

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 14.06.2024r.

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 polędwica z ind. 30 soja mleko rzodkiewka 30 sałata ziel 20 banan 180		Ogórkowa z ryżem 300 mleko glut psz seler gorcz Kotlet z ryby smażony 100 ryba jaja glut psz ziemniaki got 200 sałatka z pomidorów i cebulki z olejem 120 kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 sopočka 60 soja papryka czerw 50 roszponka 20	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2312kcal, Białko 98,9g, Tłuszcz 86,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,1g, Węglowodany 295,1g, Cukry proste 75,3g, Błonnik 24g, Sól 6,8g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarógzek 50 mleko polędwica z ind. 30 soja mleko pomidor 80 sałata ziel 20 banan 180		Ryżowa 300 seler Pulpet z ryby dusz. w sosie koper.100/100 mleko glut psz jaja ziemniaki got 200 marchewka oprósz. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 sopočka 60 soja pomidor 80 roszyponka 20	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2211kcal, Białko 96,8g, Tłuszcz 59g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 28,6g, Węglowodany 312,5g, Cukry proste 83,4g, Błonnik 16,1g, Sól 6,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarógzek 50 mleko polędwica z ind. 30 soja mleko sałata ziel 20	banan 180	Ryżowa 300 seler Pulpet z ryby dusz.w sosie koper.100/100 mleko glut psz jaja ziemniaki got 200 marchewka oprósz. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopočka 60 soja	Jogurt nat 150 mleko + dżem 25
Wart odżyw. Energia 2225kcal, Białko 94,4g, Tłuszcz 58,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 28,5g, Węglowodany 321,5g, Cukry proste 90g, Błonnik 15,1g, Sól 6,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 twarógzek 50 mleko polędw z ind. 30 soja mleko sał. ziel 20	Jabłko got 150	Ryżowa 300 seler Pulpet z ryby w sosie koper.100/100 mleko glut psz jaja ziemniaki got 200 marchewka oprósz. 100 glut psz kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopočka 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2175kcal, Białko 93,6g, Tłuszcz 47,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,1g, Węglowodany 302,3g, Cukry proste 81,9g, Błonnik 15,1g, Sól 6,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz 30 glut psz masło15 mleko herbata 250 twarógzek 50 mleko polędwica z ind. 30 soja mleko sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 szynka got 30 soja	Ryżowa 300 seler Pulpet z ryby dusz. w sosie koper.100/100 mleko glut psz jaja ziemniaki got 200 marchewka oprósz. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopočka 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2272kcal, Białko 101,4g, Tłuszcz 67g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 33,3g, Węglowodany 321,1g, Cukry proste 77,1g, Błonnik 17,3g, Sól 6,9g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CIUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt twarógzek 50 mleko polędwica z ind. 30 soja mleko rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 szynka got 30 soja	Ryżowa 300 seler Pulpet z ryby w sosie koper.100/100 mleko glut psz jaja ziemniaki got 200 marchewka oprósz. 100 glut psz sałatka z pomidorów i cebulki z olejem 120kompot wieloow. b/c 250	Jogurt nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 sopočka 60 soja	Graham30 glut psz żyty parów 50 mleko roszpon20
Wart odżyw. Energia 2197kcal, Białko 107,5g, Tłuszcz 65,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,4g, Węglowodany 268,7g, Cukry proste 62g, Błonnik 33,1g, Sól7,3g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CIUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt twarógzek 50 mleko polędwica z ind. 30 soja mleko rzodkiewka 30		Ryżowa 300 seler Pulpet z ryby w sosie koper.100/100 mleko glut psz jaja ziemniaki got 200 marchewka oprósz. 100 glut psz sałatka z pomidorów i cebulki z olejem 120kompot wieloow. b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 sopočka 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1841kcal, Białko 88,2g, Tłuszcz 50,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,7g, Węglowodany 239,8g, Cukry proste 56g, Błonnik 28,8g, Sól 6g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Makaron na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa ryżowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	chałka 50 mle glut psz jaja mleko200 mle	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Jogurt nat 150 mle
Wart odżyw. Energia 2105kcal, Białko 92,4g, Tłuszcz 132,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 60g, Węglowodany 126,1g, Cukry proste 31,4g, Błonnik 5,8g, Sól 4,9g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. chałka 50 **mleko glut psz jaja** + mleko 200 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 270kcal, Białko 10,5g, Tłuszcz 7,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 3,8g, Węglowodany 38,4g, Cukry proste 5,5g, Błonnik 0,9g, Sól 0,4g **Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.**

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 15.06.2024r.

