Jadłospis dla pacjentów szpitala na dzień: 2025.01.27 poniedziałek

WIELOSPECJALISTYCZNY SZPITAL SP ZOZ W NOWEJ SOLI

Uż-43
Wydanie: 02
Ważne od 01.03.2017

Dieta:	**Podstawowa:**	Wykaz alergenów	**Lekkostrawna:** wątrobowa trzustka położnicza dziecięcy niskokaloryczna kardiologiczna	Wykaz alergenów	**Cukrzyca:**	Wykaz alergenów
	Wartość energetyczna diety: Kaloryczność: 2652 kcal Białka: 128.7 g Tłuszcze: 75,6 g NKT 35,9 g Węglodowodany: 382,8 g g W tym cukry 67,8 g Sól: 6,14 g Błonnik 42,8 g		Wartość energetyczna diety: Kaloryczność: 2667,6 kcal Białka: 127,6 g Tłuszcze: 76,5 g NKT 35 g Węglodowodany: 380,9 g W tym cukry 71,9 g Sól: 5,9 g		Wartość energetyczna diety: Kaloryczność: 2011,1 kcal Białka: 119 g Tłuszcze: 74,3g NKT 31,7 g Węglodowodany: 284,7 g W tym cukry 31,3 g Sól: 6,56 g Błonnik 46,3 g	
Śniadanie I	Twarożek ze rzodkiewka 100g Tuńczyk 80 g Papryka świeża 50 g Rukola + kiełki 35 g miód 25 g Owoce świeże 1 szt. Bułka 80 g Masło 10 g Kawa na mleku 300 ml	2 5 --- -- ---- - 1 2 1 2	Twarożek z pomidorami i zieloną pietruszką 100 g tuńczyk 80 g Rukola + kiełki 35g miód 25 g Owoce świeże 1 szt. Bułka 80 g Masło roślinne 10 g Kawa na mleku 300 ml	2 5 --- 1 - -- 1 2	Twarożek z pomidorami i zieloną pietruszką 100 g Tuńczyk 80 g ogórek świeży 50 g Papryka 50 g Rukola + kiełki 35 g Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 300 ml	2 5 --- -- --- 1 4 6 8 9 10 --- ---
Śniadanie II	Zupa mleczna – kasza manna na mleku 200 ml		Zupa mleczna – kasza manna na mleku 200 ml	1 2		
	Dzieci: Budyń śmietankowy 200 g	1 2				
	Położnictwo					
Obiad	Zupa kapuśniak z kapusty kiszonej z zielona pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Bitki ze schabu z cebulką 110 g Surówka z rzodkwi białej ze śmietaną i zieloną pietruszką 100 g Kompot 200 ml	1 2 3 7 --- 1 3 2 ---	Zupa szpinakowa z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Pulpet gotowany 150 g Sos jarzynowy 130 ml sałata z pomidorami 100 g Kompot 200 ml	1 2 3 --- 1 4 1 3 -- ---	Zupa szpinakowa z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Pulpet gotowany 150 g sałata z pomidorami 100 g Kawa inka bez cukru 200 ml	1 2 3 --- 1 4 -- ---
Podwiecz	Dzieci: Kisiel z truskawkami 150 ml	1 2 3 7				
	Położnictwo					
Kolacja	Szynka wiejska 50 g Ser żółty 30 g Sałata 30 g kiwi 1 szt. Chleb 50 g (2 kromki) Chleb wieloziarnisty 50 g (dwie kromki) Masło 10g Herbata z cytryną 300 ml Rogal szt.	3 6 7 2 11 - - 1 4 6 8 9 10 1 4 6 8 9 10 2 --- 1 4 6 8 9 10	Szynka wiejska 60 g Pomidor 100 g Sałata 30 g Jogurt naturalny 1 szt. Bułka 80g Masło roślinne 10g Herbata z cytryną 300 ml Rogal szt.	3 6 7 --- --- 2 1 -- -- 1 4 6 8 9 10	Szynka wiejska 60 g Pomidor 100 g Sałata 30 g Jogurt naturalny 1 szt. Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10g Herbata z cytryną bez cukru 300 ml	3 6 7 -- --- 2 1 4 6 8 9 10 -- ---
Posiłek dodatkowy	Chleb razowy 1 kromka , rama , ser topiony szt.	1 2 4 6 8 9 10	Chleb razowy 1 kromka , rama , ser topiony szt.	1 2 4 6 8 9 10	Chleb razowy 1 kromka , rama , ser topiony szt.	1 2 4 6 8 9 10

