

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 19.04.2024r.

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 fasoli z majerankiem 50 kurczak got 30 soja papryka czerw 50 sałata lodowa 30 banan 180		Grycikowa 300 glut psz seler Ryba smażona w sosie greckim 100/100 ryba glut psz seler ziemniaki got. 200 roszonek z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja sałata ziel 20 marchew tarta 30	Sok warz 150 seler
Wart odżyw. Energia 2238kcal, Białko 92,5g, Tłuszcz 63,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,8g, Węglowodany 314,4g, Cukry proste 100,2g, Błonnik 29,3g, Sól 7,6g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 glut psz jaja soja seler mleko kurczak got 30 soja pomidor 80 sałata lodowa 30 banan 180		Grycikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w jarzynach 80/100 ryba glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 roszonek z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja sałata ziel 20 marchew tarta 30	Sok warz 150 seler
Wart odżyw. Energia 2222kcal, Białko 89g, Tłuszcz 62,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,8g, Węglowodany 316,5g, Cukry proste 94,7g, Błonnik 19g, Sól 7,3g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 glut psz jaja soja seler mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20	banan 180	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2234kcal, Białko 86,3g, Tłuszcz 60,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,2g, Węglowodany 328g, Cukry proste 97,3g, Błonnik 17,5g, Sól 6,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (nisko-tłuszczowa) (3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 10 mleko herbata 250 kurczak got 60 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2186kcal, Białko 87,1g, Tłuszcz 45,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.16,1g, Węglowodany 325g, Cukry proste 93,8g, Błonnik 18,3g, Sól 5,5g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 glut psz jaja soja seler mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 15 mleko jabłko got 150 sopočka 30 soja	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2285kcal, Białko 91,6g, Tłuszcz 64g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,7g, Węglowodany 323,8g, Cukry proste 79,7g, Błonnik 19,2g, Sól 6,8g						
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 pasztet dr 40 glut psz jaja soja seler mleko kurczak got 30 soja sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz sopočka 30 soja	j.w. kompot wieloowocowy b/c 250	Sok warz 150 seler	Graham 80 glut psz żyt masło 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka kons 60 soja	Graham 30 glut psz żyt szynka dr 30 soja sał. ziel 20
Wart odżyw. Energia 2171kcal, Białko 93,4g, Tłuszcz 61,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,3g, Węglowodany 252,8g, Cukry proste 47,1g, Błonnik 33,5g, Sól 7,3g						
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 kurczak got 60 soja sałata lodowa 30		j.w. kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka kons 60 soja	Sok warz 150 seler
Wart odżyw. Energia 1797kcal, Białko 84g, Tłuszcz 51,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.15,3g, Węglowodany 218,7g, Cukry proste 42,8g, Błonnik 28,8g, Sól 5,7g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Makaron na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa grycikowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	budyń ml 150 mleko glut psz	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok warz 150 seler
Wart odżyw. Energia 1968kcal, Białko 99,7g, Tłuszcz 129,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.54,2g, Węglowodany 126,5g, Cukry proste 50,5g, Błonnik 5,4g, Sól 2,7g						

