

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 3.05.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL.
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko jajko got 1 szt jaja szynka drob 30 soja pomidor 80 sałata lodowa 30 banan 180		Barszcz czerwony ukraiński z fasolą 300 mleko glut psz seler Ryba smażona 100 ryba mleko glut psz jaja ziemniaki got 200 surówka z młodej kapusty z olejem 120 napój owoc 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka kons. 60 soja ogórek ziel 50 szpinak 20	Mus owoc-warzyw. 100
Wart odżyw.	Energia 2258kcal, Białko 90,2g, Tłuszcz 75,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,8g, Węglowodany 314,1g, Cukry proste 96,2g, Błonnik 30,7g, Sól 6g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko jajko got 1 szt jaja szynka drob 30 soja pomidor 80 sałata lodowa 30 banan 180		Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Ryba duszona w sosie koper. 80/100 ryba mleko glut psz ziemniaki got. 200 bukiet jarzyn na parze z masłem 100 mleko napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka kons. 60 soja pomidor 80 roszonek 20	Mus owoc-warzyw. 100
Wart odżyw.	Energia 2231kcal, Białko 84,6g, Tłuszcz 71,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,4g, Węglowodany 312,4g, Cukry proste 92,4g, Błonnik 22,7g, Sól 5,4g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko pasta z jajka got 50 jaja szynka drob 30 soja roszonek 20	banan 180	Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Ryba duszona w sosie koper. 80/100 ryba mleko glut psz ziemniaki got. 200 bukiet jarzyn na parze z masłem 100 mleko napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons. 60 soja	Mus owoc-warzyw. 100
Wart odżyw.	Energia 2206kcal, Białko 83,7g, Tłuszcz 70,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31g, Węglowodany 298g, Cukry proste 90,5g, Błonnik 20,3g, Sól 5,2g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko kakao na ml 250 mleko pasta z białka 50 jaja szynka drob 30 soja roszonek 20	Jabłko got 150	Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Ryba duszona w sosie koper. 80/100 ryba mleko glut psz ziemniaki got. 200 bukiet jarzyn na parze z masłem 100 mleko napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons. 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw.	Energia 2185kcal, Białko 83,8g, Tłuszcz 53,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22,2g, Węglowodany 302,8g, Cukry proste 88,3g, Błonnik 20,6g, Sól 5,4g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko kakao na ml 250 mleko jajko got 1 szt jaja szynka drob 30 soja roszonek 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Ryba duszona w sosie koper. 80/100 ryba mleko glut psz ziemniaki got. 200 bukiet jarzyn na parze z masłem 100 mleko napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons. 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw.	Energia 2377kcal, Białko 92,2g, Tłuszcz 80,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.38,5g, Węglowodany 321,4g, Cukry proste 85,5g, Błonnik 21,1g, Sól 5,5g					
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CIUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kakao ml b/c 250 mleko jajko got 1 szt jaja szynka drob 30 soja sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz ser biały 50 mleko	Barszcz czerwony ukraiński z fasolą 300 mleko glut psz seler Ryba duszona w sosie koper. 80/100 ryba mleko glut psz ziemniaki got. 200 bukiet jarzyn na parze z masłem 100 mleko kompot wieloowocowy b/c 250	surówka z młodej kapusty z olejem 120	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka kons. 60 soja	Graham30 glut psz żyt polęd dr 30 soja mleko roszipo 20
Wart odżyw.	Energia 2197kcal, Białko 99,7g, Tłuszcz 73,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,7g, Węglowodany 262,3g, Cukry proste 51,4g, Błonnik 33,1g, Sól 6g					
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CIUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kakao b/c 250 mleko jajko got 1 szt jaja szynka drob 30 soja sałata lodowa 30		Barszcz czerwony ukraiński z fasolą 300 mleko glut psz seler Ryba duszona w sosie koper. 80/100 ryba mleko glut psz ziemniaki got. 200 bukiet jarzyn na parze z masłem 100 mleko kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka kons. 60 soja	Graham30 glut psz żyt polęd dr 30 soja mleko roszipo 20
Wart odżyw.	Energia 1829kcal, Białko 89,3g, Tłuszcz 58,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,7g, Węglowodany 232,4g, Cukry proste 42,5g, Błonnik 28,5g, Sól 5,4g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	manna na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Barszcz czerw.zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	budyń ml 150 mle glut psz	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Mus owoc-warz 100