Legenda alergeny:

1 gluten
2 białko mleka krowiego
3 seler
4 jaja
5 ryby
6 soja
7 gorczyca
8 słonecznik
9 sezam
10 orzechy
11 lizozym
12 dwutlenek siarki

Opracował: **Data: Joanna Chomont**	**Zatwierdził:** **Data Danuta Kalota**	

	Jadłospis dla pacjentów szpitala na dzień: 2025.01.28 wtorek	
	WIELOSPECJALISTYCZNY SZPITAL SP ZOZ W NOWEJ SOLI	**Uż-43** Wydanie: 02 Ważne od 01.03.2017

Dieta:	**Podstawowa:**	Wartość energetyczna diety:	Wykaz alergenów	**Lekkostrawna:** wątrobowa trzustka położnicza dziecięcy niskokaloryczna kardiologiczna	Wartość energetyczna diety:	Wykaz alergenów	**Cukrzyca:**	Wartość energetyczna diety:	Wykaz alergenów
		Kaloryczność: 3099kcal Białka: 128,5 g Tłuszcze: 118,3 g NKT 39,7 g Węglodowdany: 407,5 g W tym cukry 68,2 g Sól: 7,61 g Błonnik 56,6 g			Kaloryczność: 2642,7 kcal Białka: 111,6 g Tłuszcze: 93,8 g NKT 30,8 g Węglodowdany: 356,7 g W tym cukry 78,5 g Sól: 6,2 g Błonnik 40,3 g			Kaloryczność: 2124,1 kcal Białka: 100,7 g Tłuszcze: 95,5 g NKT 26,9 g Węglodowdany: 295,7 g W tym cukry 30,6 g Sól: 5,21 g Błonnik 50 ,1 g	
Śniadanie I	Pasztet drobiowy 50 g rzodkiewka biała z ogórkiem i zieloną pietruszką 80 g Sałata + kiełki 35 g Bułka 80 g Masło 10 g Kawa na mleku 300 ml Jabłko 1 szt Mus owocowy 1 szt.		3 6 7 ---- --- 1 2 1 2 -- --	Pasztet drobiowy 50 g sałata + kiełki 35 g pomidor 100 g Bułka 80 g Masło roślinne 10 g Kawa na mleku 300 ml Jabłko 1 szt. Mus owocowy 1 szt.		3 6 7 --- --- 1 -- 1 2 - ---	Pasztet drobiowy 50 g sałata + kiełki 35 g Rzodkiew biała z ogórkiem 50 g pomidor 100 g Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 300 ml	3 6 7 --- --- 1 4 6 8 9 10 -- ----
Śniadanie II		Zupa mleczna –płatki kukurydziane na mleku 200 ml	1 2	Zupa mleczna –płatki kukurydziane na mleku 200 ml		1 2			
	Dzieci	Twarożek owocowy 150 g	1						
	Położnictwo								
Obiad	Zupa fasolowa z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Kotlet de volaille z drobiu 130 g Surówka z kapusty czerwonej 100 g Kompot 200 ml		1 3 --- 1 2 1 2 4 --- ---	Zupa brokułowa z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki koperkiem 250 g kurczak w jogurtowym sosie curry 200 ml Buraczki 100 g Kompot 200 ml		1 3 4 --- 1 3 --- ---	Zupa brokułowa z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g filet duszony sute 110 g Buraczki 100 g Herbata bez cukru 200 ml	1 3 4 --- --- --- ---
Podwiecz	Dzieci	Galaretka owocowa 150g	1 2 3 7 9						
	Położnictwo								
Kolacja	Szynka z indyka 30 g Sałatka jarzynowa 100 g Serek naturalny szt. Sałata 30g Chleb 50 g (2 kromki) Chleb wieloziarnisty 50 g (dwie kromki) Masło 10g Herbata z cytryną 300 ml		3 6 7 3 4 7 2 --- 1 4 6 8 9 10 1 4 6 8 9 10 2 1 2	Szynka z indyka 30 g sałatka jarzynowa 100 g Serek naturalny szt. sałata 30 g Bułka 80g Masło roślinne 10g Herbata z cytryną 300 ml		3 6 7 3 4 7 2 --- 1 --- 1 2	Szynka z indyka 30 g sałatka jarzynowa 100 g Serek naturalny szt. sałata 30 g Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10g Herbata z cytryną bez cukru 300 ml	3 6 7 3 4 7 2 --- 1 4 6 8 9 10 -- ---
Posiłek dodatkowy	Chleb razowy 1 kromka , rama , jajko gotowane		1 2 4 6 8 9 10	Chleb pszenny 1 kromka , rama , jajko gotowane		1 2 4 6 8 9 10	Chleb razowy 1 kromka , rama , jajko gotowane		1 2 4 6 8 9 10

