

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 23.02.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Manna na ml 300 mleko glut psz Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasztet drob pieczony 50 soja glut psz szynka kons 30 soja pomidor 80 sałata lodowa 30 banan 180		Koperkowa z lanym cias. 300 glut psz jaja seler Ryba smażona 100 ryba mleko glut psz jaja ziemniaki got. 200 surówka z kiszanej kapusty 120 gorcz kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 jajko got 1 szt jaja polędwica dr 30 soja roszponka 20 ogórek ziel 50	Kefir 200 mleko
Wart odżyw.	Energia 2259kcal, Białko 94,6g, Tłuszcze 76,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszczowe 31,7g, Węglowodany 310,5g, Cukry proste 89,5g Błonnik 27,1g, Sól 5,5g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet drob. 40 glut psz jaja soja seler mleko szynka kons 30 soja pomidor 80 sałata lod 30 banan180		Koperkowa z lanym cias. 300 glut psz jaja seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz ziemniaki 200 cukinia duszona 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajko got 1 szt jaja polędwica dr 30 soja roszponka 20 pomidor 80	Kefir 200 mleko
Wart odżyw.	Energia 2233kcal, Białko 91,1g, Tłuszcze 73,9g, Nasycone kw. Tłuszczowe 28,8g, Węglowodany 290,2g, Cukry proste 95,6g Błonnik 23,7g, Sól 4,8g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobn. (P3)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet drob. 40 glut psz jaja soja selr mleko szynka kons 30 soja roszonek 20	banan 180	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z jaja 50 jaja polędwica dr 30 soja	Kefir 200 mleko + dżem 30
Wart odżyw.	Energia 2256kcal, Białko 90,5g, Tłuszcze 73,9g, Nasycone kw. Tłuszczowe 28,8g, Węglowodany 297g, Cukry proste 103,3g Błonnik 22,3g, Sól 4,8g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja roszonek 20	Jabłko got 150	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z białka jaja 50 jaja polędwica dr 30 soja	Kefir 200 mleko
Wart odżyw.	Energia 2178kcal, Białko 94,3g, Tłuszcze 54,3g, Nasycone kw. Tłuszczowe 19,3g, Węglowodany 279,1g, Cukry proste 80,7g Błonnik 22,3g, Sól 5,3g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasztet drob. 40 glut psz jaja soja selr mleko szynka kons 30 soja roszonek 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 jajko got 1 szt jaja polędwica dr 30 soja	Kefir 200 mleko
Wart odżyw.	Energia 2377kcal, Białko 96,2g, Tłuszcze 90,4g, Nasycone kw. Tłuszczowe 34,4g, Węglowodany 279,8g, Cukry proste 80,7g Błonnik 23,8g, Sól 4,9g					
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasztet drob. 40 glut psz jaja soja selr mleko szynka kons 30 soja sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz ser żółty 30 mleko	j.w. kompot wieloowocowy b/c 250	surówka z kiszanej kapusty 120 gorcz	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 jajko got 1 szt jaja polędwica dr 30 soja	Graham30 glut psz żyty szyn got 30 soj roszpon20
Wart odżyw.	Energia 2213kcal, Białko 98,9g, Tłuszcze 91g, Nasycone kw. Tłuszczowe 26,8g, Węglowodany 235,5g, Cukry proste 49,8g Błonnik 32,2g, Sól 6,9g					
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt szynka kons 60 soja sałata lodowa 30		j.w. kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 jajko got 1 szt jaja polędwica dr 30 soja	Kefir 200 mleko
Wart odżyw.	Energia 1897kcal, Białko 85g, Tłuszcze 77,6g, Nasycone kw. Tłuszczowe 21,1g, Węglowodany 202,9g, Cukry proste 44,3g Błonnik 26,7g, Sól 4,8g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	manna na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajo	Bulion mięs. 200 seler	Zupa koperkowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajo seler	Biszkopty 30 mleko 200 ml glut psz jaja	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Kefir 200 mleko
Wart odżyw.	Energia 1923kcal, Białko 89,3g, Tłuszcze 122,3g, Nasycone kw. Tłuszczowe 58,7g, Węglowodany 107,9g, Cukry proste 27,5g Błonnik 7g, Sól 1,5g					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. Biszkopty 30 + mleko 200 **mleko glut psz jaja** Energia 209kcal, Białko 8,9g, Tłuszcze 5,6g, Nasycone kw. Tłuszczowe 2,1g, Węglowodany 30,7g, Cukry proste 11,1g Błonnik 0,8g, Sól 0,06g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 24.02.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko twarożek ze szczyp 50 mleko paróweczka drob 60 soja glut psz musztarda 10 gorcz rzodkiewka 30 sałata ziel. 20 kawa z ml 250 mleko glut jęczm żyt mandarynka 120		Grochowa 300 glut psz seler Makaron razowy z sosem duszonym z indyka a'la spaghetti 350 glut psz gorcz rozszponka z olejem 20 ogórek kons 50 gorcz woda z cytr. 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 sopocka 60 soja sałata lodowa 30 papryka czerw 50	Skyr nat 140 mleko
