

SP ZOZ Olawa
JADŁOSPIS na dzień 6.09.2024r.

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 50 szynka drob. 30 soja ogórek kons 50 gorcz rozszponka 10 banan 180		Grysikowa 300 glut psz seler Ryba smażona z sosem greckim 100/100 ryba glut psz seler ziemniaki got 200 kompot wielooowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja pomidor 80 sałata ziel 20	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2257kcal, Białko 94,9g, Tłuszcz 67,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 26,4g, Węglowodany 297,4g, Cukry proste 88,2g, Błonnik 28,4g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 glut psz soja seler mleko szynka drob. 30 soja rozszponka 10 pomidor banan 180		Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 jarzynka duszona 100 mleko glut psz seler kompot wielooowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja pomidor 80 sałata ziel 20	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2223kcal, Białko 91,2g, Tłuszcz 64,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,1g, Węglowodany 299,2g, Cukry proste 82,2g, Błonnik 25,7g, Sól 6,8g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 glut psz soja seler mleko szynka drob. 30 soja rozszponka 10	banan 180	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 jarzynka duszona 100 mleko glut psz seler kompot wielooowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko+ dżem 25
Wart odżyw. Energia 2240kcal, Białko 90,5g, Tłuszcz 64g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,1g, Węglowodany 305,5g, Cukry proste 88,8g, Błonnik 22,3g, Sól 6,8g						
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 szynka drob. 30 soja sopočka 30 soja rozszponka 10	Jabłko got 150	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 jarzynka duszona 100 mleko glut psz seler kompot wielooow. 250		Bułka psz.100 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2186kcal, Białko 92,5g, Tłuszcz 50,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,4g, Węglowodany 293,2g, Cukry proste 78,6g, Błonnik 20g, Sól 6,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz 100 glut psz masło ¹ / ₅ mleko herbata 250 pasztet dr 40 glut psz soja seler mleko szynka drob. 30 soja rozszponka 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 jarzynka duszona 100 mleko glut psz seler kompot wielooowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2362kcal, Białko 99,2g, Tłuszcz 74,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,4g, Węglowodany 308,5g, Cukry proste 77g, Błonnik 20,7g, Sól 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 pasztet dr 40 glut psz soja seler mleko szynka drob. 30 soja rozszponka 10	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 pasta z ciecierzycy 50	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 jarzynka duszona 100 mleko glut psz seler rukola z olejem 10 kompot wielooowocowy b/c 250	Kefir nat 200 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got 60 soja szynka got 60 soja	Graham30 glut psz żyt pasta z kurcz z jarz 50 sel
Wart odżyw. Energia 2189kcal, Białko 103,5g, Tłuszcz 58,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22,4g, Węglowodany 256,5g, Cukry proste 50,9g, Błonnik 33,6g, Sól 7,2g						
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 drob. 30 soja sopočka 30 soja rozszponka 10		Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 jarzynka duszona 100 mleko glut psz seler rukola z olejem 10 kompot wielooowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 1815kcal, Białko 90,3g, Tłuszcz 45,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.17,9g, Węglowodany 224,7g, Cukry proste 4,9g, Błonnik 28,3g, Sól 6,7g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	owsianka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut ows mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Zupa grysikowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	Kefir 150 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Ryż na ml 200 mle
Wart odżyw. Energia 2076kcal, Białko 97,8g, Tłuszcz 136,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.59,3g, Węglowodany 122,6g, Cukry proste 27,6g, Błonnik 7,4g, Sól 3,8g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. ciasto drożdżowe 50 **mleko glut psz jaja** mleko 200 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 289kcal, 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 Olawa