Legenda alergeny:

1 gluten
2 białko mleka krowiego
3 seler
4 jaj
5 ryby
6 soja
7 gorczyca
8 słonecznik
9 sezam
10 orzechy
11 lizozym
12 dwutlenek siarki

Opracował: **Data: Joanna Chomont**	**Zatwierdził:** **Data: Danuta Kalota**	

Jadłospis dla pacjentów szpitala na dzień: 2025.01.29 Środa

WIELOSPECJALISTYCZNY SZPITAL SP ZOZ W NOWEJ SOLI

Uż-43
Wydanie: 02
Ważne od 01.03.2017

Dieta:	**Podstawowa:**		Wykaz alergenów	**Lekkostrawna:** wątrobowa trzustka położnicza dziecięcy niskokaloryczna kardiologiczna		Wykaz alergenów	**Cukrzyca:**		Wykaz alergenów
	Wartość energetyczna diety:			Wartość energetyczna diety:			Wartość energetyczna diety:		
	Kaloryczność: 2835,5,kcal Białka: 128,7 g Tłuszcze: 106,9 g NKT 39 g Węglodowdany: 361,7 g W tym cukry 78 g Sól: 7,55 g Błonnik 41,7 g			Kaloryczność: 2672,4 kcal Białka: 120,9 g Tłuszcze: 81,2 g NKT 29,8 g Węglodowdany: 380,4 g W tym cukry 82,8 g Sól: 4,39 g Błonnik 37,4 g			Kaloryczność: 2156 kcal Białka: 121,1 g Tłuszcze: 80 g NKT 29,4 g Węglodowdany: 326,6 g W tym cukry 44,1 g Sól: 5,74 g Błonnik 47,4	
Śniadanie I	Dżem 70 g jajko gotowane 1 szt. Pomidor 100 g + rukola 30 g Jogurt owocowy 1 szt. Bułka 80 g Masło 10 g Kawa na mleku 300 ml		-- 2 4 -- 1 2 1 2	Dżem 70 g Jajko gotowane 1 szt. Pomidor 100 g + rukola 30 g Jogurt owocowy 1 szt. Bułka 80 g Masło roślinne 10 g Kawa na mleku 300 ml		-- 4 - 1 2 1 -- 1 2	Kiełbasa drobiowa 60 g ser topiony 1 szt. Pomidor 100 g + rukola 30 g Jogurt naturalny 1 szt. Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 300 ml		3 6 7 2 -- 2 1 4 6 8 9 10 -- ---
Śniadanie II		Zupa mleczna –makaron na mleku 200 ml	1 4 2	Zupa mleczna – makaron na mleku 200 ml		1 4 2			
	Dzieci	Mleko 200 ml	14 6 8 9 10						
	Położnictwo	Cynamonka 1 szt.							
Obiad	Zupa ogórkowa z zielona pietruszką 400 ml Kasza gryczana 200 g Gulasz wieprzowy z zieloną pietruszką 170 ml surówka z marchewki z chrzanem 100 g Kompot 200 ml		1 2 3 7 1 1 3 -- ---	Zupa krupnik ryżowy z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Gulasz wieprzowy gotowany 170 ml surówka z selera , jabłka i brzoskwini 100 g Kompot 200 ml		1 3 10 --- 1 3 3 ---	Zupa krupnik ryżowy z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Szt mięsa duszona 110 g surówka z selera , jabłka i brzoskwini 100 g Kawa inka bez cukru 200 ml		1 3 10 --- -- 3 1
Podwiecz	Dzieci	Mus owocowy 150 ml							
	Położnictwo								
Kolacja	Twarożek ze szczypiorem 100 g Tuńczyk 80 g Krakowska parzona 30 g Papryka 50 g Sałata + kiełki 35 g banan 1 szt. Chleb 50 g (2 kromki) Chleb wieloziarnisty 50 g (dwie kromki) Masło 10g Herbata z cytryną 300 ml		2 5 3 6 7 -- -- 1 4 6 8 9 10 1 4 6 8 9 10 2 --	Twarożek z zielona pietruszka 100 g Tuńczyk 80 g Krakowska parzona 30 g Sałata + kiełki 35 g Jabłko 1 szt. banan 1 szt. Bułka 80g Masło roślinne 10g Herbata z cytryną 300 ml		2 5 5 3 6 7 - -- 1 --- - -	Twarożek z zielona pietruszką 100 g Tuńczyk 80 g Krakowska parzona 30 g Sałata + kiełki 35 g Papryka 50 g Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10g Herbata z cytryną bez cukru 300 ml		2 5 3 6 7 -- --- 1 4 6 8 9 10 -- ----
Posiłek dodatkowy	Chleb razowy 1 kromka, rama , pasztet drobiowy 1 szt.			Chleb pszenny 1 kromka, rama , pasztet drobiowy 1 szt.			Chleb razowy 1 kromka, rama , pasztet drobiowy 1 szt.		1 2 4 6 7 8 9 10