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 pasta z jaj ze szczyp 50 jaja szynka kons 30 soja pomidor 80 sałata lodowa 30 jabłko 150		Fasolowa 300 glut psz seler Gulasz strogonow wieprzowy duszony 180 mleko glut psz kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm sałatka z ogórka kisz z olejem 120 gorcz 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 ogórek ziel 50 szpinak 20	Skyr nat 150 soja
Wart odżyw. Energia 2406kcal, Białko 113,5g, Tłuszcze 91,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,5g, Węglowodany 282,2g, Cukry proste 75,8g, Błonnik 33,2g, Sól 6,6g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt pasta z jaj 50 jaja szynka kons 30 soja pomidor 80 sałata lodowa 30 jabłko 150		Solferino 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka duszony 180 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz woda z cytr 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 kurczak got 60 soja pomidor 80 sałata ziel 20	Skyr nat 150 soja
Wart odżyw. Energia 2280kcal, Białko 106,5g, Tłuszcze 71,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26g, Węglowodany 286,9g, Cukry proste 82,2g, Błonnik 27,8g, Sól 6,4g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniiona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt pasta z jaj 50 jaja szynka kons 30 soja sałata ziel 20	jabłko got.150	Solferino 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka duszony 180 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz woda z cytr 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Skyr wanil 150 soja
Wart odżyw. Energia 2285kcal, Białko 102,2g, Tłuszcze 71,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26g, Węglowodany 291,4g, Cukry proste 88g, Błonnik 25,4g, Sól 6,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt pasta z białka 50 jaja szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Solferino 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka duszony 180 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz woda z cytr 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Skyr nat 150 soja
Wart odżyw. Energia 2183kcal, Białko 110,3g, Tłuszcze 53,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.16,4g, Węglowodany 289,8g, Cukry proste 80,8g, Błonnik 22,2g, Sól 6g						
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 pasta z białka 50 jaja szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 filet z ind 30 soja	Solferino 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka duszony 180 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz woda z cytr 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Skyr nat 150 soja
Wart odżyw. Energia 2422kcal, Białko 113,5g, Tłuszcze 80,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,5g, Węglowodany 297,4g, Cukry proste 79,5g, Błonnik 24,3g, Sól 6,7g						
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 szynka kons 30 soja sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 filet z ind 30 soja	Solferino 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka duszony 180 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz sałatka z ogórka kisz z olejem 120 gorcz woda z cytr 250	Skyr nat 150 soja	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 kurczak got 60 soja szpinak 20	Graham30 glut psz żyt szynkowa 30 soj gor sał.ziel 20
Wart odżyw. Energia 2207kcal, Białko 121,3g, Tłuszcze 71,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,2g, Węglowodany 252,3g, Cukry proste 50,7g, Błonnik 33g, Sól 7,1g						
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 szynka kons 30 soja sałata lodowa 30		Solferino 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka duszony 180 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz sałatka z ogórka kisz z olejem 120 gorcz woda z cytr 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 kurczak got 60 soja szpinak 20	Skyr nat 150 soja
Wart odżyw. Energia 1963kcal, Białko 102,9g, Tłuszcze 68g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,3g, Węglowodany 221,6g, Cukry proste 44,2g, Błonnik 28,3g, Sól 6,5g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Ryż na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa solferino 300 zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	kisiel owoc 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Skyr nat 150 mle
Wart odżyw. Energia 1942kcal, Białko 95,2g, Tłuszcze 123,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.54,4g, Węglowodany 101,1g, Cukry proste 44,8g, Błonnik 5,5g, Sól 4,1g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. kisiel z jabłkiem 170 **Wart odżyw.** Energia 94kcal, Białko 0,1g, Tłuszcze 0,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.0,06g, Węglowodany 21,9g, Cukry proste 13,8g, Błonnik 0,9g, Sól g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 16.06.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko pasta z makreli ze szczyp. 50 ryba filet z ind 30 soja papryka kons 50 gorcz sałata ziel 20 pomarańcza 150 kakao na ml 250 mle		Krupnik 300 glut jęcz seler Udko z kurczaka pieczone konwekc.150 ziemniaki got 200 surówka z młodej kapusty z olejem 120 herbata owoc 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko .herbata 250 serek wiejski lekki 150 mleko dżem 30 rzodkiewka 30 szczypior.10	Mus owoc-warzywny 100
