

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 10.05.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Kasza kuk na ml 300 mleko Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 galantyna z ind 50 soja szynka got 30 soja pomidor 80 szpinak 20 banan 180		Pieczarkowa z łazankami 300 mleko glut psz seler Ryba smażona z sosem greckim 100/100 ryba glut psz seler ziemniaki got. 200 roszonek z olej. 20 kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 pierś z indyka pieczona własna 60 ogórek ziel 50 sałata ziel 20	Kefir 200 mleko
Wart odżyw.	Energia 2266kcal, Białko 101,6g, Tłuszcz 84,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28g, Węglowodany 276,6g, Cukry proste 91,7g, Błonnik 26,4g, Sól 5,9g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza kuk na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 galantyna z ind 50 soja szynka got 30 soja pomidor 80 sałata lodowa 30 banan 180		Koperkowa z makaronem 300 glut psz seler Ryba duszona z pieca konw. w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn na parze 100 roszonek z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pierś z indyka pieczona własna 60 pomidor 80 sałata ziel.20	Kefir 200 mleko
Wart odżyw.	Energia 2242kcal, Białko 93,4g, Tłuszcz 84,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,4g, Węglowodany 276,5g, Cukry proste 78,9g, Błonnik 18,4g, Sól 5,3g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Kasza kuk na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz galantyna z ind 50 soja szynka got 30 soja masło 15 mleko herbata 250 sał.ziel.20	banan 180	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pierś z indyka pieczona własna 60	Kefir 200 mleko + dżem 25
Wart odżyw.	Energia 2268kcal, Białko 95,8g, Tłuszcz 84,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,5g, Węglowodany 276,7g, Cukry proste 79,9g, Błonnik 16g, Sól 5,3g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Kasza kuk na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło 10 mleko herbata 250 galantyna z ind 50 soja szynka got 30 soja sał.ziel.20	Jabłko got 150	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pierś z indyka pieczona własna 60	Kefir 200 mleko
Wart odżyw.	Energia 2197kcal, Białko 94,9g, Tłuszcz 73,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,4g, Węglowodany 270,8g, Cukry proste 70,1g, Błonnik 16g, Sól 5,2g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Kasza kuk na ml 300 mleko Bułka psz 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 galantyna z ind 50 soja szynka got 30 soja sał.ziel.20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 jajko 50 jaja	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pierś z indyka pieczona własna 60	Kefir 200 mleko
Wart odżyw.	Energia 2370kcal, Białko 103,7g, Tłuszcz 88,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.39g, Węglowodany 281,7g, Cukry proste 69,6g, Błonnik 17,3g, Sól 5,7g					
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt galantyna z ind 50 soja szynka got 30 soja sał.ziel.20	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz jajko 50 jaja	j.w. kompot wieloowocowy b/c 250	Kefir 200 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło 10 herbata b/c 250 pomidor 80 pierś z indyka pieczona własna 60	Graham 30 glut psz żyt sopoc 30 soja sał. ziel 20
Wart odżyw.	Energia 2206kcal, Białko 108,8g, Tłuszcz 78,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,1g, Węglowodany 255,7g, Cukry proste 48g, Błonnik 26,8g, Sól 6,3g					
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt galantyna z ind 50 soja szynka got 30 soja sał.ziel.20		j.w. kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 pierś z indyka pieczona własna 60	Kefir 200 mleko
Wart odżyw.	Energia 1823kcal, Białko 89,1g, Tłuszcz 66,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,6g, Węglowodany 209,9g, Cukry proste 42g, Błonnik 23,5g, Sól 5g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasza kukur. na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa koperkowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Suchary 30 mleko 200 mleko glut psz soja	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Kefir 200 mleko
Wart odżyw.	Energia 2070kcal, Białko 104,3g, Tłuszcz 127,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.56g, Węglowodany 117,5g, Cukry proste 34,3g, Błonnik 5,6g, Sól 3,1g					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. chałka 50 **mleko glut psz jaja** mleko **mleko** **Wart odżyw.** Energia 255kcal, Białko 9,8g, Tłuszcz 6,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.2,5g, Węglowodany 38,6g, Cukry proste 4,2g, Błonnik 0,8g, Sól 0,7g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 11.05.2024r.