Legenda alergeny:

1 gluten
2 białko mleka krowiego
3 seler
4 jaja
5 ryby
6 soja
7 gorczyca
8 słonecznik
9 sezam
10 orzechy
11 lizozym
12 dwutlenek siarki

Opracował: **Data: Joanna Chomont**	**Zatwierdził:** **Data: Danuta Kalota**	

Jadłospis dla pacjentów szpitala na dzień: 2025.01.30 czwartek

WIELOSPECJALISTYCZNY SZPITAL SP ZOZ W NOWEJ SOLI

Uż-43
Wydanie: 02
Ważne od 01.03.2017

+Dieta:	**Podstawowa:**	Wykaz alergenów	**Lekkostrawna:** wątrobowa trzustka położnicza dziecięcy niskokaloryczna kardiologiczna	Wykaz alergenów	**Cukrzyca:**	Wykaz alergenów
	Wartość energetyczna diety: Kaloryczność: 2826,7 kcal Białka: 130,2 g Tłuszcze: 79,8 g NKT 35,5 g Węglodowdany: 421,9 g W tym cukry 76,1 g Sól: 6,79 g Błonnik : 55,2 g		Wartość energetyczna diety: Kaloryczność: 2402,8,kcal Białka: 112.2 g Tłuszcze: 65,4 g NKT 30 g Węglodowdany: 358,3 g W tym cukry 65,8 g Sól: 5,62 g Błonnik : 39,2 g		Wartość energetyczna diety: Kaloryczność: 1892,8 kcal Białka: 97,3 g Tłuszcze: 58,2 g NKT 25,3 g Węglodowdany: 298,8 g W tym cukry 28,9 g Sól: 5,48 g Błonnik : 52,8 g	
Śniadanie I	Szynka staropolska 60 g rzodkiewka 50g Rukola 30 g Owoce świeże 1 szt. miód 25g Bułka 80 g Masło 10 g Kawa na mleku 300 ml Kefir szt.	3 6 7 ---- ---- ---- --- 1 -- 1 2 2	Szynka staropolska 60 g Rukola 30g Owoce świeże 1 szt. miód 25g Bułka 80 g Masło roślinne 10 g Kawa na mleku 300 ml Kefir szt.	3 6 7 --- --- -- 1 --- 1 2 2	Szynka staropolska 60 g Rukola 30 g Rzodkiewka 50 g papryka 50g Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 300 ml Kefir szt.	3 6 7 --- --- --- 1 4 6 8 9 10 -- -- 2
Śniadanie II	Zupa mleczna – płatki owsiane na mleku 200 ml	1 2	Zupa mleczna – płatki owsiane na mleku 200 ml	1 2		
	Dzieci Budyń na mleku 200 g	1 2 7 9				
	Położnictwo Budyń na mleku 200 g	1 2 7 9				