Wart odżyw. Energia 2294kcal, Białko 100g, Tłuszcz 92,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,7g, Węglowodany 279,3g, Cukry proste 96,1g, Błonnik 29,5g, Sól 6,3g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko paszтет dr 40 mleko glut psz seler soja filet z ind 30 soja pomidor 80 sał.ziel 20 pomarańcza 150 kakao na ml 250 mle		Krupnik 300 glut jęcz seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 mle glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn got. na parze z olejem 100 herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 serek wiejski lekki 150 mleko dżem 30 pomidor 80	Mus owoc-warzywny 100
Wart odżyw. Energia 2244kcal, Białko 106,1g, Tłuszcz 80,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,2g, Węglowodany 287,4g, Cukry proste 92,2g, Błonnik 23,4g, Sól 6,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko paszтет dr 40 mleko glut psz seler soja filet z ind 30 soja sał.ziel 20 kakao na ml 250 mleko	pomarańcza 150	Krupnik 300 glut jęcz seler Potrawka z kurczaka 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn got. na parze z olejem 100 herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 serek wiejski lekki 150 mleko dżem 30	Mus owoc-warzywny 100
Wart odżyw. Energia 2233kcal, Białko 94,7g, Tłuszcz 85,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,5g, Węglowodany 286,5g, Cukry proste 90,9g, Błonnik 21g, Sól 6,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko filet z ind 30 soja szynka kons 30 soja sał.ziel 20 kakao na ml 250 mleko	Jabłko got 150	Krupnik 300 glut jęcz seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 mle glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn got. na parze z olejem 100 herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 serek wiejski lekki 150 mleko dżem 30	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2188kcal, Białko 104,1g, Tłuszcz 68,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,4g, Węglowodany 300,2g, Cukry proste 95,7g, Błonnik 20,2g, Sól 6,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko paszтет dr 40 mleko glut psz seler soja filet z ind 30 soja sał.ziel 20 kakao na ml 250 mleko	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150sopocka 30 soja	Krupnik 300 glut jęcz seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 mle glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn got. na parze z olejem 100 herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 serek wiejski lekki 150 szynka kons 30 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2466kcal, Białko 112,1g, Tłuszcz 89,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.38,2g, Węglowodany 313,2g, Cukry proste 95g, Błonnik 21,1g, Sól 6,7g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 paszтет dr 40 mleko glut psz seler soja filet z ind 30 soja sał.ziel 20 kakao na ml b/c 250 mleko	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 sopocka 30 soja	Krupnik 300 glut jęcz seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 mle glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn got. na parze z olejem 100 surówka z młodej kapusty z olejem 120 herbata owoc b/c 250	Sok warzywny 150 seler	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 serek wiejski lekki 150 szynka kons 30 soja	Graham30 glut psz żyt polęd dr 30 soja sał.ziel 20
Wart odżyw. Energia 2201kcal, Białko 128g, Tłuszcz 81,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,9g, Węglowodany 245,1g, Cukry proste 42,9g, Błonnik 34,8g, Sól 7,2g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 filet z ind 30 soja szynka kons 30 soja sał.ziel 20 kakao na ml b/c 250 mleko		Krupnik 300 glut jęcz seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 mle glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn got. na parze z olejem 100 surówka z młodej kapusty z olejem 120 herbata owoc b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 serek wiejski lekki 150 szynka kons 30 soja	Sok warzywny 150
Wart odżyw. Energia 1952kcal, Białko 110g, Tłuszcz 79g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,4g, Węglowodany 211,9g, Cukry proste 39g, Błonnik 29,6g, Sól 6,4g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Manna na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Krupnik 300 zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut jęczm jajko seler	Sok warzyw 150 seler	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 1930kcal, Białko 82,4g, Tłuszcz 126,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.55,3g, Węglowodany 114,3g, Cukry proste 26,9g, Błonnik 7,8g, Sól 4,9g						

