

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 24.05.2024r.

| 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 pasztet piecz 50 soja glut psz szynka kons 30 soja pomidor 80 roszonek 20 banan 180 | | Grycikowa 300 glut psz seler Ryba smażona 100 ryba mleko glut psz jaja ziemniaki got 200 surówka z młodej kapusty z olejem 120 kompot wieloowocowy 250 | | Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 połędwica z ind 60 soja mleko ogórek ziel 50 sałata lodowa 30 | Kefir 200 mleko |
| Wart odżyw. | Energia 2261kcal, Białko 102g, Tłuszcze 71,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,3g, Węglowodany 316,2g, Cukry proste 79,7g, Błonnik 26g, Sól 6,3g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA (2) | Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet drob 40 glut psz soja seler mleko szynka kons 30 soja pomidor 80 roszonek 20 banan 180 | | Grycikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w jarzynach 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 kompot wieloowocowy 250 | | Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 połędwica z ind 60 soja mleko pomidor 80 sałata lodowa 30 | Kefir 200 mleko |
| Wart odżyw. | Energia 2214kcal, Białko 93,1g, Tłuszcze 62,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,3g, Węglowodany 306,4g, Cukry proste 78,1g, Błonnik 20g, Sól 5,5g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3) | Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet drob 40 glut psz soja seler mleko szynka kons 30 soja roszonek 20 | Banan 180 | j.w. | | Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica z ind 60 soja mleko | Kefir 200 mleko + dżem 25 |
| Wart odżyw. | Energia 2232kcal, Białko 92,5g, Tłuszcze 62,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,5g, Węglowodany 313,6g, Cukry proste 87,7g, Błonnik 18,2g, 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 filet z ind 30 soja szynka kons 30 soja roszonek 20 | Jabłko got 150 | j.w. | | Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica z ind 60 soja mleko | Kefir 200 mleko |
| Wart odżyw. | Energia 2192kcal, Białko 96,3g, Tłuszcze 46,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,9g, Węglowodany 300,8g, Cukry proste 83,6g, Błonnik 20g, Sól 5,6g | | | | | |
| 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 pasztet drob 40 glut psz soja seler mleko szynka kons 30 soja roszonek 20 | Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko | j.w. | | Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica z ind 60 soja mleko | Kefir 200 mleko |
| Wart odżyw. | Energia 2260kcal, Białko 103,4g, Tłuszcze 70,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,2g, Węglowodany 314,9g, Cukry proste 78,8g, Błonnik 20,4g, Sól 5g | | | | | |
| Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6) | Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasztet drob 40 glut psz soja seler mleko szynka kons 30 soja roszonek 20 | Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz tofu 30 soja | j.w. kompot wieloowocowy b/c 250 | surówka z młodej kapusty z olejem 120 | Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 połędwica z ind 60 soja mleko | Graham30 glut psz żyt jajko 50 jaja sał.lod 30 |
| Wart odżyw. | Energia 2216kcal, Białko 115,7g, Tłuszcze 70,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,6g, Węglowodany 274,6g, Cukry proste 65,6g, Błonnik 34,6g, Sól 5,8g | | | | | |
| UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna | Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt filet z ind 30 soja szynka kons 30 soja roszonek 20 | | j.w. kompot wieloowocowy b/c 250 | | Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 połędwica z ind 60 soja mleko | Kefir 200 mleko |
| Wart odżyw. | Energia 1751kcal, Białko 86,6g, Tłuszcze 47,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,9g, Węglowodany 224,8g, Cukry proste 45,8g, Błonnik 29,2g, Sól 5,2g | | | | | |
| PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14) | Zacierka 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 | biszkopty 30 glut psz jaja mle 200 mle | Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz | Kefir 200 mleko |
| Wart odżyw. | Energia 2068kcal, Białko 94,2g, Tłuszcze 131,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57,1g, Węglowodany 119,5g, Cukry proste 27,5g, Błonnik 6,7g, Sól 2,7g | | | | | |

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. biszkopty 30 **glut psz jaja** mleko 200 **mleko** **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 Oława
JADŁOSPIS na dzień 25.05.2024r.