Wart odżyw.	Energia 2061kcal, Białko 84,6g, Tłuszcz 130,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 56,2g, Węglowodany 144,3g, Cukry proste 44,9g, Błonnik 4,7g, Sól 2,3g					

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

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 4.05.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z makreli ze szczyp. 50 ryba szynka got 30 soja sałata ziel 20 papryka kons 50 gorcz jabłko 150		Brokułowa 300 mleko glut psz seler Zraz z indyka duszony w sosie pomidor. 100/100 mleko glut psz seler kasza jęczm. na sypko 200 glut jęczm mizeria ze śmietaną 120 mleko woda z cytr. 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 kurczak got. 60 soja pomidor 80 sałata lodowa 30	Kefir nat. 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2351kcal, Białko 106,6g, Tłuszcz 76,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 28,4g, Węglowodany 289,4g, Cukry proste 53,9g, Błonnik 35,4g, Sól 7g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka got 30 soja sałata ziel 20 pomidor 80 jabłko 150		Brokułowa 300 mleko glut psz seler Zraz z indyka duszony w sosie pomidor. 100/100 mleko glut psz seler kasza jęczm. na sypko 200 glut jęczm cukinia duszona 100 glut psz woda z cytr. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 kurczak got. 60 soja pomidor 80 sałata lodowa 30	Kefir nat. 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2327kcal, Białko 109,9g, Tłuszcz 72,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 27,2g, Węglowodany 284,7g, Cukry proste 54,5g, Błonnik 28,4g, Sól 6,3g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 mleko seler soja glut psz szynka got 30 soja sałata ziel 20	jabłko got150	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got. 60 soja	Kefir nat. 200 mleko + dżem 25
Wart odżyw. Energia 2337kcal, Białko 100,3g, Tłuszcz 76,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,5g, Węglowodany 291,5g, Cukry proste 60,7g, Błonnik 23,6g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pasta z tuńcz z kop. 50 ryba szynka got 30 soja sał.ziel.20	Jabłko got 150	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got. 60 soja	Kefir nat. 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2217kcal, Białko 111,1g, Tłuszcz 59,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 18,9g, Węglowodany 286,6g, Cukry proste 57,2g, Błonnik 22g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 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 pasztet dr 40 mle seler soja glut psz	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got. 60 soja	Kefir nat. 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2424kcal, Białko 113,3g, Tłuszcz 84,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,1g, Węglowodany 292,9g, Cukry proste 51,7g, Błonnik 23,6g, Sól 6,4g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka got 30 soja sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz pasztet dr 40 mleko seler soja glut psz	j.w.	Kefir nat. 200 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 kurczak got. 60 soja	Graham30 glut psz żyt pasta z jaj 50 jaja sał.lod. 30
Wart odżyw. Energia 2200kcal, Białko 118,2g, Tłuszcz 69,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 22,1g, Węglowodany 256,1g, Cukry proste 43,7g, Błonnik 36,9g, Sól 6,5g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka got 30 soja sałata ziel 20		j.w.		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 kurczak got. 60 soja	Kefir nat. 200 mleko
Wart odżyw. Energia 1893kcal, Białko 103,6g, Tłuszcz 57,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 18,4g, Węglowodany 224,1g, Cukry proste 39,5g, Błonnik 29,8g, Sól 5,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	zacierka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa brokułowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Kefir nat. 200 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Ryż na ml 200 mle
Wart odżyw. Energia 2003kcal, Białko 93,7g, Tłuszcz 131,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57,9g, Węglowodany 126,1g, Cukry proste 39,2g, Błonnik 5,9g, Sól 2,3g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. biszkopty 30 glut psz jaja + mleko 200 mleko **Wart odżyw.** Energia 209kcal, Białko 8,9g, Tłuszcz 5,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 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 Oława

JADŁOSPIS na dzień 5.05.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL.