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 0g, Sól 0,

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 17.06.2024r.

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 szynka got 30 soja pasta z fasoli z majer. 50 szpinak 20 pomidor 80 kiwi 100		Botwinka 300 mleko glut psz seler Pierogi ruskie got. 350 (7 szt) mleko glut psz jaja kefir 200 mleko jabłko 150 kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka drob 60 soja sałata ziel 20 marchew tarta 30	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2395kcal, Białko 103,1g, Tłuszcz 64,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 28,7g, Węglowodany 349,2g, Cukry proste 92g, Błonnik 35g, Sól 6,8g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka got 30 soja paróweczka 50 soja glut psz pasta warzyw.50 pomidor 80 kiwi 100		Botwinka 300 mleko glut psz seler Makaron z serem 300 mleko glut psz jabłko praż .100 mleko kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka drob 60 soja sałata ziel 20 marchew tarta 30	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2223kcal, Białko 91,8g, Tłuszcz 61,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,9g, Węglowodany 312,8g, Cukry proste 81,6g, Błonnik 18,9g, Sól 6,5g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka got 30 soja paróweczka 50 soja glut psz pasta warzyw.50	kiwi 100	Botwinka 300 mleko glut psz seler Makaron z serem 300 mleko glut psz jabłko praż 100 mleko kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja marchew tarta 30	Kisiel błys. 150
Wart odżyw. Energia 2249kcal, Białko 88,5g, Tłuszcz 59,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,5g, Węglowodany 325,5g, Cukry proste 84,8g, Błonnik 16,9g, Sól 6,5g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz.100 glut psz masło $\frac{1}{4}$ 10 mleko herbata 250 szynka got 30 soja kurczak got 30 soja pasta warzyw.50	Jabłko got 150	Botwinka 300 mleko glut psz seler Makaron z serem 300 mleko glut psz jabłko praż 100 mleko kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło $\frac{1}{4}$ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Kisiel błys. 150
Wart odżyw. Energia 2182kcal, Białko 89,5g, Tłuszcz 40,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,9g, Węglowodany 337,5g, Cukry proste 98,2g, Błonnik 16,8g, Sól 6,3g						
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 szynka got 30 soja paróweczka 50 soja glut psz pasta warzyw.50	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 kurczak got 30 soja	jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron z serem 300 mleko glut psz jabłko praż.100 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Kisiel błys. 150
Wart odżyw. Energia 2411kcal, Białko 95,5g, Tłuszcz 67,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34g, Węglowodany 344,5g, Cukry proste 92,9g, Błonnik 19,3g, Sól 6,7g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło $\frac{1}{4}$ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt szynka got 30 soja paróweczka 50 soja glut psz pasta warzyw.50	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 kurczak got 30 soja	Botwinka 300 mleko glut psz seler Makaron razowy z serem i cynamonem 300 mleko glut psz jabłko 150 kompot wieloowocowy b/c 250	Sok pomid 150	Graham 80 glut psz żyt masło $\frac{1}{4}$ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka drob 60 soja marchew tarta 30	Graham30 glut psz żyt ser żółty 30 mleko sał. ziel 20
Wart odżyw. Energia 2184kcal, Białko 104,5g, Tłuszcz 56,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,9g, Węglowodany 279,4g, Cukry proste 61g, Błonnik 35,1g, Sól 6,7g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło $\frac{1}{4}$ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt szynka got 30 soja kurczak got 30 soja pasta warzyw.50		Botwinka 300 mleko glut psz seler Makaron razowy z serem i cynamonem 300 mleko glut psz jabłko 150 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło $\frac{1}{4}$ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka drob 60 soja marchew tarta 30	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 1788kcal, Białko 83,5g, Tłuszcz 41,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19g, Węglowodany 245,5g, Cukry proste 53,9g, Błonnik 29,1g, Sól 6g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Owsianka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut ows mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Botwinka zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	biszkopty 30 glut psz jaja mleko200mle	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2041kcal, Białko 92,2g, Tłuszcz 134,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57,7g, Węglowodany 110,3g, Cukry proste 42,7g, Błonnik 5,7g, Sól 4,5g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. biszkopty 30 **glut psz jaja** mleko 200 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 214kcal, Białko 8,7g, Tłuszcz 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 Oława