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 jęczm glut żyt serek wiejski lekki 150 mleko polędwica z ind 30 soja mleko rzodkiewka 30 roszponka 20 mandarynka 120		Barszcz czerwony z fasolą 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 50 soja papryka kons 50 gorcz sałata lodowa 30	Sok warz 150 seler
Wart odżyw.	Energia 2228kcal, Białko 87,7g, Tłuszcz 54,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,8g, Węglowodany 318,7g, Cukry proste 90,5g, Błonnik 20,1g, Sól 6,8g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęczm glut żyty serek wiejski lekki 150 mleko polędwica z ind 30 soja mleko pomidor 80 roszponka 20 mandarynka 120		Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 50 soja pomidor 80 sałata lodowa 30	Sok warz 150 seler
Wart odżyw.	Energia 2217kcal, Białko 85,3g, Tłuszcz 50,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,3g, Węglowodany 320,1g, Cukry proste 92,6g, Błonnik 15,3g, Sól 6,7g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęczm glut żyty serek wiejski lekki 150 mleko polędwica z ind 30 soja mleko roszponka 20	mandarynka 120	Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 50 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw.	Energia 2221kcal, Białko 83g, Tłuszcz 50,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,2g, Węglowodany 331,6g, Cukry proste 97,5g, Błonnik 11,4g, Sól 6g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęczm glut żyty serek wiejski lekki 150 mleko polędwica z ind 30 soja mleko roszponka 20	Jabłko got 150	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 50 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw.	Energia 2187kcal, Białko 83,8g, Tłuszcz 38,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,3g, Węglowodany 335,6g, Cukry proste 104,7g, Błonnik 14,5g, Sól 5,8g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 glut psz masło ¹⁵ mleko kawa z ml 250 mleko glut jęczm glut żyty serek wiejski lekki 150 mleko polędwica z ind 30 soja mleko roszponka 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 parówka wie 50	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 50 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw.	Energia 2460kcal, Białko 90,4g, Tłuszcz 71,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.41,1g, Węglowodany 342,6g, Cukry proste 105,6g, Błonnik 18,4g, Sól 6,2g					
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyty masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyty serek wiejski lekki 150 mleko polędwica z ind 30 soja mleko roszponka 20	Graham 30 glut psz żyty ogórek kisz 50 gorcz parówka wiep 50	Barszcz czerwony z fasolą 300 mleko glut psz seler Ryż brązowy zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250	Sok warz 150 seler	Graham 80 glut psz żyty masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka kons 50 soja	Graham30 glut psz żyty filet z ind 30 soj sal.lod 30
Wart odżyw.	Energia 2209kcal, Białko 102,8g, Tłuszcz 47,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,8g, Węglowodany 291,5g, Cukry proste 76,7g, Błonnik 36,5g, Sól 7,3g					
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyty masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyty serek wiejski lekki 150 mleko polędwica z ind 30 soja mleko roszponka 20		Barszcz czerwony z fasolą 300 mleko glut psz seler Ryż brązowy zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Graham 80 glut psz żyty masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka kons 50 soja	Sok warz 150 seler
Wart odżyw.	Energia 1795kcal, Białko 83,7g, Tłuszcz 39,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,8g, Węglowodany 242,8g, Cukry proste 55,8g, Błonnik 31,5g, Sól 5,4g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	ryż na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 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	Sok warz 150 seler
Wart odżyw.	Energia 2035kcal, Białko 87,2g, Tłuszcz 131,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.58,2g, Węglowodany 127,8g, Cukry proste 39,5g, Błonnik 9,7g, Sól 3,1g					

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.Tłuszcz1,1g, Węglowodany 13,9g, Cukry proste 8,7g, Błonnik 0,1g, Sól g
Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 12.05.2024r.