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 Oława

JADŁOSPIS na dzień 20.04.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko jajko got 1 szt jaja szynka got 30 jaja pomidor 80 szpinak 20 mandarynka 120 kawa z ml 250 mleko glut jęczm glut żyt		Jarzynowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Kurczak duszony w sosie curry 180 mleko glut psz ryż brązowy na sypko 200 sałatka z sałaty lodowej z olejem i soczewicą 120 woda z cytryną 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 polędwica z ind.60 soja ćwikła z chrzanem 50 SO2 sałata lod.30	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2271kcal, Białko 110,9g, Tłuszcze 79,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,2g, Węglowodany 269,4g, Cukry proste 65,8g, Błonnik 32g, Sól 7,1g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko jajko got 1 szt jaja szynka got 30 jaja kawa z ml 250 mleko glut jęczm glut żyt pomidor 80 roszonek 20 mandarynka 120		Jarzynowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Potrawka z kurczaka duszona 180 mleko glut psz ryż na sypko 200 sałatka z sałaty lodowej z olejem 100 woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 polędwica z ind.60 soja buraczki z jabłkiem 50 sałata lod.30	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2280kcal, Białko 100g, Tłuszcze 83,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,5g, Węglowodany 280,4g, Cukry proste 65,8g, Błonnik 18g, Sól 5,9g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko pasta z jajka got 1 szt jaja szynka got 30 jaja kawa z ml 250 mleko glut jęczm glut żyt roszonek 20	Mandarynka 120	Jarzynowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Potrawka duszona z kurczakiem siekanym 180 mleko glut psz ryż na sypko 200 jarzynka z pieca konw. 100 woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 polędwica z ind.60 soja	Skyr wanil.150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2219kcal, Białko 98,7g, Tłuszcze 64,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,6g, Węglowodany 299g, Cukry proste 80,7g, Błonnik 16,7g, Sól 5,7g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko pasta z białka got 1 szt jaja szynka got 30 jaja kawa z ml 250 mleko glut jęczm glut żyt roszonek 20	Jabłko got 150	Jarzynowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Potrawka z kurczaka duszona 180 mleko glut psz ryż na sypko 200 jarzynka z pieca konw. 100 woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 polędwica z ind.60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2191kcal, Białko 102g, Tłuszcze 55,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,76g, Węglowodany 289,1g, Cukry proste 69,3g, Błonnik 16,7g, Sól 5,8g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko jajko got 1 szt jaja szynka got 30 jaja kawa z ml 250 mleko glut jęczm glut żyt roszonek 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Jarzynowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Potrawka z kurczaka duszona 180 mleko glut psz ryż na sypko 200 jarzynka z pieca konw. 100 woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 polędwica z ind.60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2387kcal, Białko 112,5g, Tłuszcze 75,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,2g, Węglowodany 302,1g, Cukry proste 67,5g, Błonnik 17g, Sól 7,2g					
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 got 30 jaja roszonek 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz ser żółty 30 mleko	Jarzynowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Kurczak duszony w sosie curry 180 mleko glut psz ryż brązowy na sypko 200 sałatka z sałaty lodowej z olejem i soczewicą 120 woda z cytryną 250	Skyr nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 polędwica z ind.60 soja	Graha 30 glut psz żyt szyn kons 30 soja sał.lo
Wart odżyw.	Energia 2184kcal, Białko 122,2g, Tłuszcze 67,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,5g, Węglowodany 228,7g, Cukry proste 43,7g, Błonnik 34g, Sól 7,3g					
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 got 30 jaja roszonek 20		Jarzynowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Kurczak duszony w sosie curry 180 mleko glut psz ryż brązowy na sypko 200 sałatka z sałaty lodowej z olejem i soczewicą 120 woda z cytryną 250		Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 polędwica z ind.60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 1845kcal, Białko 103,8g, Tłuszcze 55,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,3g, Węglowodany 210,4g, Cukry proste 35,4g, Błonnik27g, Sól 5,1g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	manna na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa jarzynowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Skyr nat 150 mleko	Zupa ziemniaczana zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Ryż na ml 200 mlek
Wart odżyw.	Energia 1910kcal, Białko 97,8g, Tłuszcze 102,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.44,2g, Węglowodany 154,9g, Cukry proste 35,5g, Błonniki 9,5g, Sól 2,2g					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. ciasto drożdż. 50 **mleko glut psz jaja** + mleko 200 **mleko** Energia 247kcal, Białko 10,5g, Tłuszcze 8,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.4,3g, Węglowodany 32g, Cukry proste 5g, Błonnik 0,6g, Sól 0,1g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 21.04.2024r.