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko serek wiejski lekki 150 mleko połudwica z indyka 30 soja mleko rzodkiewka 30 sałata lodowa 30 mandarynka 120		Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko z kurczaka pieczone konwek. 150 ziemniaki got. 200 sałatka z buraka i ceb. z olejem 120 herbata owoc. 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 sopocka 60 soja marchewka tarta 30 sałata ziel 20	Sok warzyw. 150 seler
Wart odżyw.	Energia 2225kcal, Białko 102,2g, Tłuszcz 83,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,3g, Węglowodany 249,2g, Cukry proste 65,8g, Błonnik 22,1g, Sól 7g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko serek wiejski lekki 150 mleko połędwica z indyka 30 soja mleko pomidor 80 sałata lodowa 30 mandarynka 120		Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 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 sopocka 60 soja marchewka tarta 30 sałata ziel 20	Sok warzyw. 150 seler
Wart odżyw.	Energia 2249kcal, Białko 102,2g, Tłuszcz 80,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 32,8g, Węglowodany 263,9g, Cukry proste 66g, Błonnik 17g, Sól 7g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko serek wiejski lekki 150 mleko połędwica z indyka 30 soja mleko sałata ziel 20	mandarynka 120	Rosół z makaronem 300 glut psz seler potrawka z kurczaka duszona 180 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 sopocka 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw.	Energia 2271kcal, Białko 100,4g, Tłuszcz 80,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 32,8g, Węglowodany 272,5g, Cukry proste 69,5g, Błonnik 13,8g, Sól 6g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko kakao na ml 250 mleko serek wiejski lekki 150 mleko połędwica z indyka 30 soja mleko sałata ziel 20	Jabłko got 150	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 buraczki opr. 100 glut psz herbata owoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw.	Energia 2190kcal, Białko 100,2g, Tłuszcz 68g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,9g, Węglowodany 277,5g, Cukry proste 75,2g, Błonnik 14g, Sól 6g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko kakao na ml 250 mleko serek wiejski lekki 150 mleko połędwica z indyka 30 soja mleko sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 szynka kons 30 soja	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 buraczki opr. 100 glut psz herbata owoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw.	Energia 2470kcal, Białko 105,9g, Tłuszcz 90,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 38,9g, Węglowodany 294,1g, Cukry proste 76g, Błonnik 16,1g, Sól 6,7g					
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CIUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kakao na ml b/c 250 mleko serek wiejski lekki 150 mleko połudwica z indyka 30 soja mleko sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz szynka kons 30 soja	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 buraczki oprós. 100 glut psz herbata owoc. b/c 250 marchewka tarta z olejem 30	Sok warzyw. 150 seler	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 sopocka 60 soja	Graham30 glut psz żyt szynk dr 30 soja sał.ziel 20
Wart odżyw.	Energia 2186kcal, Białko 113,2g, Tłuszcz 72,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 26,8g, Węglowodany 239,9g, Cukry proste 42,7g, Błonnik 30g, Sól 7,2g					
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CIUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kakao na b/c 250 mleko serek wiejski lekki 150 mleko połudwica z indyka 30 soja mleko sałata lodowa 30		Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 buraczki oprós. 100 glut psz herbata owoc. b/c 250 marchewka tarta z olejem 30		Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 sopocka 60 soja	Sok warzyw. 150 seler
Wart odżyw.	Energia 1885kcal, Białko 97,9g, Tłuszcz 67,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 24,7g, Węglowodany 206g, Cukry proste 37,4g, Błonnik 24g, Sól 5,8g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Ryż na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	rosół zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Jogurt nat 150 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok warz 150 seler
Wart odżyw.	Energia 1946kcal, Białko 85,9g, Tłuszcz 129,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 58g, Węglowodany 126,4g, Cukry proste 45,3g, Błonnik 4,2g, Sól 2,8g					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. deser z jogurtu nat. i galaretki 100 **mleko** Energia 48kcal, Białko 2,3g, Tłuszcz 1,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 1g, Węglowodany 6,2g, Cukry proste 6g, Błonnik 0g, Sól 0,1g
Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 6.05.2024r.