JADŁOSPIS na dzień 18.06.2024r

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Lane cias na ml 300 mle glut psz jaja Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 jajecznicza na parze ze szczyp 70 jaja kurczak got 30 soja ogórek kisz 50 gorcz rukola 20 arbus 150		grochowa 300 glut psz seler rolada z indyka pieczona konwekc. 100 glut psz jaja ziemniaki got. 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 woda z cytr 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja pomidor 80 sałata lod. 30	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw.	Energia 2395kcal, Białko 119,6g, Tłuszcze 87,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,6g, Węglowodany 313,2g, Cukry proste 69,4g, Błonnik 25,1g, Sól 6,3g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Lane cias na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajecznicza na parze 70 jaja kurczak got 30 soja pomidor 80 roszponka 20 arbus 150		Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler rolada z indyka pieczona konwekc. 100 glut psz jaja ziemniaki got. 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 woda z cytr 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja pomidor 80 sałata lod. 30	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw.	Energia 2245kcal, Białko 108,4g, Tłuszcze 74,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,5g, Węglowodany 292,4g, Cukry proste 70,1g, Błonnik 19,3g, Sól 5,9g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Lane cias na ml 300 mle glut psz jaja Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajecznicza na parze 70 jaja kurczak got 30 soja roszonek 20	arbus 150	Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler rolada z indyka pieczona konwekc. 100 glut psz jaja ziemniaki got. 200 marchewka oprósz. 100 glut psz woda z cytr 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Kefir nat 200 mleko + dżem 25
Wart odżyw.	Energia 2206kcal, Białko 108,5g, Tłuszcze 64,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,8g, Węglowodany 304,4g, Cukry proste 75,8g, Błonnik 15,2g, Sól 5,7g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Lane cias na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pasta z białka 50 jaja kurczak got 30 soja roszonek 20	Jabłko got 150	jarzynowa 300 mleko glut psz seler rolada z indyka pieczona konwekc. 100 glut psz jaja ziemniaki got. 200 marchewka oprósz. 100 glut psz woda z cytr 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw.	Energia 2181kcal, Białko 112,1g, Tłuszcze 41,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.17,8g, Węglowodany 345g, Cukry proste 113,2g, Błonnik 15,2g, Sól 5,7g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Lane cias na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 jajecznicza na parze 70 jaja kurczak got 30 soja roszonek 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	jarzynowa 300 mleko glut psz seler rolada z indyka pieczona konwekc. 100 glut psz jaja ziemniaki got. 200 marchewka oprósz. 100 glut psz woda z cytr 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw.	Energia 2403kcal, Białko 115,9g, Tłuszcze 73,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,8g, Węglowodany 337,7g, Cukry proste 95,4g, 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 jajecznicza na parze 70 jaja kurczak got 30 soja roszonek 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 tofu 30 soja	Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler rolada z indyka pieczona konwekc. 100 glut psz jaja ziemniaki got. 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 woda z cytr 250	Kefir nat 200 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka kons 60 soja	Graham30 glut psz żyt filet z ind 30 soja
Wart odżyw.	Energia 2171kcal, Białko 116,2g, Tłuszcze 76,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23g, Węglowodany 248,9g, Cukry proste 50,4g, Błonnik 33,7g, 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 jajecznicza na parze 70 jaja kurczak got 30 soja roszonek 20		Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler rolada z indyka pieczona konwekc. 100 glut psz jaja ziemniaki got. 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 woda z cytr 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka kons 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw.	Energia 1818kcal, Białko 98,3g, Tłuszcze 72,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.50,9g, Węglowodany 210,8g, Cukry proste 44,5g, Błonnik 27,3g, Sól 5,5g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Lane cias. na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Żurek zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz glut jęczm jajko seler	Mus owoc- warzyw 100	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw.	Energia 2027kcal, Białko 108,7g, Tłuszcze 131,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.56,3g, Węglowodany 108,5g, Cukry proste 29,3g, Błonnik 6,4g, Sól 4,8g					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. mus owoc- warzyw 100
kw.Tłuszcz.0,05g, Węglowodany 12,2g, Cukry proste 11,5g, Błonnik 1,7g, Sól g
Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