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 ser żółty 30 mleko szynka drob.30 soja rzodkiewka 30 sałata lodowa 30 jabłko 150		Krupnik jęczmienny 300 glut jęczm seler Kotlet smażony z indyka 110 mleko glut psz jaja ziemniaki got. 200 surówka z czerwonej kapusty z olejem 120 gorcz herbata owoc 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 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 2237kcal, Białko 98g, Tłuszcze 72,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,6g, Węglowodany 279,3g, Cukry proste 72,7g, Błonnik 26g, Sól 8g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko twarożek 50 mleko szynka drob.30 soja pomidor 80 sałata lodowa 30 jabłko 150		Krupnik jęczmienny 300 glut jęczm seler Pierś z indyka duszona w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn na parze z masłem 100 herbata owoc 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 2214kcal, Białko 94,1g, Tłuszcze 68,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,4g, Węglowodany 275,5g, Cukry proste 72,7g, Błonnik 23,1g, Sól 5,6g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko twarożek 50 mleko szynka drob.30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Krupnik jęczmienny 300 glut jęczm seler Pierś z indyka duszona siekana w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn na parze z masłem 100 herbata ow. 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 2231kcal, Białko 92,1g, Tłuszcze 67,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,4g, Węglowodany 287,7g, Cukry proste 89,7g, Błonnik 20,1g, Sól 5,6g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko kakao na ml 250 mleko twarożek 50 mleko szynka drob.30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Krupnik jęczmienny 300 glut jęczm seler Pierś z indyka duszona w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn na parze z masłem 100 herbata owoc 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 2197kcal, Białko 91,1g, Tłuszcze 56g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,2g, Węglowodany 282,4g, Cukry proste 89,7g, Błonnik 20,3g, Sól 5,5 g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko kakao na ml 250 mleko twarożek 50 mleko szynka drob.30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 parówka 50	j.w.		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 2360kcal, Białko 99,4g, Tłuszcze 85,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.41,2g, Węglowodany 288,1g, Cukry proste 80,1g, Błonnik 20,7g, Sól 6,8g					
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 glut twarożek 50 mleko szynka drob.30 soja sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz parówka 50	j.w. herbata owoc b/c 250	surówka z czerwonej kapusty z olejem 120 gorcz	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got 60 soja	Graha 30 glut psz żyty pasta z jaj 50 jaja sał.ziel 20
Wart odżyw.	Energia 2195kcal, Białko 102,1g, Tłuszcze 78,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29g, Węglowodany 240,8g, Cukry proste 36,7g, Błonnik 32,7g, Sól 7,2g					
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 twarożek 50 mleko szynka drob.30 soja sałata lodowa 30		j.w. herbata owoc 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 1778kcal, Białko 90,7g, Tłuszcze 54g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,6g, Węglowodany 211,9g, Cukry proste 33,5g, Błonnik 28,3g, Sól 5,1 g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	makaron na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Krupnik zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut jęczm jajko seler	Kisiel owoc 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw.	Energia 2005kcal, Białko 103,5g, Tłuszcze 125,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.55,4g, Węglowodany 127,5g, Cukry proste 48,1g, Błonnik 5,8g, Sól 2,4 g					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. kidsiel owoc z jabłkiem 170 Energia 89kcal, Białko 0,08g, Tłuszcze 0,08g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.0,04g, Węglowodany 20,6g, Cukry proste 12,5g, Błonnik 0,6g, Sól g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 22.04.2024r.

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 makreli ze szczyp. 50 ryba szynka kons 30 soja rukola 20 papryka kons 50 gorcz pomarańcza 150		Barszcz czerwony ukraiński z fasolą 300 mleko glut psz seler Naleśniki smażone z serem i cukrem pudrem 300 (2 szt) mleko glut psz jaja jabłko 150 kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka pieczony 60 soja rzodkiewka 30 sałata lodowa 30	Mus owoc-warzywny 100
Wart odżyw. Energia 2267kcal, Białko 96,8g, Tłuszcz 57,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,8g, Węglowodany 315,6g, Cukry proste 101,2g, Błonnik 30,4g, Sól 7,1g						
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 szynka kons 30 soja pomidor 80 roszonek 20 pomarańcza 150		Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi gotowane z masłem i bułką tartą 300 mleko glut psz jaja jabłko 150 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka pieczony 60 soja pomidor 80 sałata lodowa 30	Mus owoc-warzywny 100
Wart odżyw. Energia 2304kcal, Białko 92,6g, Tłuszcz 47,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,5g, Węglowodany 354,7g, Cukry proste 94,7g, Błonnik 27,4g, Sól 6,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Kasza jagl. na ml 300 mleko Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka kons 30 soja roszonek. 20	pomarańcza 150	Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi gotowane z masłem i bułką tartą 300 mleko glut psz jaja jabłko got 150 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka pieczony 60 soja	Mus owoc-warzywny 100
Wart odżyw. Energia 2279kcal, Białko 91,6g, Tłuszcz 47,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,4g, Węglowodany 349,7g, Cukry proste 91,6g, Błonnik 24,7g, 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 z koper. 50 ryba szynka kons 30 soja roszonek 20	Jabłko got 150	ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi gotowane z masłem i bułką tartą 300 mleko glut psz jaja jabłko got 150 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka pieczony 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2208kcal, Białko 92,2g, Tłuszcz 34,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.16,2g, Węglowodany 348,1g, Cukry proste 75,1g, Błonnik 20,7g, 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 szynka kons 30 soja roszonek 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 paszтет dr 40 glu psz jaja soja ml sel	ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi gotowane z masłem i bułką tartą 300 mleko glut psz jaja jabłko got 150 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka pieczony 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2385kcal, Białko 94,1g, Tłuszcz 58,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,2g, Węglowodany 351,1g, Cukry proste 74,1g, Błonnik 20,7g, Sól 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 tuńczyka z koper. 50 ryba szynka kons 30 soja roszonek 20	Grah 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz paszтет dr 40 j.w.	Barszcz czerwony ukraiński z fasolą 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi gotowane z masłem 300 mleko glut psz jaja jabłko 150 kompot wieloowocowy b/c 250	Kefir nat 200 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 filet z indyka pieczony 60 soja	Graha 30 glut psz żyt szyn got 30 soj sał.lod 30
Wart odżyw. Energia 2191kcal, Białko 107,2g, Tłuszcz 43,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21g, Węglowodany 298,6g, Cukry proste 51,5g, Błonnik 34,7g, Sól 8,1g						
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 z koper. 50 ryba szynka kons 30 soja roszonek 20		Barszcz czerwony ukraiński z fasolą 300 mleko glut psz seler leniwe pierogi gotowane z masłem 300 mleko glut psz jaja jabłko 150 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 filet z indyka pieczony 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 1820kcal, Białko 90,4g, Tłuszcz 37,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz 18,3g, Węglowodany 258,7g, Cukry proste 46,9g, Błonnik 30g, Sól 5,9g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasz jagl. 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	Kefir nat 200 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Mus warz-owoc 100
Wart odżyw. Energia 1983kcal, Białko 87g, Tłuszcz 127,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz 56,5g, Węglowodany 122,9g, Cukry proste 55,8g, Błonnik 11,5g, Sól 2,5g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. biszkopty 30 glut psz jaja mleko 200 mleko **Wart odżyw.** Energia 209kcal, Białko 8,9g, Tłuszcz 5,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz 2,1g, Węglowodany 30,7g, Cukry proste 11,1g, Błonnik 0,8g, Sól 0,06g **Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.**