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 jajecznicza na parze ze szczyr 70 jaja sopočka 30 soja ogórek kisz 50 gorcz sałata lod 30 jabłko 150		Krupnik 300 glut jęczm seler Rolada z indyka pieczona konwekc. 100 ziemniaki got 200 surówka z młodej kapusty z olejem 120 herbata owoc 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 kurczak got 60 soja sałata ziel 20 marchew tarta 30	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2228kcal, Białko 109g, Tłuszcz 74,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26g, Węglowodany 266,5g, Cukry proste 73,9g, Błonnik 29,3g, Sól 6,6g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko jajecznicza na parze 70 jaja sopočka 30 soja pomidor 80 sałata lodowa 30 jabłko 150		Krupnik 300 glut jęczm seler Rolada z indyka pieczona konwekc. 100 ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 kurczak got 60 soja sałata ziel 20 marchew tarta 30	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2204kcal, Białko 107,7g, Tłuszcz 72,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,9g, Węglowodany 262,3g, Cukry proste 70,8g, Błonnik 20,5g, Sól 5,8g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko jajecznicza na parze 70 jaja sopočka 30 soja sałata ziel 20	jabłko got 150	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2210kcal, Białko 103,5g, Tłuszcz 72,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,8g, Węglowodany 268,3g, Cukry proste 77,6g, Błonnik 18,6g, Sól 5,4g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (nisko tłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko kakao na ml 250 mleko pasta z białka 50 jaja sopočka 30 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 kurczak got 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2186kcal, Białko 109,5g, Tłuszcz 44,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.14,8g, Węglowodany 278,7g, Cukry proste 73,8g, Błonnik 19g, Sól 5,5g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko kakao na ml 250 mleko jajecznicza na parze 70 jaja sopočka 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 pasztet dr 40 soja mle glut psz seler	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2337kcal, Białko 111,7g, Tłuszcz 83,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32g, Węglowodany 273,7g, Cukry proste 67,7g, Błonnik 19,2g, Sól 6,3g					
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kakao ml b/c 250 mleko jajecznicza na parze 70 jaja sopočka 30 soja sałata lod 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz pasztet dr 40 soja mle glut psz seler	j.w.	surówka z młodej kapusty z olejem 120	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 kurczak got 60 soja	Graham30 glut psz żyt szyn got 30 soj sał.ziel 20
Wart odżyw.	Energia 2200kcal, Białko 104,1g, Tłuszcz 76,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,5g, Węglowodany 235,7g, Cukry proste 38,2g, Błonnik 35,1g, Sól 6,5g					
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kakao na ml b/c 250 mleko jajecznicza na parze 70 jaja sopočka 30 soja sałata lod 30		j.w.		Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 kurczak got 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 1800kcal, Białko 102,1g, Tłuszcz 58,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.16,8g, Węglowodany 195,3g, Cukry proste 34,9g, Błonnik 27,1g, Sól 5,2g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Makaron na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa krupnik zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut jęczm psz jajko seler	Kisiel błysk 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Skyr nat 150 mle
Wart odżyw.	Energia 1992kcal, Białko 97,6g, Tłuszcz 123,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.53,9g, Węglowodany 130,4g, Cukry proste 52,7g, Błonnik 8,8g, Sól 2,5g					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. ciastka maśl 30 **mleko glut psz jaja orzechy** soczek z rurką 1 szt Energia 188kcal, Białko 2,9g, Tłuszcz 6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.3,3g, Węglowodany 30,4g, Cukry proste 15,8g, Błonnik 0,6g, Sól 0,3g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