Wart odżyw.	Energia 2280kcal, Białko 104,9g, Tłuszcz 83,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszczowe 32,9g, Węglowodany 286,6g, Cukry proste 73,9g Błonnik 21,6g, Sól 6,1g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko twarożek z koper. 50 mleko ketchup 10 paróweczka drob 60 soja glut psz pomidor 80 sałata ziel 20 kawa z ml 250 mleko glut jęczm żyt mandarynka 120		Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Makaron z sosem duszonym mięsno- jarzynowym 350 glut psz seler gorcz rozszponka z olejem 20 woda z cytr. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 sopocka 60 soja sałata lodowa 30 pomidor 80	Skyr nat 140 mleko
Wart odżyw.	Energia 2256kcal, Białko 107,1g, Tłuszcz 79,2g, Nasycone kw. Tłuszczowe 30,3g, Węglowodany 270,6g, Cukry proste 73,4g Błonnik 18,1g, Sól 6,1g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko twarożek z koper. 50 mleko paróweczka drob 60 soja glut psz sałata ziel 20 kawa z ml 250	Mandarynka 120	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Skyr waniliowy 140 mleko
Wart odżyw.	Energia 2277kcal, Białko 107,1g, Tłuszcz 75,1g, Nasycone kw. Tłuszczowe 30,3g, Węglowodany 284,3g, Cukry proste 92,4g Błonnik 17,5g, Sól 6,7g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło ¼ 10 mleko twarożek z koper. 100 mleko sałata ziel 20 kawa z ml 250	Jabłko got 150	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło ¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Skyr nat 140 mleko
Wart odżyw.	Energia 2186kcal, Białko 104,1g, Tłuszcz 65,2g, Nasycone kw. Tłuszczowe 27,6g, Węglowodany 279g, Cukry proste 82,8g Błonnik 19,9g, Sól 5,8g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 glut psz masło 15 mleko twarożek z koper. 50 mleko paróweczka drob 60 soja glut psz sałata ziel 20 kawa z ml 250	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 pasta z jaj 50 jaja	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Skyr nat 140 mleko
Wart odżyw.	Energia 2366kcal, Białko 109,4g, Tłuszcz 91,9g, Nasycone kw. Tłuszczowe 39,3g, Węglowodany 271,1g, Cukry proste 73,5g Błonnik 19,3g, Sól 6,8g					
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło ¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęczm żyt twarożek z koper. 50 mleko paróweczka drob 60 soja glut psz sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz pasta z jaj 50 jaja	Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Makaron razowy z sosem duszonym z indyka a'la spaghetti 350 glut psz gorcz ogórek kons 50 gorcz rozszponka z olejem 20 woda z cytr. 250	Skyr nat 140 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło ¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 sopocka 60 soja	Graha 30 glut psz żyty paszte piecz 50 soj gl psz sał lod 30
Wart odżyw.	Energia 2280kcal, Białko 118,6g Tłuszcz 82,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 28,1g, Węglowodany 248,1g, Cukry proste 40,7g Błonnik 24g, Sól 6,8g					
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło ¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęczm żyt twarożek z koper. 100 mleko sałata ziel 20		Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Makaron razowy z sosem duszonym z indyka a'la spaghetti 350 glut psz gorcz rozszponka z olejem 20 ogórek kons 50 gor woda z cytr. 250		Graham 80 glut psz żyt masło ¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 sopocka 60 soja	Skyr nat 140 mleko
Wart odżyw.	Energia 1957kcal, Białko 110g Tłuszcz 67,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 28g, Węglowodany 228g, Cukry proste 43,9g Błonnik 19,3g, Sól 4,1g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	makaron na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa żurek lekki zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz glut żyt jajko seler	Kisiel owoc 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Skyr nat 140 mleko