JADŁOSPIS na dzień 7.09.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek ze szczyp. 80 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30 rukola 10 jabłko 150		Barszcz czerwony z fasolą 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 keczup 10 paróweczka drob 100 soja glut psz papryka kons 50 gor sałata lod. 30	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2319kcal, Białko 87,2g, Tłuszcze 88,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,5g, Węglowodany 305,2g, Cukry proste 82,2g, Błonnik 23,4g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 jabłko 150		Barszcz czerwony z fasolą 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 keczup 10 paróweczka drob 100 soja glut psz pomidor 80 sałata lod. 30	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2266kcal, Białko 84,6g, Tłuszcze 62,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,9g, Węglowodany 319,4g, Cukry proste 69,6g, Błonnik 21,3g, Sól 6,9g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got150	Barszcz czerwony z fasolą 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 paróweczka drob 100 soja glut psz	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2280kcal, Białko 80,9g, Tłuszcze 61,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,9g, Węglowodany 328,7g, w tym Cukry proste 99,5g, Błonnik 18,7g, Sól 6,7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Barszcz czerwony z fasolą 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z kurczaka z jarzynami 80 seler	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2190kcal, Białko 95,8g, Tłuszcze 52,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.17,3g, Węglowodany 320,1g, Cukry proste 94,5g, Błonnik 17,3g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 kurczak got 30 soja	Barszcz czerwony z fasolą 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 paróweczka drob 100 soja glut psz	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2319kcal, Białko 87,5g, Tłuszcze 68,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.35,6g, Węglowodany 343,5g, w tym Cukry proste 99,9g, Błonnik 16,3g, Sól 7,3g						
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 twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 kurczak got 30 soja	Barszcz czerwony z fasolą 300 mleko glut psz seler Ryż brązowy zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250	Sok warzywny 150 seler	Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 paróweczka drob 100 soja glut psz	Graham30 glut psz żyt kielb. żywiec 30 soj gorc sał.zie 20
Wart odżyw. Energia 2203kcal, Białko 99,8g, Tłuszcze 58,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,4g, Węglowodany 265,4g, w tym Cukry proste 56,2g, Błonnik 40,6g, Sól 7,4g						
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 80 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30		Barszcz czerwony z fasolą 300 mleko glut psz seler Ryż brązowy zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 pasta z kurczaka z jarzynami 80 seler	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 1803kcal, Białko 79,1g, Tłuszcze 41,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20g, Węglowodany 240,6g, w tym Cukry proste 49,1g, Błonnik 37,3g, Sól 6,8g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Manna na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Barszcz czerwony lekki 300 zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz glut żytni jaja seler	budyń ml 150 mle glut psz	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok warz 150 seler
Wart odżyw. Energia 2054kcal, Białko 105,5g, Tłuszcze 130,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.56,8g, Węglowodany 110,2g, w tym Cukry proste 26g, Błonnik 6,9g, Sól 4g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. budyń ml 150 mleko glut psz Wart odżyw. Energia 84kcal, Białko 3,1g, Tłuszcze 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 Olawa