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 pasta z makreli ze szczyp. 50 ryba parówka dr 50 soja glut psz papryka czerw 50 rukola 20 pomarańcza 150		Grochowa 300 glut psz seler Naleśniki z serem i cukrem pudrem smażone 300 (2 szt) mleko jaja glut psz jabłko 150 kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja sałata lodowa 30 pomidor 80	Mus owoc -warz 100
Wart odżyw.	Energia 2355kcal, Białko 108,3g, Tłuszcz 74g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29g, Węglowodany 310,6g, Cukry proste 60,3g, Błonnik 23,7g, Sól 6,2g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba parówka dr 50 soja glut psz pomidor 80 rozspanka 20 pomarańcza 150		Solferino z fasolką 300 mleko glut psz seler Makaron got. z serem białym na słodko 300 mleko glut psz jabłko 150 kompot wieloowocowy 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 2265kcal, Białko 98,6g, Tłuszcz 54 g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,1g, Węglowodany 334g, Cukry proste 101g, Błonnik 20,8g, Sól 6,1g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 30 soja parówka dr 50 soja glut psz rozspan 20	pomarańcza 150	Solferino z fasolką 300 mleko glut psz seler Makaron got. z serem białym na słodko 300 mleko glut psz jabłko got.150 kompot wieloowocowy 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 2212kcal, Białko 90,2g, Tłuszcz 53,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,8g, Węglowodany 329,7g, Cukry proste 97,8g, Błonnik 17,3g, Sól 6,3g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka kons 30 soja rozspanka 20	Jabłko got 150	Solferino z fasolką 300 mleko glut psz seler Makaron got. z serem białym na słodko 300 mleko glut psz jabłko got.150 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw.	Energia 2192kcal, Białko 95,5g, Tłuszcz 35,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.17,6g, Węglowodany 336,8g, Cukry proste 100,1g, Błonnik 17g, Sól 6g					
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 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba parówka dr 50 soja glut psz rozspanka 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 szynka kons 30 soja	Solferino z fasolką 300 mleko glut psz seler Makaron got. z serem białym na słodko 300 mleko glut psz jabłko got.150 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw.	Energia 2459kcal, Białko 104,5g, Tłuszcz 63,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33g, Węglowodany 343,9g, Cukry proste 98,3g, Błonnik 18,4g, 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 koper. 50 ryba parówka dr 50 soja glut psz rozspanka 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz szynka kons 30 soja	Solferino z fasolką 300 mleko glut psz seler Makaron razowy got. z serem białym i cynam. 300 mleko glut psz jabłko 150 kompot wieloowocowy b/c 250	Skyr nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got 60 soja	Graham30 glut psz żyt kurcz got 30 soj sał.lod 30
Wart odżyw.	Energia 2187kcal, Białko 124,7g, Tłuszcz 43,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21g, Węglowodany 269,8g, Cukry proste 62,2g, Błonnik 31,8g, Sól 6,8g					
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 szynka kons 30 soja rozspanka 20		Solferino z fasolką 300 mleko glut psz seler Makaron razowy got. z serem białym i cynam. 300 mleko glut psz jabłko 150 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 1835kcal, Białko 106,7g, Tłuszcz 34,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.17,4g, Węglowodany 239,5g, Cukry proste 56,5g, Błonnik 27,1g, Sól 6g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasza jagl na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jajo	Bulion mięs. 200 seler	Zupa solferino zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajo seler	kisiel owoc 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Mus owoc -warz 100
Wart odżyw.	Energia 1993kcal, Białko 83,1g, Tłuszcz 129,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.56,6g, Węglowodany 114,4g, Cukry proste 44,3g, Błonnik 9,6g, Sól 2,7g					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. kisiel owoc 150 **Wart odżyw.** Energia 75kcal, Białko g, Tłuszcz g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.g, Węglowodany 18g, Cukry proste 10,5g, Błonnik g, Sól g **Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.**

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 14.05.2024r.