Obiad	Zupa jarzynowa z zielona pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Fasolka po bretońsku z mięsem 250 g Owoce świeże 1 szt. Kompot 200 ml	1 2 3 - 1 - -	Zupa jarzynowa z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Rolada drobiowa ze szpinakiem i pomidorami na parze 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z zieloną pietruszką 100 g Kompot 200 ml	1 3 --- 1 2 --- ---	Zupa jarzynowa z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Rolada drobiowa ze szpinakiem i pomidorami na parze 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z zieloną pietruszką 100 g Herbata miętowa bez cukru	1 3 --- 1 2 --- --
Podwieczo	Dzieci Kisiel z owocami 150g	1 2 3 7				
	Położnictwo Kisiel z owocami 150g	1 2 3 7				
Kolacja	Ser żółty 30 g Szynka z kurczaka 50g Ogórek 100 g Sałata 30 g Chleb 50 g (2 kromki) Chleb wieloziarnisty 50 g (dwie kromki) Masło 10g Herbata z cytryną 300 ml Mus owocowo- warzywny szt.	2 11 3 6 7 --- -- 1 4 6 8 9 10 1 4 6 8 9 10 2 --- --	Szynka z kurczaka 60g Pomidor 100 g Jabłko 1 szt. Sałata 30 g Bułka 80g Masło roślinne 10g Herbata z cytryną 300 ml Mus owocowo- warzywny szt.	3 6 7 --- --- --- 1 - --- ---	Szynka z kurczaka 60g Pomidor 100 g Ogórek 50 g Sałata 30 g Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10g Herbata z cytryną bez cukru 300 ml	3 6 7 --- --- --- 1 4 6 8 9 10 --- ---
Posiłek dodatkowy	Chleb razowy 1 kromka , rama ,serek topiony 1 szt.	1 2 4 6 8 9 10	Chleb razowy 1 kromka , rama ,serek topiony 1 szt.	1 2 4 6 8 9 10	Chleb razowy 1 kromka , rama ,serek topiony 1 szt.	1 2 4 6 8 9 10

Legenda alergeny:

1 gluten
2 białko mleka krowiego
3 seler
4 jaj
5 ryby
6 soja
7 gorczyca
8 słonecznik
9 sezam
10 orzechy
11 lizozym
12 dwutlenek siarki

Opracował: **Data: Joanna Chomont**	**Zatwierdził:** **Data: Danuta Kalota**	

	Jadłospis dla pacjentów szpitala na dzień: 2025.01.31 piątek	
	WIELOSPECJALISTYCZNY SZPITAL SP ZOZ W NOWEJ SOLI	**Uż-43** Wydanie: 02 Ważne od 01.03.2017