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 23.04.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj ze szczy. 50 jaja polędwica drob 30 soja pomidor 80 szpinak 20 kiwi 100		Ogórkowa z ziemniakami 300 mleko glut psz seler Bitki wieprzowe duszone w sosie 80/100 glut psz seler ziemniaki got. 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 napój owoc. 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 sopocka 60 soja papryka czerw 50 roszonek 20	Jogurt natur. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2361kcal, Białko 89,5g, Tłuszcz 109,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.36,2g, Węglowodany 269,4g, Cukry proste 77,5g, Błonnik 23,4g, Sól 6,8g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj 50 jaja polędwica drob 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 kiwi 100		Brokułowa z ziemniakami 300 mleko glut psz seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 napój owoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 sopocka 60 soja pomidor 80 roszonek 20	Jogurt natur. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2309kcal, Białko 95,6g, Tłuszcz 88,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,9g, Węglowodany 292,2g, Cukry proste 77,5g, Błonnik 19,4g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj 50 jaja polędwica drob 30 soja sałata ziel 20	Kiwi 100	Brokułowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 marchewka oprós.100 glut psz napój owoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Jogurt natur. 150 mleko + dżem 25
Wart odżyw. Energia 2247kcal, Białko 93,7g, Tłuszcz 76,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33g, Węglowodany 297g, Cukry proste 80,1g, Błonnik 17,2g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło 10 mleko herbata 250 pasta z białka 50 jaja polędwica dr 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Brokułowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 marchewka oprós.100 glut psz napój owoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Jogurt natur. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2189kcal, Białko 99,2g, Tłuszcz 57,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24g, Węglowodany 292,5g, Cukry proste 78,1g, Błonnik 18g, Sól 6g						
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 pasta z jaj 50 jaja polędwica drob 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Brokułowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 marchewka oprós.100 glut psz napój owoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Jogurt natur. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2377kcal, Białko 102,7g, Tłuszcz 85,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.38,6g, Węglowodany 307,2g, Cukry proste 78,1g, Błonnik 19,4g, Sól 6,1 g						
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 pasta z jaj ze szczy. 50 jaja polędwica drob 30 soja sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz tofu 30 soja	Brokułowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowocowy b/c 250	Jogurt natur. 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło 10 herbata b/c 250 pomidor 80 sopocka 60 soja	Graham 30 glut psz żyt kurcz got 30 soj roszonek 20
Wart odżyw. Energia 2180kcal, Białko 105,8g, Tłuszcz 75,7, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,8g, Węglowodany 246g, Cukry proste 53g, Błonnik 32,7g, Sól 6,8g						
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 pasta z jaj ze szczy. 50 jaja polędwica drob 30 soja sałata ziel 20		Brokułowa z ziemn.300 mleko glut psz seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 sopocka 60 soja	Jogurt natur. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1810kcal, Białko 84,9g, Tłuszcz 70,4, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,4g, Węglowodany 208,5g, Cukry proste 46,5g, Błonnik 30,4g, Sól 5,4 g						
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	kisiel owoc 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz mle	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1926kcal, Białko 88,5g, Tłuszcz 128,2, w tym Nasycone kw.Tłuszcz 57,2g, Węglowodany 116,9g, Cukry proste 57,7g, Błonnik 8,1g, Sól 2,5g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. kisiel owoc 150