Wart odżyw.	Energia 1903kcal, Białko 106,3g Tłuszcz 122,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 62g, Węglowodany 150,1g, Cukry proste 29,5g Błonnik 9,3g					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. Kisiel owoc 150 Energia 24kcal, Białko 0,3g Tłuszcz 0,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 0,01g, Węglowodany 25,7g, Cukry proste 7g Błonnik 0,6

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 25.02.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka got 30 soja rukola 20 pomidor 80 kakao na ml 250 mleko jabłko 150		Krupnik jęczmienny 300 glut jęczm seler Kotlet smażony z piersi kurczaka 110 glut psz jaja mleko ziemniaki got. 200 ćwikła z chrzanem 120 SO2 herbata owoc 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka 60 soja sałata ziel 20 marchew tarta 30	mus warzywno -owoc 100
Wart odżyw. Energia 2236kcal, Białko 94,4g, Tłuszcze 68,6g,w tym Nasycone kw. Tłuszcz 26,7g, Węglowodany 315,3g, Cukry proste 90,2g Błonnik 32,2g, Sól 5,2g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka got 30 soja sałata lodowa 30 pomidor 80 kakao na ml 250 mleko jabłko 150		Krupnik jęczmienny 300 glut jęczm seler Pierś z kurczaka duszona w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprós. 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka 60 soja sałata ziel 20 marchew tarta 30	mus warzywno -owoc 100
Wart odżyw. Energia 2204kcal, Białko 98,6g, Tłuszcze 61,2g,w tym Nasycone kw. Tłuszcz 26,4g, Węglowodany 309,7g, Cukry proste 95,7g Błonnik 28,3g, Sól 5,3g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko szynka got 60 soja sałata. ziel 20	Jabłko got 150	Krupnik jęczmienny 300 glut jęczm seler Potrawka z piersi z kurczaka duszona w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprós. 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka 60 soja	mus warzywno -owoc 100
Wart odżyw. Energia 2193kcal, Białko 96,8g, Tłuszcze 62,4g,w tym Nasycone kw. Tłuszcz 28,4g, Węglowodany 303,7g, Cukry proste 94,7g Błonnik 26,3g, Sól 6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko kakao na ml 250 mleko pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka got 30 soja sałata. ziel 20	Jabłko got 150	Krupnik jęczmienny 300 glut jęczm seler Pierś z kurczaka duszona w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprós. 100 glut psz herbata ow. 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka 60 soja	mus warzywno -owoc 100
Wart odżyw. Energia 2166kcal, Białko 104,6g, Tłuszcze 49,7g,w tym Nasycone kw. Tłuszcz 18,4g, Węglowodany 300,7g, Cukry proste 78,5g Błonnik 23,5g, Sól 6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko kakao na ml 250 mleko pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka got 30 soja sałata. ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 polędw dr 30 soja mlek	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2301kcal, Białko 110,7g, Tłuszcze 69,5g,w tym Nasycone kw. Tłuszcz 31,9g, Węglowodany 303,4g, Cukry proste 85,9g Błonnik 25,5g, Sól 6,1g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kakao na ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka got 30 soja sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz polędw dr 30 soja mleko	j.w. herbata owoc b/c 250	Sok warzyw 150 seler	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 filet z indyka 60 soja	Graha 30 glut psz żyt szyn kons 30 soja sał.ziel 20
Wart odżyw. Energia 2190kcal, Białko 123,2g, Tłuszcze 52,2g,w tym Nasycone kw. Tłuszcz 19,8g, Węglowodany 271,4g, Cukry proste 64,6g Błonnik 33,4g, Sól 6,3g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kakao na b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka got 30 soja sałata lodowa 30		j.w. herbata owoc b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 filet z indyka 60 soja	Sok warzyw 150 seler
Wart odżyw. Energia 1806kcal, Białko 100,6g, Tłuszcze 47,9g,w tym Nasycone kw. Tłuszcz 18g, Węglowodany 231,5g, Cukry proste 49,9g Błonnik 29,4g, Sól 4,8g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	manna na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	krupnik zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut jęczm jajko seler	Sok warzyw 150 seler	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	mus warzywno -owoc 100
Wart odżyw. Energia 1905kcal, Białko 100,3g, Tłuszcze 118,1g,w tym Nasycone kw. Tłuszcz 58,5g, Węglowodany 182,5g, Cukry proste 56,3g Błonnik 11,3g, Sól 1,6g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. Jogurt owoc. 150 mleko Energia 110kcal, Białko 6g, Tłuszcze 3,7g,w tym Nasycone kw. Tłuszcz 2,4g, Węglowodany 12g, Cukry proste 12g Błonnik 0,3g, Sól g **Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.**