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 jajecznicza na parze ze szczy.70 jaja szynka kons 30 soja rukola 20 ogórek ziel 50 pomarańcza 150		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Łazanki z kapustą kiszoną i wędliną duszone 350 glut psz gorcz soja kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka piecz 60 soja papryka czerw. 50 sałata lodowa 30	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2337kcal, Białko 103,8g, Tłuszcz 83,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,2g, Węglowodany 280,4g, Cukry proste 55,2g, Błonnik 28,3g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajecznicza na parze.70 jaja szynka kons 30 soja pomidor 80 roszponka 20 pomarańcza 150		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi gotowane z masłem i bułką tartą 300 mleko glut psz jaja surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka piecz 60 soja pomidor 80 sałata lodowa 30	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2377kcal, Białko 113g, Tłuszcz 73,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,9g, Węglowodany 306g, Cukry proste 58,5g, Błonnik 25,7g, Sól 5,7g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajecznicza na parze.70 jaja szynka kons 30 soja roszponka 20	pomarańcza 150	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi gotowane z masłem i bułką tartą 300 mleko glut psz jaja marchewka z pieca konw 100 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka piecz 60 soja	Skyr wanil. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2350kcal, Białko 109,9g, Tłuszcz 69,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,7g, Węglowodany 312,5g, Cukry proste 63,9g, Błonnik 23g, Sól 5,2g						
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 pasta z białka 50 jaja szynka kons 30 soja roszponka 20	Jabłko got 150	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka piecz 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2214kcal, Białko 110,7g, Tłuszcz 44,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18g, Węglowodany 324,9g, Cukry proste 75,5g, Błonnik 22,5g, Sól 5,7g						
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 jajecznicza na parze.70 jaja szynka kons 30 soja roszponka 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 filet z indyka piecz 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2447kcal, Białko 118,1g, Tłuszcz 77,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,7g, Węglowodany 317,4g, Cukry proste 59,9g, Błonnik 23,6g, 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 jajecznicza na parze.70 jaja szynka kons 30 soja roszponka 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz kurczak got 30 soja	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi gotowane z masłem i bułką tartą 300 mleko glut psz jaja surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowocowy b/c 250	Skyr nat mleko	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 filet z indyka piecz 60 soja	Graham30 glut psz żyt szynk got 30 soj sał.lod 30
Wart odżyw. Energia 2209kcal, Białko 121g, Tłuszcz 61,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,4g, Węglowodany 276,1g, Cukry proste 38,6g, Błonnik 33,2g, Sól 6,5g						
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 jajecznicza na parze.70 jaja szynka kons 30 soja roszponka 20		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi gotowane z masłem i bułką tartą 300 mleko glut psz jaja surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 filet z indyka piecz 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1970kcal, Białko 103,8g, Tłuszcz 59g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,4g, Węglowodany 244,2g, Cukry proste 44,4g, Błonnik 28,5g, Sól 5,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Owsianka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut ows mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa jarzynowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	kisiel owoc z 150	Zupa ziemniaczana zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Skyr nat 150 mle
Wart odżyw. Energia 2012kcal, Białko 100,4g, Tłuszcz 130,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57,2g, Węglowodany 118,6g, Cukry proste 46,8g, Błonnik 7,6g, Sól 2,6g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. kisiel owoc z jabłkiem 170 **Wart odżyw.** Energia 88kcal, Białko 0,08g, Tłuszcz 0,008g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.0,04g, Węglowodany 20,6g, Cukry proste 12,5g, Błonnik 0,6g, Sól g
Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 7.05.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Makaron na ml 300 glut psz Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 twarożek ze szczyp. mleko kurczak got 30 soja rzodkiewka 30 sałata ziel. 30 kiwi 100		Pomidorowa z ryżem 300 mleko glut psz seler Kotlet z piersi indyka smażony 110 mleko glut psz jaja ziemniaki got. 200 sałatka z sałaty lodowej z soczewicą 120 kompot wielowocowy 20		Chleb zw. 70 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 schab pieczony własny 60 rozspanka 20 ćwikła z chrzanem 50 SO2	Mus ow - warz 100