Wart odżyw. Energia 58kcal, Białko 0,6g, Tłuszcze 0,3 g, w tym Nasycone

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 19.06.2024r.

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 pasta z tuńczyka i sera ze szczyp. 80 ryba mleko sopocka 30 soja rzodkiewka 30 sałata ziel 20 jabłko 150		Pomidorowa z makaronem 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 sałatka z sałaty lodowej z soczewicą i olejem 120 kompot wielooowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 połędwica dr 60 soja papryka kons 50 gorcz roszonek 20	Sok warzyw. 150 seler
Wart odżyw. Energia 2273kcal, Białko 107,7g, Tłuszcz 83,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32g, Węglowodany 290,6g, Cukry proste 71,7g, Błonnik 25,2g, Sól 6,8g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka i sera 80 ryba mleko sopocka 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 jabłko 150		Pomidorowa z makar.300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 sałatka z sałaty lodowej z i olejem 120 kompot wielooowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 połędwica dr 60 soja pomidor 80 roszonek 20	Sok warzyw. 150 seler
Wart odżyw. Energia 2213kcal, Białko 104,2g, Tłuszcz 77g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,2g, Węglowodany 299,3g, Cukry proste 73,3g, Błonnik 18,3g, Sól 6,5g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z sera 80 mleko sopocka 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got	Pomidorowa z makar.300 mleko glut psz seler Bitki schab. siekane duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 bukiet warzyw na parze 100 kompot wielooowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica dr 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2222kcal, Białko 92,2g, Tłuszcz 76,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,1g, Węglowodany 311,5g, Cukry proste 80,2g, Błonnik 17,8g, Sól 5,7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka i sera 80 ryba mleko sopocka 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Pomidorowa z makar.300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 bukiet warzyw na parze 100 kompot wielooowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica dr 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2190kcal, Białko 101,2g, Tłuszcz 63,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,4g, Węglowodany 320,5g, Cukry proste 81,6g, Błonnik 17,9g, Sól 5,8g						
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 i sera 80 ryba mleko sopocka 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 szynka dr 30 soja	Pomidorowa z makar.300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 bukiet warzyw na parze 100 kompot wielooowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica dr 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2403kcal, Białko 105,9g, Tłuszcz 86,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.36,9g, Węglowodany 323,6g, Cukry proste 78,6g, Błonnik 18,2g, Sól 6,8g						
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 i sera 80 ryba mleko sopocka 30 soja sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 szynka dr 30 soja	Pomidorowa z makar.300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 sałatka z sałaty lodowej z soczewicą i olejem 120 kompot wielooowocowy b/c 250	Sok warzyw. 150 seler	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 połędwica dr 60 soja	Graham30 glut psz żyt szyn kon 30 soj roszp. 20
Wart odżyw. Energia 2180kcal, Białko 116,7g, Tłuszcz 70,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,6g, Węglowodany 244,3g, Cukry proste 43,2g, Błonnik 33,2g, Sól 7,1g						
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 i sera 80 ryba mleko sopocka 30 soja sałata ziel 20		Pomidorowa z makar.300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 sałatka z sałaty lodowej z soczewicą i olejem 120 kompot wielooowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 połędwica dr 60 soja	Sok warzyw. 150 seler
Wart odżyw. Energia 1841kcal, Białko 98g, Tłuszcz 65,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,3g, Węglowodany 218,9g, Cukry proste 40,4g, Błonnik 27,9g, Sól 6,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasza jagl na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa pomidorowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Budyń ml 150 mle glut psz	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok warz. 150 seler
Wart odżyw. Energia 2036kcal, Białko 103,5g, Tłuszcz 137,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.60g, Węglowodany 113,5g, Cukry proste 31,2g, Błonnik 7g, Sól 4,9g						

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

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 20.06.2024r.