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 26.02.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj got 50 jaja kurczak got 30 soja roszponka 20 papryka kons 50 gorcz pomarańcza 100		Pieczarkowa 300 mleko glut psz seler Gołąbki duszone z mięsem i ryżem 350 (2 szt) sos pomidor. 100 mleko glut psz seler kompot wielowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 kiełbasa szyn. 60 soja gorcz sałata lodowa 30 ćwikła z chrzanem 50 SO2	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2287kcal, Białko 87,6g, Tłuszcz 87,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 34,9g, Węglowodany 303,3g, Cukry proste 87,9g Błonnik 32,1g, Sól 5,2g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj got 50 jaja kurczak got 30 soja roszponka 20 pomidor 80 pomarańcza 100		Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Risotto duszone z mięsem i warzywami 350 seler sos pomid 100 mleko glut psz seler kompot wielowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja sałata lodowa 30 pomidor 80	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2262kcal, Białko 93,2g, Tłuszcz 74,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 28,9g, Węglowodany 309,9g, Cukry proste 89,9g Błonnik 25,3g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj got 50 jaja kurczak got 30 soja roszponka 20	pomarańcza 100	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko + dżem 30
Wart odżyw. Energia 2274kcal, Białko 94,1g, Tłuszcz 74,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 28,9g, Węglowodany 319,9g, Cukry proste 94,9g Błonnik 24,5g, Sól 6,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pasta z białka jaj got 50 jaja kurczak got 30 soja roszpon 20	Jabłko got 150	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2202kcal, Białko 96,1g, Tłuszcz 54,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 20,7g, Węglowodany 327,1g, Cukry proste 99,6g Błonnik 23,4g, Sól 6,5g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasta z jaj got 50 jaja kurczak got 30 soja roszponka 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 sopocka 30 soj	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2344kcal, Białko 99,9g, Tłuszcz 75,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 32,3g, Węglowodany 311,5g, Cukry proste 91g Błonnik 25,1g, Sól 6,9g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z jaj got 50 jaja kurczak got 30 soja roszponka 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz sopocka 30 soja	j.w.	Jogurt nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka kons 60 soja	Graha 30 glut psz żyty filet z ind 30 soj sał.lod 30
Wart odżyw. Energia 2211kcal, Białko 110,6g, Tłuszcz 64,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 22,4g, Węglowodany 280,6g, Cukry proste 58,6g Błonnik 30,6g, Sól 6,1g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z jaj got 50 jaja kurczak got 30 soja roszponka 20		j.w.	kompot wielowocowy b/c 250	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1958kcal, Białko 95,5g, Tłuszcz 59,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 19,4g, Węglowodany 261,2g, Cukry proste 55,8g Błonnik 28,3g, Sól 5,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Makaron na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa ziemniaczana zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Jogurt nat 150 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Manna na ml 200 ml glut psz
Wart odżyw. Energia 2022kcal, Białko 108,3g, Tłuszcz 130,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 62,9g, Węglowodany 177g, Cukry proste 60g Błonnik 6g, Sól 1,6g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. Ciastka maśl. 30 **mleko glut psz jaja** Energia 2022kcal, Białko 108,3g, Tłuszcz 130,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 62,9g, Węglowodany 177g, Cukry proste 60g Błonnik 6g, Sól 1,6g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 27.02.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z ciecierzycy z konc. pom. 50 sopocka 30 soja szpinak 20 pomidor 80 kiwi 100		Brokułowa 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka dusz. w sosie koperkowym 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got . 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 woda z cytr. 