Wart odżyw.	Energia 2289kcal, Białko 101,1g, Tłuszcz 69,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,7g, Węglowodany 316,3g, Cukry proste 75,5g, Błonnik 25,8g, Sól 5,7g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Makaron na ml 300 glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 kiwi 100		Pomidorowa z ryżem 300 mleko glut psz seler Pierś z indyka duszona w sosie koper.90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 sałatka z sałaty lodowej 100 kompot wielowocowy 20		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 schab pieczony własny 60 rozspanka 20 buraczki z jabłkiem 50	Mus ow - warz 100
Wart odżyw.	Energia 2314kcal, Białko 94,5g, Tłuszcz 79,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,1g, Węglowodany 294g, Cukry proste 74g, Błonnik 19,9g, Sól 5,6g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Makaron na ml 300 glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20	Kiwi 100	Pomidorowa z ryżem 300 mleko glut psz seler Pierś z indyka siekana duszona w sosie koper.90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z masłem 100 mleko kompot wielowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 schab pieczony własny 60	Mus ow - warz 100
Wart odżyw.	Energia 2214kcal, Białko 94,3g, Tłuszcz 68,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,8g, Węglowodany 295,6g, Cukry proste 73,1g, Błonnik 17,8g, Sól 5,2g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Makaron na ml 300 glut psz Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Pomidorowa z ryżem 300 mleko glut psz seler Pierś z indyka duszona w sosie koper.90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z masłem 100 mleko kompot wielowocowy 20		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 schab pieczony własny 60	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2193kcal, Białko 98,3g, Tłuszcz 60,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,9g, Węglowodany 297,6g, Cukry proste 76g, Błonnik 17,8g, Sól 5,4g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Makaron na ml 300 glut psz Bułka psz 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 sopock 30 soja	Pomidorowa z ryżem 300 mleko glut psz seler Pierś z indyka duszona w sosie koper.90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z masłem 100 mleko kompot wielowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 schab pieczony własny 60	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2401kcal, Białko 105,2g, Tłuszcz 82,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.40,6g, Węglowodany 297,4g, Cukry proste 61g, Błonnik 18,4g, Sól 5,7g					
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 twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz sopocka 30 soja	Pomidorowa z ryżem 300 mleko glut psz seler Pierś z indyka duszona w sosie koper.90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 sałatka z sałaty lodowej z soczewicą 100 kompot wielowocowy b/c 250	Jogurt nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 schab pieczony własny 60	Graham 30 glut psz żył filet z ind 30 soj rozspan20
Wart odżyw.	Energia 2191kcal, Białko 111,4g, Tłuszcz 66,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,4g, Węglowodany 249,2g, Cukry proste 47,3g, Błonnik 33,1g, Sól 5,9g					
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żył masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył kurczak got 30 soja sałata ziel 20		Pomidorowa z ryżem 300 mleko glut psz seler Pierś z indyka duszona w sosie koper.90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 sałatka z sałaty lodowej z soczewicą 100 kompot wielowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żył masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 schab pieczony własny 60	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 1801kcal, Białko 90,8g, Tłuszcz 60,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,9g, Węglowodany 209,4g, Cukry proste 42g, Błonnik 27,3g, Sól 4,9g					
PŁYNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	makaron na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa pomidorowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Jogurt nat 150 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Mus ow - warz 100
Wart odżyw.	Energia 2024kcal, Białko 103,8g, Tłuszcz 128g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57,2g, Węglowodany 115,5g, Cukry proste 41,2g, Błonnik 7,9g, Sól 2,6g					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. ciasto drożdżowe 50 **mleko glut psz jaja** + mleko 200 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 258kcal, Białko 10,1g, Tłuszcz 11g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.2,7g, Węglowodany 38,4g, Cukry proste 7,5g, Błonnik 0,2g, Sól 0,2g
Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 8.05.2024r.