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 paszтет pieczony 50 soja glut psz szynka kons 30 soja ogórek kons 50 gorcz sałata ziel 30 kiwi 100		Ogórkowa z ryżem 300 mleko glut psz seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 glut psz seler ziemniaki got .200 buraczki oprószane 100 glut psz woda z cytryną 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 filet z ind wędz. 60 soja rzodkiewka 30 roszponka 30	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2362kcal, Białko 104g, Tłuszcze 95,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.36,5g, Węglowodany 288,4g, Cukry proste 69,9g, Błonnik 22g, Sól 6,9g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaj Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 paszтет dr 40 mleko glut psz soja seler szynka kons 30 soja pomidor 80 sałata ziel 30 kiwi 100		Ryżowa 300 glut psz seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 glut psz seler ziemniaki got .200 buraczki oprószane 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 filet z ind wędz. 60 soja pomidor 80 roszponka 30	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2258kcal, Białko 96,9g, Tłuszcze 88,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,4g, Węglowodany 286,3g, Cukry proste 67,8g, Błonnik 14,2g, Sól 5,6g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 paszтет dr 40 mleko glut psz soja seler szynka kons 30 soja sałata ziel 30	kiwi 100	Ryżowa 300 glut psz seler Potrawka z kurczaka duszona w sosie 150/100 glut psz seler ziemniaki got .200 buraczki oprószane 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z ind wędz. 60 soja	Jogurt nat 150 mleko + dżem 25
Wart odżyw.	Energia 2269kcal, Białko 95,6g, Tłuszcze 88,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,4g, Węglowodany 289,2g, Cukry proste 70,9g, Błonnik 13,5g, Sól 5,5g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 twarożek 50 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 30	Jabłko got 150	Ryżowa 300 glut psz seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 glut psz seler ziemniaki got .200 buraczki oprószane 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z ind wędz. 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2200kcal, Białko 104,7g, Tłuszcze 72,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,4g, Węglowodany 290,3g, Cukry proste 70,5g, Błonnik 15,7g, Sól 5,5g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz 100 glut psz masło ¹⁵ mleko herbata 250 paszтет dr 40 mleko glut psz soja seler szynka kons 30 soja sałata ziel 30	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 pasta z tuńcz 50 ryba	Ryżowa 300 glut psz seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 glut psz seler ziemniaki got .200 buraczki oprószane 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z ind wędz. 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2431kcal, Białko 111,9g, Tłuszcze 97,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.40,7g, Węglowodany 292,1g, Cukry proste 60g, Błonnik 16,2g, Sól 6,6g					
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 paszтет dr 40 mleko glut psz soja seler szynka kons 30 soja sałata ziel 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz pasta z tuńcz. 50 ryba	Ryżowa 300 glut psz seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 glut psz seler ziemniaki got .200 buraczki oprószane 100 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 filet z ind wędz. 60 soja	Graham30 glut psz żył ser b. 50 mleko roszpon20
Wart odżyw.	Energia 2193kcal, Białko 117,8g, Tłuszcze 79,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28g, Węglowodany 254,7g, Cukry proste 46,1g, Błonnik 31g, Sól 6,4g					
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 twarożek 50 mleko szynka kons 30 soja sał. ziel 30		Ryżowa 300 glut psz seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 glut psz seler ziemniaki got .200 buraczki oprószane 100 glut psz woda z cytryną 250		Graham 80 glut psz żył masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 filet z ind wędz. 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 1833kcal, Białko 88,5g, Tłuszcze 73,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,9g, Węglowodany 213,9g, Cukry proste 41,2g, Błonnik 25g, Sól 5,4g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Zacierka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa ryżowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 jajko seler	biszkopty 30 mleko200 mle glu psz jaja	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Jogurt nat 150 mlek
Wart odżyw.	Energia 2059kcal, Białko 108,6g, Tłuszcze 142,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.60,7g, Węglowodany 121,1g, Cukry proste 35,7g, Błonnik 5,3g, Sól 2,5g					