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 jajko got 1 szt jaja szynka drob 30 soja pomidor 80 sałata lod 30 pomarańcza 150		Brokułowa 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka duszona w sosie koper. 90/100 ryż brązowy na sypko 200 sałatka z buraka i ceb. z olejem 120 napój owoc 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja ogórek ziel 50 pasta warzyw. 50	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2391kcal, Białko 97,5g, Tłuszcz 82,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,3g, Węglowodany 298g, Cukry proste 77,3g, Błonnik 34,7g, Sól 6,2g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajko got 1 szt jaja szynka drob 30 soja pomidor 80 sałata lod 30 pomarańcza 150		Brokułowa 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka duszona w sosie koper. 90/100 ryż na sypko 200 buraczki oprósz.100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja sał.ziel. 30 pasta warzywna 50	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2396kcal, Białko 94,4g, Tłuszcz 75g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,5g, Węglowodany 328,3g, Cukry proste 77,2g, Błonnik 18,7g, Sól 5,5g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z białka got 50 jaja szynka drob 30 soja pasta warzywna 50	pomarańcza 150	Brokułowa 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka duszona w sosie koper. 90/100 ryż na sypko 200 buraczki oprósz.100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2376kcal, Białko 93,6g, Tłuszcz 74,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,7g, Węglowodany 325,2g, Cukry proste 74,9g, Błonnik 17,3g, Sól 5,5g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 jajko got 1 szt jaja szynka drob 30 soja pasta warzywna 50	Jabłko got 150	Brokułowa 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka duszona w sosie koper. 90/100 ryż na sypko 200 buraczki oprósz.100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2239kcal, Białko 95,5g, Tłuszcz 59,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,5g, Węglowodany 319,5g, Cukry proste 70,2g, Błonnik 17,3g, Sól 5,3g						
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 jajko got 1 szt jaja szynka drob 30 soja pasta warzywna 50	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Brokułowa 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka duszona w sosie koper. 90/100 ryż na sypko 200 buraczki oprósz.100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2490kcal, Białko 102,4g, Tłuszcz 85,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,8g, Węglowodany 330,2g, Cukry proste 68,5g, Błonnik 17,4g, Sól 5,8g						
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 jajko got 1 szt jaja szynka drob 30 soja sałata lod 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 ser biały 50 mleko	Brokułowa 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka duszona w sosie koper. 90/100 ryż brązowy na sypko 200 buraczki oprósz.100 glut psz rozspanka z olejem 20 woda z cytr 250	Jogurt nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got 60 soja pasta warzywna 50	Graham30 glut psz żyt kurcz got 30 soj sał.ziel 20
Wart odżyw. Energia 2204kcal, Białko 107,6g, Tłuszcz 66,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22,7g, Węglowodany 263,4g, Cukry proste 51g, Błonnik 36g, Sól 6,1g						
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 jajko got 1 szt jaja szynka drob 30 soja sałata lod 30		Brokułowa 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka duszona w sosie koper. 90/100 ryż brązowy na sypko 200 buraczki oprósz.100 glut psz rozspanka z olejem 20 woda z cytr 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 soja pasta warzywna 50	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1905kcal, Białko 85,7g, Tłuszcz 61,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,9g, Węglowodany 225,3g, Cukry proste 45,7g, Błonnik 31,3g, 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	Jogurt nat 150 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Ryż na ml 200 mlek
Wart odżyw. Energia 2038kcal, Białko 91,9g, Tłuszcz 132,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.59g, Węglowodany 121,3g, Cukry proste 27,3g, Błonnik 6,6g, Sól 4,5g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. ciastka maśl 30 **mleko glut psz jaja** + mleko 200 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 243kcal, Białko 8,4g, Tłuszcz 10,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.4,8g, Węglowodany 28,9g, Cukry proste 5,7g, Błonnik g, Sól 0,3g
Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.