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 serek wiejski 150 mleko rzodkiewka 30 roszonek 20	sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2269kcal, Białko 95,8g, Tłuszcz 69g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 31,2g, Węglowodany 314,4g, Cukry proste 92,2g Błonnik 32,5g, Sól 4,8g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet drob 40 glut psz jaja soja seler mleko sopocka 30 soja sałata ziel 20 pomidor 80 kiwi 100		Brokułowa 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka dusz. w sosie koperkowym 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got . 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 woda z cytr. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 serek wiejski 150 mleko pomidor 80 roszonek 20	sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2244kcal, Białko 94,9g, Tłuszcz 70,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 32g, Węglowodany 301,9g, Cukry proste 93,5g Błonnik 30g, Sól 5,7g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet drob 40 glut psz jaja soja seler mleko sopocka 30 soja sałata ziel 20	Kiwi 100	Brokułowa 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka dusz. w sosie koperkowym 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got . 200 marchewka oprósz.100 glut psz woda z cytr. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 serek wiejski 150 mleko	Kisiel inst 150
Wart odżyw. Energia 2284kcal, Białko 95,9g, Tłuszcz 71,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 33,1g, Węglowodany 318,8g, Cukry proste 99,5g Błonnik 28,4g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 sopocka 60 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 serek wiejski 150 mleko	sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2153kcal, Białko 95,4g, Tłuszcz 58,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 24,4g, Węglowodany 309,7g, Cukry proste 95,5g Błonnik 26,4g, Sól 5,8g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasztet drob 40 glut psz jaja soja seler mleko sopocka 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 serek wiejski 150 mleko	Kisiel inst 150
Wart odżyw. Energia 2359kcal, Białko 106,1g, Tłuszcz 80,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 38,4g, Węglowodany 302,7g, Cukry proste 93,2g Błonnik 29g, Sól 6,4g						
Z ogranicz. łatwo pryswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasztet drob 40 glut psz jaja soja seler mleko sopocka 30 soja sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz pasta z ciecierz. z konc. pom. 50	Brokułowa 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka dusz. w sosie koperkowym 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got . 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 woda z cytr. 250	sok pomid 150	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 serek wiejski 150 mleko rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt szyn got 30 soja roszpo 20
Wart odżyw. Energia 2211kcal, Białko 103,4g, Tłuszcz 61,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 25,5g, Węglowodany 275,6g, Cukry proste 66,4g Błonnik 32,2g, Sól 6,1g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt sopocka 60 soja		j.w.		Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 serek wiejski 150 mleko rzodkiewka 30	sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 1823kcal, Białko 91,1g, Tłuszcz 56,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 23,8g, Węglowodany 228,6g, Cukry proste 59,8g Błonnik 28,5g, Sól 4,8g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Owsianka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajo	Bulion mięs. 200 seler	Brokułowa 300 zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajo seler	Budyń ml 150 mleko glut psz	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 1992kcal, Białko 108,5g, Tłuszcz 105,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 50,1g, Węglowodany 186,2g, Cukry proste 62,3g Błonnik 13,3g, Sól 1,4g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. Budyń ml 150 **mleko glut psz** Energia 84kcal, Białko 3,1g, Tłuszcz 1,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 1,1g, Węglowodany 13,9g, Cukry proste 8,7g Błonnik 0,1g, Sól g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 28.02.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z makreli ze szczyp. 