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

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 15.05.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Kasza manna na ml 300 mleko glu psz Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 jajko got 1 szt jaja szynka drob. 50 soja papryka kons 50 gorcz sałata lodowa 30 mandarynka 120		żurek lekki 300 mleko seler glut psz glut żyt pieczeń wieprzowa z cebulką 90 ziemniaki got. 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 sopočka 60 soja ćwikła z chrzanem 50 SO2 szpinak 20	Sok pomid 150
Wart odżyw.	Energia 2338kcal, Białko 85,6g, Tłuszcz 99,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,8g, Węglowodany 278,2g, Cukry proste 63,5g, Błonnik 27,1g, Sól 6,2g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza manna na ml 300 mleko glu psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajko got 1 szt jaja szynka drob. 50 soja pomidor 80 sałata lodowa 30 mandarynka 120		żurek lekki 300 mleko seler glut psz glut żyt bitki schabowe duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 sopočka 60 soja buraczki z jabłkiem 50 sałata ziel 20	Sok pomid 150
Wart odżyw.	Energia 2247kcal, Białko 89,7g, Tłuszcz 81,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,3g, Węglowodany 290,3g, Cukry proste 73,2g, Błonnik 19,2g, Sól 5,4g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Kasza manna na ml 300 mleko glu psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jajka 50 jaja szynka drob. 50 soja sałata ziel 20	mandarynka 120	żurek lekki 300 mleko seler glut psz glut żyt bitki schabowe siekane duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 marchewka opr. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopočka 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw.	Energia 2232kcal, Białko 88,7g, Tłuszcz 70,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,9g, Węglowodany 307,3g, Cukry proste 72,8g, Błonnik 16,9g, Sól 5,3g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Kasza manna na ml 300 mleko glu psz Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pasta z białka 50 jaja szynka drob. 50 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Ziemniaczana 300 mleko seler glut psz bitki schabowe duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 marchewka opr. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopočka 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw.	Energia 2186kcal, Białko 90,6g, Tłuszcz 53,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,2g, Węglowodany 303,9g, Cukry proste 77,6g, Błonnik 17g, Sól 5,4g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Kasza manna na ml 300 mleko glu psz Bułka psz 100 glut psz masło ¹⁵ mleko herbata 250 jajko got 1 szt jaja szynka drob. 50 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 Bułka psz 100 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Ziemniaczana 300 mleko seler glut psz bitki schabowe duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 marchewka opr. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopočka 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw.	Energia 2372kcal, Białko 98,1g, Tłuszcz 80,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.35,5g, Węglowodany 316,4g, Cukry proste 67,7g, Błonnik 18,2g, 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 jajko got 1 szt jaja szynka drob. 50 soja sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz tofu 30 soja	żurek lekki 300 mleko seler glut psz glut żyt bitki schabowe duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowocowy b/c 250	Sok pomid 150	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 sopočka 60 soja	Graham30 glut psz żyty polęd dr 30 soja sał.ziel 20
Wart odżyw.	Energia 2179kcal, Białko 99,8g, Tłuszcz 73,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,6g, Węglowodany 245,5g, Cukry proste 48,6g, Błonnik 33,8g, Sól 6,2g					
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 jajko got 1 szt jaja szynka drob. 50 soja sałata lodowa 30		żurek lekki 300 mleko seler glut psz glut żyt bitki schabowe duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 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 sopočka 60 soja	Sok pomid 150
Wart odżyw.	Energia 1822kcal, Białko 81,2g, Tłuszcz 67,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22,8g, Węglowodany 207,8g, Cukry proste 41,6g, Błonnik 26,3g, Sól 5,2g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasza manna. 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. 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok pomid 150
