sól [g] 2,40

		SUMA	
2023-11-11 sobota	Dieta dla położnic	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 484,00 Białko ogółem [g] 93,00 Węglowodany ogółem [g] 393,80 Tłuszcz [g] 67,90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,50 Sól [g] 6,20
		Wartość odżywcza dla porcji 100 g	
2023-11-12 niedziela	Podstawowa	Składniki	
		Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 407,90 Białko ogółem [g] 109,50 Węglowodany ogółem [g] 349,90 Tłuszcz [g] 71,80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,20 Sól [g] 8,30
		Wartość odżywcza dla porcji 100 g	

2023-11-12 niedziela

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Łatwostrawna	Składniki	szynka gotowana 60 g Pomidor 100 g sezam 10 g chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml		Jarzynowa z ziemniakami diety 300 ml (5,) filet z drobiu gotowany 120 g sos szpinakowy 100 g (1,) Ziemniaki 200 g buraczki z jogurtem 180 g (4,) kompot z/c 200 ml	jablko, jogurt, wafle ryżowe 280 g (4,)	połędwica drobiowa 80 g (6, 13, SO2,) sałata lodowa z pomidorem 50 g chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml
	Wartość odżywcza w porcji	Waga porcji [g]: 490,00 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 564,20 Białko ogółem [g] 21,90 Węglowodany ogółem [g] 71,20 Tłuszcz [g] 22,60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,10 Sól [g] 2,50		Waga porcji [g]: 1 100,00 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 937,10 Białko ogółem [g] 65,00 Węglowodany ogółem [g] 131,00 Tłuszcz [g] 20,80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,80 Sól [g] 2,70	Waga porcji [g]: 280,00 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 238,20 Białko ogółem [g] 8,30 Węglowodany ogółem [g] 44,30 Tłuszcz [g] 3,90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,90 Sól [g] 0,30	Waga porcji [g]: 450,00 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 548,80 Białko ogółem [g] 26,40 Węglowodany ogółem [g] 68,30 Tłuszcz [g] 20,00 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,10 Sól [g] 2,50
Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Składniki	szynka gotowana 60 g Pomidor 100 g sezam 10 g chleb z masłem, sałata zielona VII 110 g (1, 4,) herbata b/c 200 ml	jogurt naturalny 150 g (4,) kalefior VII 150 g pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4,)	Jarzynowa VII 300 ml (5,) filet z drobiu gotowany 150 g Ziemniaki 150 g surówka z buraka 150 g kompot b/c 250 ml	twarożek 60 g ogórek kiszony 100 g pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona 40 g (4,)	połędwica drobiowa 80 g (6, 13, SO2,) papryka zielona 100 g chleb z masłem, sałata zielona VII 110 g (1, 4,) herbata b/c 200 ml
	Wartość odżywcza w porcji	Waga porcji [g]: 480,00 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 453,60 Białko ogółem [g] 19,30 Węglowodany ogółem [g] 55,70 Tłuszcz [g] 19,50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,90 Sól [g] 2,40	Waga porcji [g]: 340,00 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 341,20 Białko ogółem [g] 11,00 Węglowodany ogółem [g] 27,20 Tłuszcz [g] 21,90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,00 Sól [g] 0,40	Waga porcji [g]: 1 000,00 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 774,30 Białko ogółem [g] 71,50 Węglowodany ogółem [g] 90,10 Tłuszcz [g] 17,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,50 Sól [g] 3,10	Waga porcji [g]: 200,00 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 216,40 Białko ogółem [g] 13,50 Węglowodany ogółem [g] 15,20 Tłuszcz [g] 11,50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,20 Sól [g] 1,90	Waga porcji [g]: 490,00 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 408,70 Białko ogółem [g] 23,80 Węglowodany ogółem [g] 56,20 Tłuszcz [g] 12,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,60 Sól [g] 2,50
Dieta dla położnic	Składniki	szynka gotowana 70 g Pomidor 100 g sezam 10 g chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml		Jarzynowa z ziemniakami diety 300 ml (5,) filet z drobiu gotowany 120 g sos szpinakowy 100 g (1,) Ziemniaki 250 g buraczki z jogurtem 180 g (4,) kompot z/c 200 ml	jablko, jogurt, wafle ryżowe 280 g (4,)	połędwica drobiowa 60 g (6, 13, SO2,) sałata lodowa z pomidorem 50 g chleb z masłem, sałata zielona diety 120 g (4,) herbata z/c z cytryną 200 ml
	Waga porcji [g]: 500,00		Waga porcji [g]: 1 150,00	Waga porcji [g]: 280,00	Waga porcji [g]: 430,00	

2023-11-12 niedziela

		SUMA
Łatwostrawna	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 288,30 Białko ogółem [g] 121,60 Węglowodany ogółem [g] 314,80 Tłuszcz [g] 67,30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,90 Sól [g] 8,00
Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Składniki	
	Wartość odżywcza w porcji	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 194,20 Białko ogółem [g] 139,10 Węglowodany ogółem [g] 244,40 Tłuszcz [g] 82,40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,20 Sól [g] 10,30
Dieta dla położnic	Składniki	

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
2023-11-12 niedziela	Dieta dla położnic	Wartość odżywcza w porcji		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 994,50 Białko ogółem [g] 66,20 Węglowodany ogółem [g] 142,40 Tłuszcz [g] 21,70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,10 Sól [g] 2,70	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 238,20 Białko ogółem [g] 8,30 Węglowodany ogółem [g] 44,30 Tłuszcz [g] 3,90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1,90 Sól [g] 0,30	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 530,40 Białko ogółem [g] 22,40 Węglowodany ogółem [g] 68,30 Tłuszcz [g] 19,70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,00 Sól [g] 2,20
		Wartość odżywcza dla porcji 100 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 86,48 Białko ogółem [g] 5,76 Węglowodany ogółem [g] 12,38 Tłuszcz [g] 1,89 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,88 Sól [g] 0,23	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 85,07 Białko ogółem [g] 2,96 Węglowodany ogółem [g] 15,82 Tłuszcz [g] 1,39 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 0,68 Sól [g] 0,11	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 123,35 Białko ogółem [g] 5,21 Węglowodany ogółem [g] 15,88 Tłuszcz [g] 4,58 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 2,09 Sól [g] 0,51

2023-11-12 niedziela	Dieta dla położnic	Wartość odżywcza w porcji	SUMA Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 337,20 Białko ogółem [g] 120,40 Węglowodany ogółem [g] 326,30 Tłuszcz [g] 68,20 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,30 Sól [g] 7,90
		Wartość odżywcza dla porcji 100 g	

Oznaczenia alergenów:

- 1 - Zboża zawierające gluten,
- 2 - Jaja i pochodne,
- 3 - Ryby i pochodne,
- 4 - Mleko i pochodne,
- 5 - Seler i pochodne,
- 6 - Gorczyca i pochodne,
- 7 - Miód,
- 8 - Truskawki,
- 9 - Pomidory i przetwory,
- 10 - Kakao i prod.
czekoladopochodne,
- 11 - Nasiona sezamu i pochodne,
- 12 - Orzechy,
- 13 - Soja i pochodne,
- 14 - Orzeszki ziemne i pochodne,