50 ryba jajko got 1 szt jaja rukola 20 papryka czer 50 jabłko 150		Fasolowa 300 glut psz seler Bitki wieprzowe duszone w sosie włas. 80/100 glut psz kasza gryczana 200 mizeria ze śmietaną 120 mleko kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka drob 60 soja sałata ziel 20 pomidor 80	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2255kcal, Białko 90,8g, Tłuszcz 80,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 33,4g, Węglowodany 319g, Cukry proste 76,3g Błonnik 32,7g, Sól 4,2g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koperkiem 50 ryba jajko got 1 szt jaja jabłko 150		Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jecz 200 glut jęczm cukinia duszona 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka drob 60 soja sałata ziel 20 pomidor 80	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2236kcal, Białko 99,5g, Tłuszcz 73,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 33,8g, Węglowodany 287,4g, Cukry proste 89,3g Błonnik 24,6g, Sól 5,4g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj 70 jaja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Bitki schabowe siekane duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jecz 200 glut jęczm cukinia duszona 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2222kcal, Białko 89,5g, Tłuszcz 80,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 33,3g, Węglowodany 281,7g, Cukry proste 86,3g Błonnik 23,3g, Sól 5g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koperkiem 50 ryba pasta z białka got 50 szt jaja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jecz 200 glut jęczm cukinia duszona 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Jogurt naturalny 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2178kcal, Białko 90,6g, Tłuszcz 62,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 26,3g, Węglowodany 273,7g, Cukry proste 70,1g Błonnik 24g, Sól 5,3g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz Bułka psz 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba jajko got 1 szt jaja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 kurczak got 30 soja	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Jogurt naturalny 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2291kcal, Białko 102,9g, Tłuszcz 83,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 41,1g, Węglowodany 274,3g, Cukry proste 60,5g Błonnik 24,2g, Sól 6,3g					
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z tuńczyka z koperkiem 50 ryba jajko got 1 szt jaja sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz kurczak got 30 soja	j.w. kompot wieloowocowy b/c 250	Jogurt naturalny 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka drob 60 soja	Graha 30 glut psz żyty ser bi 50 mleko sał. ziel 20
Wart odżyw.	Energia 2200kcal, Białko 111,1g, Tłuszcz 72,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 35,5g, Węglowodany 259,6g, Cukry proste 57,1g Błonnik 30,6g, Sól 6,7g					
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z tuńczyka z kop 50 ryba jajko got 1 szt jaja sałata lod 30		j.w. kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka drob 60 soja	Jogurt naturalny 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 1823kcal, Białko 93,7g, Tłuszcz 64,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 29,1g, Węglowodany 210g, Cukry proste 41,1g Błonnik 24,1g, Sól 4,2g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Zacierka na ml. zmięks. z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajo	Bulion mięs. 200 seler	Żurek zmięks. z mięsem i żółtkiem 300 glut psz glut żyt jajo seler	Jogurt natur. 150 mleko	Zupa jarzynowa zmięks. z mięsem 300 seler glut psz	ryż na ml 200 mle
Wart odżyw.	Energia 1973kcal, Białko 106,2g, Tłuszcz 119,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 58g, Węglowodany 145,3g, Cukry proste 29,1g Błonnik 8,4g, Sól 1,5g					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. Ciasto drożdżowe 50 **mleko glut psz jaja** Energia 165kcal, Białko 4,4g, Tłuszcz 1,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 0,4g, Węglowodany 23,5g, Cukry proste 12,9g Błonnik g, Sól 0,1g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 29.02.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Kasza jagl na ml 300 mleko Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 galantyna z ind 50 seler soja mleko twarożek ze szczy 50 mleko rzodkiewka 30 ogórek kisz 50 gorcz mandarynka 120		Pomidorowa z makaronem 300 mleko glut psz seler Udka z kurczaka dusz w jarzynach 150/100 glut psz seler ziemniaki got.200 roszonek z olejem 20 napój owoc 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka got. 60 soja szpinak 20 papryka kons 50 gorcz	Mus owoc- warz 100