JADŁOSPIS na dzień 8.09.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 kakao na ml 250 mleko filet z ind 30 soja jajko got 50 jaja ogórek ziel 50 szpinak 10 arbuz 150		Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udka z kurczaka pieczone konwek. 150 seler ziemniaki got 200 mizeria ze śmietana 120 mleko herbata owoc 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 kielbasa żywiecka 60 soja gorc marchew tarta z olejem 30 sałata ziel 20	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2243kcal, Białko 99,6g, Tłuszcze 103,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.37,8g, Węglowodany 240,5g, w tym Cukry proste 72,8g, Błonnik 29,1g, Sól 7,1g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko filet z ind 30 soja kakao na ml 250 mleko filet z ind 30 soja jajko got 50 jaja pomidor 80 sałata lod 30 arbuz 150		Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udka z kurczaka dusz w sosie włas, 150 glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 sopocka 60 soja marchew tarta z olejem 30 sałata ziel 20	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2230kcal, Białko 95,6g, Tłuszcze 95g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 34,7g, Węglowodany 255,7g, w tym Cukry proste 75,3g, Błonnik 22,6g, Sól 6,7g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko filet z ind 30 soja pasta z jaja 50 jaja sałata ziel 20	Arbuz 150	Bułka z makaronem 300 glut psz seler Potrawka z kurczaka 150 glut psz seler mleko ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2222kcal, Białko 95,3g, Tłuszcze 88,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 34,4g, Węglowodany 260,4g, w tym Cukry proste 74,3g, Błonnik 16,7g, Sól 6,7g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko kakao na ml 250 mleko filet z ind 30 soja pasta z białka 50 jaja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udka z kurczaka dusz w sosie włas, 150 glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Jabłko pieczone 150
Wart odżyw.	Energia 2187kcal, Białko 94,5g, Tłuszcze 66,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.22,7g, Węglowodany 264,1g, w tym Cukry proste 74,9g, Błonnik 20,8g, Sól 6,5g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko kakao na ml 250 mleko filet z ind 30 soja jajko got 50 jaja 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 Udka z kurczaka dusz w sosie włas, 150 glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Jabłko pieczone 150
Wart odżyw.	Energia 2345kcal, Białko 99,5g, Tłuszcze 92,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 38g, Węglowodany 283,3g, w tym Cukry proste 80,5g, Błonnik 20,6g, Sól 7,2g					
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 filet z ind 30 soja jajko got 50 jaja sałata lod 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 szynka kons 30 soja	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udka z kurczaka dusz w sosie włas, 150 glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz mizeria z jogurtem nat 100 mleko herbata owoc 250	Marchew tarta z olejem 30	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 sopocka 60 soja	Graham30 glut psz żyt szyn dr 30 soja sał.ziel.
Wart odżyw.	Energia 2196kcal, Białko 105,6g, Tłuszcze 87,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.26,6g, Węglowodany 229,7g, w tym Cukry proste 40,4g, Błonnik 33,1g, Sól 7,3g					
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kakao na ml b/c 250 mleko filet z ind 30 soja jajko got 50 jaja sałata lod 30		Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udka z kurczaka dusz w sosie włas, 150 glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz mizeria z jogurtem nat 100 mleko herbata owoc 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 sopocka 60 soja	Marchew tarta z olejem 30
Wart odżyw.	Energia 1813kcal, Białko 88,8g, Tłuszcze 80,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.24,5g, Węglowodany 200,3g, w tym Cukry proste 44,2g, Błonnik 27,3g, Sól 6,5g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Makaron na ml. zmiiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Ziemniaczana 300 zmiiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler mleko	kisiel owoc 150	Zupa jarzynowa zmiiks. z mięsem 300 seler glut psz mle	Ryż na ml 200 mle
Wart odżyw.	Energia 2068kcal, Białko 103g, Tłuszcze 131,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 54,8g, Węglowodany 121,3g, w tym Cukry proste 25,9g, Błonnik 4,5g, Sól 3,4g					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. kisiel owoc z jabłkiem 150 **Wart odżyw.** **Wart odżyw.** Energia 88kcal, Białko 0g, Tłuszcze 0g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.0g, Węglowodany 20,6g, w tym Cukry proste 12,5g, Błonnik 0,6g, Sól 0g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 9.09.2024r.