Wart odżyw. Energia 75kcal, Białko 0g, Tłuszcz 0w tym Nasycone kw.Tłuszcz 0g, Węglowodany

18g, Cukry proste 10,5g, Błonnik 0g, Sól 0g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 24.04.20224r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Kasza kukurydziana 300 mleko Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 serek wiejski lekki 150 mleko pasztet piecz 50 soja glut psz rzodkiewka 30 sałata lodowa 30 jabłko 150		Pieczarkowa z łazankami 300 mleko glut psz seler Udko duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 sałatka z buraka i cebuli 120 kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka drob. 60 soja ogórek ziel.50 rukola z olejem 20	chałka 50 mle glut psz jaja herbata owoc 250
Wart odżyw. Energia 2377kcal, Białko 105g, Tłuszcz 102,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.37,2g, Węglowodany 279,9g, Cukry proste 63,1g, Błonnik 25,8g, Sól 7,8g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza kukurydziana 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 serek wiejski lekki 150 mleko galantyna z ind. 50 soja pomidor 80 sałata lodowa 30 jabłko 150		Koperkowa z makaronem 300 glut psz seler Udko duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 soja szynka drob. 60 soja pomidor 80 sałata ziel 20	chałka 50 mle glut psz jaja herbata owoc 250
Wart odżyw. Energia 2362kcal, Białko 102,9g, Tłuszcz 88g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.35,3g, Węglowodany 284,9g, Cukry proste 63,6g, Błonnik 18,6g, Sól 7g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Kasza kukurydziana 300 mleko Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 serek wiejski lekki 150 mleko sałata ziel 20	jabłko got.150	Koperkowa z makaronem 300 glut psz seler Potrawka z kurczaka 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob. 60 soja	chałka 50 mle glut psz jaja herbata owoc 250
Wart odżyw. Energia 2326kcal, Białko 95,7g, Tłuszcz 83,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,1g, Węglowodany 282,5g, Cukry proste 60,1g, Błonnik 16,3g, Sól 6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Kasza kukurydziana 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 serek wiejski lekki 150 mleko galantyna z ind. 50 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Koperkowa z makaronem 300 glut psz seler Udko duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob. 60 soja	chałka 50 mle glut psz jaja herbata owoc 250
Wart odżyw. Energia 2232kcal, Białko 98,2g, Tłuszcz 62,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,7g, Węglowodany 282,5g, Cukry proste 67,4g, Błonniki 15,8g, Sól 7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydzieli soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Kasza kukurydziana 300 mleko Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 serek wiejski lekki 150 mleko galantyna z ind. 50 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 szynka got 30 soja	Koperkowa z makaronem 300 glut psz seler Udko duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob. 60 soja	chałka 50 mle glut psz jaja herbata owoc 250
Wart odżyw. Energia 2476kcal, Białko 108,5g, Tłuszcz 95,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.39,7g, Węglowodany 288,4g, Cukry proste 60,5g, Błonnik 17,8g, Sól 7,7g						
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 serek wiejski lekki 150 mleko galantyna z ind. 50 soja sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz szynka got 30 soja	Koperkowa z makaronem 300 glut psz seler Udko duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz kompot wieloowocowy b/c 250	surówka z kiszanej kapusty z olejem 120 gorcz	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka drob. 60 soja	Graha 30 glut psz żyt sopoc 30 soja sal.ziel 20
Wart odżyw. Energia 2201kcal, Białko 109,6g, Tłuszcz 84,8, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,5g, Węglowodany 235,5g, Cukry proste 40g, Błonnik 31,7g, Sól 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 serek wiejski lekki 150 mleko galantyna z ind. 50 soja sałata lodowa 30		Koperkowa z makaronem 300 glut psz seler Udko duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka drob. 60 soja	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 1913kcal, Białko 94,6g, Tłuszcz 73,6, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,2g, Węglowodany 208,4g, Cukry proste 39g, Błonnik 25,8g, Sól 7,1g						
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	Mus owoc-warzyw. 100	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok warz 150 seler
Wart odżyw. Energia 1945kcal, Białko 84,3g, Tłuszcz 130,2, w tym Nasycone kw.Tłuszcz 57,2g, Węglowodany 128,4g, Cukry proste 63,8g, Błonnik 4,9g, Sól 2,8 g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. mus owocowo-warzywny 100 **Wart odżyw.** Energia 58kcal, Białko 0,6g, Tłuszcz 0,3w tym Nasycone kw.Tłuszcz 0,05g, Węglowodany 12,2g, Cukry proste 11,5g, Błonnik 1,7g, Sól 0g **Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.**