Wart odżyw.	Energia 2262kcal, Białko 96,2g, Tłuszcz 86g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 35,3g, Węglowodany 275,8g, Cukry proste 72,7g Błonnik 25,2g, Sól 6,1g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 galantyna z ind 50 seler soja mleko twarożek 50 mleko sałata ziel 20 pomidor 80 mandarynka 120		Pomidorowa z makaronem 300 mleko glut psz seler Udka z kurczaka dusz w jarzynach 150/100 glut psz seler ziemniaki got.200 roszonek z olejem 20 napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka got. 60 soja sałata lodowa 30 pomidor 80	Mus owoc- warz 100
Wart odżyw.	Energia 2242kcal, Białko 96,8g, Tłuszcz 86g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 35,4g, Węglowodany 285,9g, Cukry proste 78,1g Błonnik 22,5g, Sól 4,8g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarożek 100 mleko sałata ziel 20	mandarynka 120	Pomidorowa z makaronem 300 mleko glut psz seler potrawka z kurczaka dusz z jarzynami 150/100 glut psz seler ziemniaki got.200 roszonek z olejem 20 napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got. 60 soja	Mus owoc- warz 100
Wart odżyw.	Energia 2225kcal, Białko 96,9g, Tłuszcz 77g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 35,4g, Węglowodany 270,3g, Cukry proste 80g Błonnik 22g, Sól 4,1g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Kasza jagl a ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 galantyna z ind 50 seler soja mleko twarożek 50 mleko sałata ziel 20	Jabłko got 150	Pomidorowa z makaronem 300 mleko glut psz seler Udka z kurczaka dusz w jarzynach 150/100 glut psz seler ziemniaki got.200 roszonek z olejem 20 napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got. 60 soja	Sucharki 30 mleko 200 soja mleko glut psz
Wart odżyw.	Energia 2187kcal, Białko 94,3g, Tłuszcz 65,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 27,6g, Węglowodany 252g, Cukry proste 71,2g Błonnik 21,1g, Sól 4,9g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka psz 100 glut psz masło ¹⁵ mleko herbata 250 galantyna z ind 50 seler soja mleko twarożek 50 mleko sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 szynka kons 30 soja	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got. 60 soja	Sucharki 30 mleko 200 soja mleko glut psz
Wart odżyw.	Energia 2319kcal, Białko 103g, Tłuszcz 86,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 40,7g, Węglowodany 269,9g, Cukry proste 74,5g Błonnik 22,3g, Sól 5,9g					
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt galantyna drob 50 seler soja mleko twarożek 50 mleko rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz szynka kons 30 soja	j.w. kompot wieloowocowy b/c	sok warzyw 150 seler	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got. 60 soja	Graham 30 glut psz żyty szyn drob 30 soja sał.lo
Wart odżyw.	Energia 2210kcal, Białko 108,8g, Tłuszcz 70,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 29,5g, Węglowodany 229,8g, Cukry proste 48,6g Błonnik 27g, Sól 6,7g					
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt twarożek 50 mleko rzodkiewka 30		j.w. kompot wieloowocowy b/c		Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got. 60 soja	sok warzyw 150 seler
Wart odżyw.	Energia 1863kcal, Białko 93,8g, Tłuszcz 67,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 27,2g, Węglowodany 194,7g, Cukry proste 35,1g Błonnik 24,3g, Sól 3,8g					
PŁYNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasza jagl. na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa pomidorowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	sok warzyw 150 seler	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Mus owoc- warz 100
Wart odżyw.	Energia 2100kcal, Białko 98,9g, Tłuszcz 74,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz 29,1g, Węglowodany 212,1g, Cukry proste 35,4g Błonnik 24,3g, Sól 4,8g					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. Galaretka owoc 150 Energia 70kcal, Białko 2,2g, Tłuszcz 0g, Nasycone kw. Tłuszczowe 0g, Węglowodany 15g, Cukry proste 15g, Błonnik 0g, Sól 0g **Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.**