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 ser topiony 50 mleko szynka got 30 soja rzodkiewka 30 rozspanka 10 brzoskwinia 120		Solferino 300 mleko glut psz seler Łazanki duszone z kapustą kiszoną i wędliną 350 soja gorcz glut psz kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 kurczak got 60 soja ogórek kisz 50 gorcz sałata lodowa 30	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2253kcal, Białko 86,4g, Tłuszcz 78,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,1g, Węglowodany 287,5g, w tym Cukry proste 68g, Błonnik 29,1g, Sól 7,8g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 ser biały krojony 50 mleko szynka got 30 soja pomidor 80 rozspanka 10 brzoskwinia 120		Solferino 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 kurczak got 60 soja pomidor 80 sałata lodowa 30	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2257kcal, Białko 10,4g, Tłuszcz 64,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,3g, Węglowodany 294,6g, w tym Cukry proste 66,8g, Błonnik 17,6g, Sól 7,4g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 ser biały krojony 50 mleko szynka got 30 soja rozspanka 10	brzoskwinia 120	Solferino 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Kisiel blysk 150
Wart odżyw. Energia 2288kcal, Białko 98g, Tłuszcz 62,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,3g, Węglowodany 309,4g, w tym Cukry proste 70,8g, Błonnik 16,1g, Sól 7,4g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (nisko-tłuszczowa) (3)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 ser biały krojony 50 mleko szynka got 30 soja rozspanka 10	Jabłko got 150	Solferino 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Kisiel blysk 150
Wart odżyw. Energia 2204kcal, Białko 97,6g, Tłuszcz 50,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.16,9g, Węglowodany 317,7g, w tym Cukry proste 77,5g, Błonnik 18,6g, Sól 7,4g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz 100 glut psz masło ¹⁵ mleko herbata 250 ser biały krojony 50 mleko szynka got 30 soja rozspanka 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 pasztet dr 40 glut psz seler soja mle	Solferino 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Kisiel blysk 150
Wart odżyw. Energia 2468kcal, Białko 101,6g, Tłuszcz 76,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,9g, Węglowodany 333g, w tym Cukry proste 76,8g, Błonnik 19,2g, Sól 7,3g						
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 ser biały krojony 50 mleko szynka got 30 soja rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 pasztet dr 40 glut psz seler soja mle	Solferino 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy b/c 250	Sok pomid 150	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 kurczak got 60 soja	Graham30 glut psz żyty jajko got 50 jaja sał.lod 30
Wart odżyw. Energia 2197kcal, Białko 107,3g, Tłuszcz 66,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,4g, Węglowodany 244g, w tym Cukry proste 43,2g, Błonnik 28,6g, Sól 7,5g						
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 ser biały krojony 50 mle szynka got 30 soja rzodkiew 30		Solferino 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 kurczak got 60 soja	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 1824kcal, Białko 94,8g, Tłuszcz 52,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 17,6g, Węglowodany 213,4g, w tym Cukry proste 39,2g, Błonnik 23,9g, Sól 7g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	manna na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa solferino zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Sok pomid 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Makaron na ml 200 ml gl psz
Wart odżyw. Energia 2022kcal, Białko 89,1g, Tłuszcz 130,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.55,8g, Węglowodany 115,4g, w tym Cukry proste 22,5g, Błonnik 7,2g, Sól 3,7g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. deser z jogurtu nat. i galaretki 150 **mleko** **Wart odżyw.** **Wart odżyw.** Energia 48kcal, Białko 2,3g, Tłuszcz 1,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.1g, Węglowodany 6,2g, w tym Cukry proste g, Błonnik g, Sól 0,1g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława
JADŁOSPIS na dzień 10.09.2024r.

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 makreli ze szczyp.50 ryba polędwica dr 30 soja mleko sałata ziel 20 papryka czerw 50 kiwi 100		krupnik 300 glut jęczm seler Gulasz duszony z żołądków z kurczaka 180 mleko glut psz seler ziemniaki got.200 ówika z chrzanem 120 SO2 woda z cytryną 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko .herbata 250 szynka kons 60 soja pasta z groszku ziel 50 pomidor 80	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2253kcal, Białko 102,6g, Tłuszcze 81,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,6g, Węglowodany 310,1g, w tym Cukry proste 73,9g, Błonnik 27,9g, Sól 7,4g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko pomidor 80 sałata ziel 20 kiwi 100		krupnik 300 glut jęczm seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja pasta warzywna 50 pomidor 80	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2299kcal, Białko 103,4g, Tłuszcze 77,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30g, Węglowodany 296,4g, w tym Cukry proste 73,4g, Błonnik 26,7g, Sól 7,2g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 mozarella 50 mleko polędwica dr 30 soja mleko sałata ziel 20	Kiwi 100	krupnik 300 glut jęczm seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko + dżem 25
Wart odżyw.	Energia 2316kcal, Białko 104g, Tłuszcze 85,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,4g, Węglowodany 302,4g, w tym Cukry proste 86,7g, Błonnik 22,4g, Sól 7,2g					
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 tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko sałata ziel 20	Jabłko got 150	krupnik 300 glut jęczm seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz woda z cytryną 250		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 2195kcal, Białko 99,8g, Tłuszcze 61,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22g, Węglowodany 298,2g, w tym Cukry proste 77,7g, Błonnik 20g, Sól 6,9g					
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 tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko sałata ziel 20	Bułka psz 30 Bułka psz 100 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	krupnik 300 glut jęczm seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz woda z cytryną 250		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 2417kcal, Białko 108,4g, Tłuszcze 83,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.35,5g, Węglowodany 313,4g, w tym Cukry proste 75,7g, Błonnik 19,7g, Sól 7,3g					
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 koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko papryka czerw 50	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 mozarella 30 mleko	krupnik 300 glut jęczm seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 rozspanka z olejem 20 glut psz woda z cytryną 250	Jogurt nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka kons 60 soja	Graham30 glut psz żyt filet z 30 soja sał ziel 20
Wart odżyw.	Energia 2195kcal, Białko 112,9g, Tłuszcze 68,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,6g, Węglowodany 254,6g, w tym Cukry proste 49,6g, Błonnik 35,7g, Sól 7,5g					
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 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko papryka czerw 50		krupnik 300 glut jęczm seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 rozspanka z olejem 20 glut psz woda z cytryną 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 1826kcal, Białko 92,4g, Tłuszcze 60,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,7g, Węglowodany 223,9g, w tym Cukry proste 43,8g, Błonnik 29,7g, Sól 7g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	makaron na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	krupnik zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut jęczm jaja seler	Mus owoc – warzyw 100	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Jogurt nat 150 mle
Wart odżyw.	Energia 2056kcal, Białko 102,3g, Tłuszcze 132,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 56,3g, Węglowodany 100,3g, w tym Cukry proste 28,4g, Błonnik 8,4g, Sól 3,7g					