Dieta:	**Podstawowa:**	Wartość energetyczna diety:	Wykaz alergenów	**Lekkostrawna:** wątrobowa trzustka położnicza dziecięcy niskokaloryczna kardiologiczna	Wartość energetyczna diety:	Wykaz alergenów	**Cukrzyca:**	Wartość energetyczna diety:	Wykaz alergenów
		Kaloryczność: 2525,8 kcal Białka: 118 g Tłuszcze: 75 g NKT 32,6 g Węglodowdany: 362,4 g W tym cukry 70,6 g Sól: 5,9 g Błonnik 39,3 g			Kaloryczność: 2485,7 kcal Białka: 122,6 g Tłuszcze: 66,1 g NKT 30,7 g Węglodowdany: 365,1 g W tym cukry 83 g Sól: 5 g Błonnik 34,5 g			Kaloryczność: 1993,2 kcal Białka: 110,3 g Tłuszcze: 64,7 g NKT 26,7 g Węglodowdany: 309,9 g W tym cukry 36,7 g Sól: 4,86 g Błonnik 40,8 g	
Śniadanie I	Jajecznica na parze ze szczypiorem 100g papryka świeża 50 g sałata + kiełki 35g Bułka 80 g Masło 10 g Kawa na mleku 300 ml Sok owocowy 1 szt.		1 2 4 ---- -- 1 2 1 2 --	Twarożek z pomidorami i zieloną pietruszką 100 g sałata + kiełki 35 g jabłko 1 szt. Bułka 80 g Masło roślinne 10 g Kawa na mleku 300 ml Sok owocowy 1 szt.		2 --- --- 1 -- 1 2 ---	Twarożek z pomidorami i zieloną pietruszką 100 g sałata + kiełki 35 g Papryka 50 g Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 300 ml		2 --- --- 1 4 6 8 9 10 -- ---
Śniadanie II		Zupa mleczna – ryż na mleku 200 ml	2	Zupa mleczna – ryż na mleku 200 ml		2			
	Dzieci	Mleko 200 ml Chałka 80 g	2 1 3 6 8 9 10						
	Położnictwo								
Obiad	Barszcz biały z jajkiem z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Kotlety rybne smażone 120 g Kapusta na ciepło 150 g Kompot 200 ml		1 2 3 -- 1 4 5 1 3 -	Barszcz czerwony z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Kotlety rybne na parze 120 g Sałata 100 g Kompot 200 ml		1 2 3 -- 1 4 5 - -	Barszcz czerwony z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki z koperkiem 250 g Kotlety rybne na parze 120 g Sałata 100 g Kawa inka bez cukru 200 ml		1 2 3 -- 1 4 5 - 1
Podwiecz	Dzieci	Tarta marchew z jabłkiem 150 g							
	Położnictwo								
Kolacja	Szynka wieprzowa 60 g pomidor 100 g Sałata 30 g Owoce świeże 1 szt. Chleb 50 g (2 kromki) Chleb wieloziarnisty 50 g (dwie kromki) Masło 10g Herbata z cytryną 300 ml Jogurt naturalny 1 szt.		3 6 7 -- -- --- 1 4 6 8 9 10 1 4 6 8 9 10 2 -- 2	Szynka wieprzowa 60 g Pomidor 100g sałata 30 g Owoce świeże 1 szt. Bułka 80g Masło roślinne 10g Herbata z cytryną 300 ml Jogurt naturalny 1 szt.		3 6 7 --- --- --- 1 --- -- 2	Szynka wieprzowa 60g Pomidor 100 g Sałata 30 g Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10g Herbata z cytryną bez cukru 300 ml Jogurt naturalny 1 szt.		3 6 7 --- --- 1 4 6 8 9 10 -- -- 2
Posiłek dodatkowy	Chleb razowy 1 kromka , rama , ser żółty 2 plasterki		1 2 4 6 8 9 10 11	Chleb razowy 1 kromka , rama , ser żółty 2 plasterki		1 2 4 6 8 9 10 11	Chleb razowy 1 kromka , rama , ser żółty 2 plasterki		1 2 4 6 8 9 10 11

Legenda alergeny:

1 gluten
2 białko mleka krowiego
3 seler
4 jaj
5 ryby
6 soja
7 gorczyca
8 słonecznik
9 sezam
10 orzechy
11 lizozym
12 dwutlenek siarki

Opracował: **Data: Joanna Chomont**	**Zatwierdził:** **Data: Danuta Kalota**	