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 pasta z ciecierzycy 50 parówka wieprz na gor. 50 keczup 10 szpinak 20 pomidor 80 jabłko 150		Koperkowa z lanym ciastem 300 glut psz jaja seler Kurczak duszony w sosie curry 180 mleko glut psz seler ziemniaki got .200 surówka z czerwonej kapusty z olejem 120 gorcz woda z cytr.250		Chleb zw. 70 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka drob. 60 soja ogórek kons 50 gorcz sałata ziel 20	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2336kcal, Białko 93,1g, Tłuszcze 95,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32g, Węglowodany 283,5g, Cukry proste 67,7g, Błonnik 26,4g, Sól 7,4g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet drob.40 mleko glut psz soja seler parówka wieprz na gor. 50 keczup 10 pomidor 80 sałata lodowa 30 jabłko 150		Koperkowa z lanym ciastem 300 glut psz jaja seler Pierś z kurczaka duszona w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 woda z cytr.250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka drob. 60 soja pomidor 80 sałata ziel 20	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2244kcal, Białko 91,3g, Tłuszcze 75,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,7g, Węglowodany 287,7g, Cukry proste 82,9g, Błonnik 19,8g, Sól 6,6g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet drob.40 mleko glut psz soja seler parówka wieprz na gor. 50 keczup sałata ziel 20	Jabłko got 150	Koperkowa z lanym ciastem 300 glut psz jaja seler Pierś z kurczaka duszona siekana w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 woda z cytr.250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob. 60 soja	Jogurt nat 150 mleko + dżem 25
Wart odżyw.	Energia 2255kcal, Białko 90,5g, Tłuszcze 75,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,7g, Węglowodany 292,1g, Cukry proste 88,3g, Błonnik 18g, Sól 6,5g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja	Jabłko got 150	Koperkowa z lan. cias. 300 glut psz jaja seler Pierś z kurczaka duszona w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 woda z cytr.250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob. 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2196kcal, Białko 95,2g, Tłuszcze 56,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,3g, Węglowodany 286,5g, Cukry proste 75,7g, Błonnik 18,3g, Sól 5,9g					
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 mleko glut psz soja seler parówka wieprz na gor. 50 sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Koperkowa z lan. cias. 300 glut psz jaja seler Pierś z kurczaka duszona w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 woda z cytr.250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob. 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2384kcal, Białko 100,1g, Tłuszcze 85,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.37,9g, Węglowodany 292,3g, Cukry proste 72,8g, Błonnik 18,1g, Sól 6,1g					
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasztet drob.40 mleko glut psz soja seler parówka wieprz na gor. 50 sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz pasta z ciecierzycy 50	Koperkowa z lanym ciastem 300 glut psz jaja seler Pierś z kurczaka duszona w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 roszponka z olejem 20 woda z cytr.250	Surówka z czerwonej kapusty z olejem 120 gorcz	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka drob. 60 soja	Graham30 glut psz żył szyn kon 30 soj sał.ziel 20
Wart odżyw.	Energia 2181kcal, Białko 97,9g, Tłuszcze 77,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,5g, Węglowodany 247,4g, Cukry proste 40,4g, Błonnik 28,6g, Sól 6,8g					
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt szynka kons 60 soja sałata lodowa 30		Koperkowa z lan. cias. 300 glut psz jaja seler Pierś z kurczaka duszona w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 roszponka z olejem 20 woda z cytr.250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka drob. 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 1764kcal, Białko 87,3g, Tłuszcze 48,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,5g, Węglowodany 207,7g, Cukry proste 38,3g, Błonnik 27,6g, Sól 5,3g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	manna na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa koperkowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	mus owoc- warzyw. 100	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Jogurt nat 150 mle
Wart odżyw.	Energia 1928kcal, Białko 84,3g, Tłuszcze 129,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57,1g, Węglowodany 123,3g, Cukry proste 66,3g, Błonnik 7,6g, Sól 2,4g					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. mus owoc- warzywny 100 **Wart odżyw.** Energia 53kcal, Białko 0,7g, Tłuszcze 0g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.0g, Węglowodany 11,7g, Cukry proste 11,6g, Błonnik 1,7g, Sól 0g **Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.**