Wart odżyw.	Energia 1925kcal, Białko 99g, Tłuszcz 130,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.56,9g, Węglowodany 118,6g, Cukry proste 31g, Błonnik 5,5g, Sól					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. deser z galaretki i jogurtu natur. 100 **mleko** **Wart odżyw.** 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.**

JADŁOSPIS na dzień 16.05.2024r

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 ser żółty 30 mleko schab pieczony własny 30 pomidor 80 roszponka 30 jabłko 150		Brokułowa 300 mleko glut psz seler Gulasz bogracz z indyka duszony z czerwoną fasolą 180 mleko glut psz seler kasza pęczak na sypko 200 glut jeczm napój owoc 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 połędwica drob. 50 soja papryka czerw 50 sałata lod 30	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2368kcal, Białko 106g, Tłuszcz 76,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,4g, Węglowodany 298g, Cukry proste 77,5g, Błonnik 31,4g, Sól 6,5g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarożek 50 mleko schab pieczony własny 30 pomidor 80 roszponka 30 jabłko 150		Brokułowa 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka duszony z jarzynami 180 mleko glut psz seler kasza jęczmienna na sypko 200 glut jeczm napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 połędwica drob. 50 soja pomidor 80 sałata lodowa 30	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2241kcal, Białko 100,3g, Tłuszcz 64,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,5g, Węglowodany 308,1g, Cukry proste 76,3g, Błonnik 26,9g, Sól 5,8g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarożek 50 mleko schab pieczony własny 30 roszponka 30	Jabłko got 150	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica drob. 50 soja	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2230kcal, Białko 99,7g, Tłuszcz 64,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,6g, Węglowodany 306,2g, Cukry proste 74,6g, Błonnik 24g, Sól 5,7g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 twarożek 50 mleko schab pieczony własny 30 roszponka 30	Jabłko got 150	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica drob. 50 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2198kcal, Białko 101,3g, Tłuszcz 53,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,5g, Węglowodany 304,3g, Cukry proste 65,7g, Błonnik 21g, Sól 5,1g					
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 twarożek 50 mleko schab pieczony własny 30 roszponka 30	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 filet z ind 30 soja	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica drob. 50 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2384kcal, Białko 110,1g, Tłuszcz 74,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,8g, Węglowodany 312,2g, Cukry proste 65,8g, Błonnik 23,6g, Sól 6,0g					
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 twarożek 50 mleko schab pieczony własny 30 roszponka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz filet z ind 30 soja	Brokułowa 300 mleko glut psz seler Gulasz bogracz z indyka duszony z czerwoną fasolą 180 mleko glut psz seler kasza pęczak na sypko 200 glut jeczm kompot wielooowocowy b/c 250	Jogurt nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 połędwica drob. 50 soja	Graham30 glut psz żyt szyn kon 30 soj sał. lod 30
Wart odżyw.	Energia 2187kcal, Białko 120,9g, Tłuszcz 58,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,7g, Węglowodany 252,8g, Cukry proste 42,7g, Błonnik 35,4g, 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 twarożek 50 mleko schab pieczony własny 30 roszponka 30		Brokułowa 300 mleko glut psz seler Gulasz bogracz z indyka duszony z czerwoną fasolą 180 mleko glut psz seler kasza pęczak na sypko 200 glut jeczm kompot wielooowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 połędwica drob. 50 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 1835kcal, Białko 100,1g, Tłuszcz 54,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,7g, Węglowodany 217g, Cukry proste 38,4g, Błonnik 29g, Sól 5,1g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	makaron 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	Kisiel owoc. 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2025kcal, Białko 88,8g, Tłuszcz 133,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.59,8g, Węglowodany 119,6g, Cukry proste 40,4g, Błonnik 8,1g, Sól 2,8g					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. kisiel owoc. z jabłkiem 170 **Wart odżyw.** Energia 88 kcal, Białko 0,08g, Tłuszcz 0,08g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.0,004g, Węglowodany 20,6g, Cukry proste 12,5g, Błonnik 0,6g, Sól g
Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.