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

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 11.09.2024r.

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 jajecznic na parze ze szczyp 70 jaja sopočka 30 soja sałata lod. 30 ogórek ziel 50 jabłko 150		Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 surówka z czerw. kapusty z olejem 120 gorcz kompot wielooowoc. 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żył 40 glut psz żył jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka drob 60 soja rzodkiewka 30 rukola 10	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2372kcal, Białko 110,4g, Tłuszcz 79,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,4g, Węglowodany 287,5g, w tym Cukry proste 71g, Błonnik 24,2g, Sól 7,7g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajecznic na parze 70 jaja sopočka 30 soja sałata lod. 30 pomidor 80 jabłko 150		Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 kompot wielooowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka drob 60 soja pomidor 80 roszponka 10	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2336kcal, Białko 110,4g, Tłuszcz 75,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,9g, Węglowodany 291,7g, w tym Cukry proste 72,8g, Błonnik 19,8g, Sól 7,5g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajecznic na parze 70 jaja sopočka 30 soja roszonek 10	jabłko got 150	Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 kompot wielooowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Skyr wanil. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2342kcal, Białko 106,2g, Tłuszcz 75,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,7g, Węglowodany 297,7g, w tym Cukry proste 79,6g, Błonnik 18,4g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 jajecznic na parze 70 jaja sopočka 30 soja roszonek 10	Jabłko got 150	Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 kompot wielooowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2187kcal, Białko 108,2g, Tłuszcz 51,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,8g, Węglowodany 290,7g, w tym Cukry proste 72,5g, Błonnik 19,7g, Sól 6,9g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 jajecznic na parze 70 jaja sopočka 30 soja roszonek 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 filet z ind 30 soja	Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 kompot wielooowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2497kcal, Białko 118,3g, Tłuszcz 84,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.40,5g, Węglowodany 304,5g, w tym Cukry proste 71,1g, Błonnik 19g, Sól 7,3g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył jajecznic na parze 70 jaja sopočka 30 soja sałata lod 30	Graham 30 glut psz żył ogórek ziel 50 filet z ind 30 soja	Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 surówka z czerw. kapusty z olejem 120 gorcz kompot wielooowoc. b/c 250	Skyr nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka drob 60 soja	Graham30 glut psz żył tofu 30 soja rukola 10
Wart odżyw. Energia 2205kcal, Białko 118g, Tłuszcz 74,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28g, Węglowodany 246,9g, w tym Cukry proste 45,2g, Błonnik 35,2g, Sól 7,6g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył jajecznic na parze 70 jaja sopočka 30 soja sałata lod 30		Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 surówka z czerw. kapusty z olejem 120 gorcz kompot wielooowoc. b/c 250		Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka drob 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1982kcal, Białko 101,5g, Tłuszcz 71g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,2g, Węglowodany 217,5g, w tym Cukry proste 41,7g, Błonnik 29,7g, Sól 7,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasza jagl na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa szpinakowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	biszkopty 30 glut psz jaja mleko 200 ml	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	manna na ml200 glu psz mle
Wart odżyw. Energia 2180kcal, Białko 111g, Tłuszcz 13,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.56,2g, Węglowodany 127,9g, w tym Cukry proste 28,7g, Błonnik 9g, Sól 3,9g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. biszkopty 30 **glut psz jaja** mleko 200 **mleko** **Wart odżyw.** **Wart odżyw.** Energia 214kcal, Białko 8,7g, Tłuszcz 6,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.2,2g, Węglowodany 30,7g, w tym Cukry proste 10,8g, Błonnik 0,3g, Sól 0,2g
Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa
JADŁOSPIS na dzień 12.09.2024r.