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 9.05.2024r

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj ze szczyp.50 jaja filet z ind. piecz. 30 soja papryka czerw 50 rukola 20 mandarynka 120		Grochowa 300 glut psz seler Bitki wieprz duszone w sosie 80/100 glut psz kasza gryczana na sypko 200 sałatka z ogórka kisz z papryką i olejem 120 gorcz kompot wielooowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 pasta z sera i tuńczyka ze szczyp. 80 mleko ryba rzodkiewka 30 sałata lodowa 30	Sok pomid 150
Wart odżyw.	Energia 2450kcal, Białko 111,1g, Tłuszcz 103,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.36,6g, Węglowodany 295,8g, Cukry proste 54,8g, Błonnik 34,8g, Sól 6,7g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj 50 jaja filet z ind piecz. 30 soja pomidor 80 roszonek 20 mandarynka 120		Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm. na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz kompot wielooowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba pomidor 80 sałata lodowa 30	Sok pomid 150
Wart odżyw.	Energia 2283kcal, Białko 100,1g, Tłuszcz 83,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,2g, Węglowodany 287,4g, Cukry proste 62,9g, Błonnik 24,1g, Sól 5,9g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj 50 jaja filet z ind piecz. 30 soja roszonek 20	mandarynka 120	Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Bitki schabowe siekane duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm. na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz kompot wielooowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw.	Energia 2303kcal, Białko 97,8g, Tłuszcz 81,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,2g, Węglowodany 301,7g, Cukry proste 67,4g, Błonnik 22,7g, Sól 5,5g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pasta z białka 50 jaja filet z ind piecz. 30 soja roszonek 20	Jabłko got 150	Jarzynowa 300 mleko glut psz glut żyt seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm. na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz kompot wielooowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw.	Energia 2213kcal, Białko 99,4g, Tłuszcz 64,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,8g, Węglowodany 307,3g, Cukry proste 72,9g, Błonnik 21,3g, Sól 5,5g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasta z jaj 50 jaja filet z ind piecz. 30 soja roszonek 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 szynka got 30 soja	Jarzynowa 300 mleko glut psz glut żyt seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm. na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz kompot wielooowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw.	Energia 2477kcal, Białko 104,6g, Tłuszcz 91,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.36,9g, Węglowodany 320,4g, Cukry proste 73,5g, Błonnik 23,7g, Sól 6g					
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z jaj 50 jaja filet z ind piecz. 30 soja roszonek 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz szynka got 30 soja	Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm. na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz kompot wielooowocowy b/c 250	Sok pomid 150	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba	Graham30 glut psz żyt kurcz got 30 soj sał.lod 30
Wart odżyw.	Energia 2196kcal, Białko 112,3g, Tłuszcz 75,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,4g, Węglowodany 251,9g, Cukry proste 40,5g, Błonnik 34,9g, Sól 6,2g					
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z jaj 50 jaja filet z ind piecz. 30 soja roszonek 20		Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm. na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz kompot wielooowocowy 250 b/c		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba	Sok pomid 150
Wart odżyw.	Energia 1816kcal, Białko 92,6g, Tłuszcz 68,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,7g, Węglowodany 221,8g, Cukry proste 33,6g, Błonnik 31,2g, Sól 5g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Lane cias. na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	żurek zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz glut żyt jajko seler	Kisiel błysk. owoc. 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok pomid 150
Wart odżyw.	Energia 1992kcal, Białko 93,6g, Tłuszcz 132,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.58,7g, Węglowodany 116,4g, Cukry proste 38,6g, Błonnik 6,3g, Sól 2					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. jogurt owoc 150 mleko **Wart odżyw.** Energia 123kcal, Białko 4,2g, Tłuszcz 3,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.2,4g, Węglowodany 18g, Cukry proste 18g, Błonnik g, Sól 0,2g **Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.**