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 25.04.2024r.

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 filet z indyka 30 soja schab piecz 40 papryka czerw 50 roszonek 20 mandarynka 120		Grochowa z ziemniakami 300 glut psz seler Zraz z indyka duszony w sosie pomidorowym 90/100 glut psz mleko jaja sałatka z ogórka kiszzonego z papryką 120 gorcz kasza jęczm 200 glut jęczmien woda z cytr. 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 pasta z sera i tuńczyka ze szczyp.80 mleko ryba rzodkiewka 30 sałata ziel 20	Sok pomidor .1 50
Wart odżyw. Energia 2379kcal, Białko 117,7g, Tłuszcze 88,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,5g, Węglowodany 308,9g, Cukry proste 53g, Błonnik 29,4g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka 30 soja schab piecz 40 pomidor 80 roszonek 20 mandarynka 120		Żurek lekki z ziemniakami 300 glut psz gluten żytni seler mleko Zraz z indyka duszony w sosie pomidor. 90/100 glut psz mleko jaja cukinia duszona 100 glut psz kasza jęczm 200 glut woda z cytr. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba pomidor 80 sałata ziel 20	Sok pomidor .1 50
Wart odżyw. Energia 2249kcal, Białko 105,9g, Tłuszcze 76,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27g, Węglowodany 281,7g, Cukry proste 50,2g, Błonnik 23,9g, Sól 6,3 g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka 30 soja schab piecz 40 roszonek 20	Mandarynka 120	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z sera 80 mleko	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2269kcal, Białko 103g, Tłuszcze 74,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27g, Węglowodany 297g, Cukry proste 55,2g, Błonnik 22,7g, Sól 5,1 g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło 10 mleko herbata 250 filet z indyka 30 soja schab piecz 40 roszonek 20	Jabłko got 150	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2201kcal, Białko 103,3g, Tłuszcze 61,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19g, Węglowodany 301,8g, Cukry proste 60,9g, Błonnik 25,1g, Sól 5,6 g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka 30 soja schab piecz 40 roszonek 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 polędw dr 30 soja	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2424kcal, Białko 110,3g, Tłuszcze 83,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,9g, Węglowodany 312,9g, Cukry proste 61,4g, Błonnik 22,1g, Sól 6,3 g						
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 filet z indyka 30 soja schab piecz 40 roszonek 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz polędwica dr 30 soja	j.w.	Sok pomidor .150	Graham 80 glut psz żyt masło 10 herbata b/c 250 pomidor 80 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba	Graham 30 glut psz żyt parówka sał.ziel 20
Wart odżyw. Energia 2193kcal, Białko 115,1g, Tłuszcze 75,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,4g, Węglowodany 257,7g, Cukry proste 46,5g, Błonnik 31,3g, Sól 7g						
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 filet z indyka 30 soja schab piecz 40 roszonek 20		j.w.		Graham 80 glut psz żyt masło 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba	Sok pomidor 150
Wart odżyw. Energia 1873kcal, Białko 97,3g, Tłuszcze 61,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,5g, Węglowodany 226,2g, Cukry proste 41,5g, Błonnik 28,9g, Sól 5,7g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Lane ciasto 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 żytni jajko seler	Kisiel błysk. 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 1983kcal, Białko 84,3g, Tłuszcze 132,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.56,4g, Węglowodany 120,4g, Cukry proste 49,2g, Błonnik 6,3g, Sól 2,7g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. deser z galaretki i jogurtu natur.100 mleko **Wart odżyw.** Energia 79kcal, Białko 3,5g, Tłuszcze 1,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.1g, Węglowodany 12,7g, Cukry proste 12,7g, Błonnik g, Sól 0g **Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.**