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 ser żółty 30 mleko galantyna z ind 50 soja pomidor 80 sałata ziel 20 nektaryna 120		Fasolowa 300 glut psz seler Bouet strogonoff z wieprz duszony 180 mleko glut psz seler kasza pęczak na sypko 200 glut jęczm sałatka z ogórka kisz z olejem 120 gorcz napój owoc 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 kielbasa szyn. 60 soja papryka kons 50 gorcz sałata lod. 30	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2484kcal, Białko 98,9g, Tłuszcz 105,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,1g, Węglowodany 312,4g, w tym Cukry proste 83,5g, Błonnik 34,6g, Sól 7,7g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarożek 50 mleko galantyna z ind 50 soja pomidor 80 sałata ziel 20 nektaryna 120		kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja pomidor 80 sałata lod. 30	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2260kcal, Białko 99g, Tłuszcz 74,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,6g, Węglowodany 303,5g, w tym Cukry proste 72g, Błonnik 33g, Sól 7,3g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarożek 50 mle parowecz. dr 50 soja glut psz sałata ziel 20	nektaryna 120	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. siekane duszone w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2272kcal, Białko 98,8g, Tłuszcz 74,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,6g, Węglowodany 306,8g, w tym Cukry proste 69,3g, Błonnik 31,8g, Sól 7,3g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (nisko-tłuszczowa) (3)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 twarożek 50 mleko galantyna z ind 50 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2207kcal, Białko 101,9g, Tłuszcz 58,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22,2g, Węglowodany 317,5g, w tym Cukry proste 77g, Błonnik 23,2g, Sól 6,9g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz 30 Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 twarożek 50 mleko galantyna z ind 50 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 jajko jaja	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2495kcal, Białko 105,8g, Tłuszcz 88,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.38,1g, Węglowodany 328,5g, w tym Cukry proste 76g, Błonnik 25g, Sól 7,1g						
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 50 mleko galantyna z ind 50 soja sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 jajko jaja	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm sałatka z ogórka kisz z olejem 120 gorcz kompot wieloowoc b/c 250	Sok warzyw 150 seler	Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got 60 soja	Graham30 glut psz żyt parów 50 soja glut psz sał.lod 30
Wart odżyw. Energia 2235kcal, Białko 108g, Tłuszcz 86,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,9g, Węglowodany 263,6g, w tym Cukry proste 47,9g, Błonnik 37,1g, Sól 7,4g						
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 galantyna z ind 50 soja sałata ziel 20		kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm sałatka z ogórka kisz z olejem 120 gorcz kompot wieloowoc b/c 250		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 1880kcal, Białko 93,8g, Tłuszcz 66g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22,2g, Węglowodany 234,4g, w tym Cukry proste 42,7g, Błonnik 32,1g, Sól 7g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Lane ciasto na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa kalafiorowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Sok warzyw 150 seler	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Ryż na ml 200 mle
Wart odżyw. Energia 2084kcal, Białko 95,1g, Tłuszcz 132,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57,8g, Węglowodany 124,9g, w tym Cukry proste 39,5g, Błonnik 8,5g, Sól 4,3g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. jogurt owoc 150 **mleko**
kw.Tłuszcz.2,4g, Węglowodany 18g, w tym Cukry proste 18g, Błonnik 0g, Sól 0,2g
Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

Wart odżyw. Wart odżyw. Energia 123kcal, Białko 4,2g, Tłuszcz 3,8g, w tym Nasycone