| 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 twarożek ze szcz. 80 mleko pasta z makreli z ceb. 50 ryba rzodkiewka 30 szpinak 20 arbusz 150 | | Grochowa 300 glut psz seler Kurczak duszony w sosie curry 180 mleko glut psz seler ryż brązowy na sypko 200 sałatka z sałaty lodowej z olejem 100 woda z cytryną 250 | | Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja sałata ziel. 30 marchew tarta 30 | Mus owocowo-warzyw. 100 |
| Wart odżyw. | Energia 2407kcal, Białko 110,9g, Tłuszcz 85,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,8g, Węglowodany 298,7g, Cukry proste 63,4g, Błonnik 28,2g, Sól 5,7g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA (2) | Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęczm glut żyt twarożek 80 mleko pasta z tuńczyka z koper.50 ryba pomidor 80 roszonek 20 arbusz 150 | | Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Potrawka drob 180 mleko glut psz seler 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 szynka got 60 soja sałata ziel. 30 marchew tarta 30 | Mus owocowo-warzyw. 100 |
| Wart odżyw. | Energia 2296kcal, Białko 95,8g, Tłuszcz 73,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,4g, Węglowodany 290,1g, Cukry proste 63,6g, Błonnik 22,9g, Sól 5,2g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3) | Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęczm glut żyt twarożek 80 mleko pasta z tuńczyka z koper.50 ryba sałata ziel 20 | arbusz 150 | Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Potrawka drob 180 mleko glut psz seler ryż na sypko 200 bukiet jarzyn z masłem 100 mleko woda z cytryną 250 | | Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja | Mus owocowo-warzyw. 100 |
| Wart odżyw. | Energia 2248kcal, Białko 94,1g, Tłuszcz 71,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,7g, Węglowodany 281,5g, Cukry proste 62g, Błonnik 18,2g, Sól 5,2g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3) | Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęczm glut żyt twarożek 80 mleko pasta z tuńczyka z koper.50 ryba sałata ziel 20 | Jabłko got 150 | Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Potrawka drob 180 mleko glut psz seler ryż na sypko 200 bukiet jarzyn z masłem 100 mleko woda z cytryną 250 | | Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja | Kisiel błysk. 150 |
| Wart odżyw. | Energia 2210kcal, Białko 93,4g, Tłuszcz 58,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,7g, Węglowodany 297,7g, Cukry proste 70,3g, Błonnik 15,5g, Sól 5,1g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4) | Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęczm glut żyt twarożek 80 mleko pasta z tuńczyka z koper.50 ryba sałata ziel 20 | Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 szynka kons 30 soja | Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Potrawka drob 180 mleko glut psz seler ryż na sypko 200 bukiet jarzyn z masłem 100 mleko woda z cytryną 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 2427kcal, Białko 100,7g, Tłuszcz 79,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.37,7g, Węglowodany 313,2g, Cukry proste 70,1g, Błonnik 16,3g, 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 jęczm żyt twarożek 80 mleko pasta z tuńczyka z koper.50 ryba sałata ziel 20 | Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz szynka kons 30 soja | Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Potrawka drob 180 mleko glut psz seler ryż brązowy na sypko 200 sałatka z sałaty lodowej z olejem 100 woda z cytryną 250 | Kefir 200 mleko | Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got 60 soja | Graham30 glut psz żyt parów 50 soja glut psz sał.ziel 20 |
| Wart odżyw. | Energia 2234kcal, Białko 117,7g, Tłuszcz 77,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,8g, Węglowodany 241,4g, Cukry proste 43,2g, Błonnik 33,4g, Sól 6,7g | | | | | |
| UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna | Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęczm żyt twarożek 80 mleko pasta z tuńczyka z koper.50 ryba sałata ziel 20 | | Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Potrawka drob 180 mleko glut psz seler ryż brązowy na sypko 200 sałatka z sałaty lodowej z olejem 100 woda z cytryną 250 | | Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 soja | Kefir 200 mleko |
| Wart odżyw. | Energia 1861kcal, Białko 98,5g, Tłuszcz 63,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,2g, Węglowodany 208g, Cukry proste 38g, Błonnik 28,5g, 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 ziemniaczana zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler | Kefir 200 mleko | Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz | Mus owocowo-warzyw. 100 |
| Wart odżyw. | Energia 2042kcal, Białko 103,1g, Tłuszcz 136,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.60g, Węglowodany 119,4g, Cukry proste 38,9g, Błonnik 6,5g, Sól 3,6g | | | | | |

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. jogurt owoc 150 mleko Energia 123kcal, Białko 4,2g, Tłuszcz 3,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.2,5g, Węglowodany 18g, Cukry proste 18g, Błonnik 0g, Sól 0,2g **Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.**

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 26.05.2024r.

| 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 pasta z jaj ze szczyb.50 jaja sopocka 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 jabłko 150 | | Pomidorowa z makaronem 300 glut psz seler mleko Kotlet z indyka smażony 110 mleko glut psz jaja ziemniaki got 200 mizeria ze śmiet. 120 mleko herbata owoc 250 | | Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 kurczak got 60 soja papryka czerw 50 sałata lodowa 30 | Skyr nat 150 mleko |
| Wart odżyw. | Energia 2222kcal, Białko 98,2g, Tłuszcz 72,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,9g, Węglowodany 287,6g, Cukry proste 72,2g, Błonnik 24,7g, Sól 6,4g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA (2) | Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko pasta z jaj 50 jaja sopocka 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 jabłko 150 | | Pomidorowa z makaronem 300 glut psz seler mleko Pierś z indyka dusz w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler 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 pomidor 80 sałata lodowa 30 | Skyr nat 150 mleko |
| Wart odżyw. | Energia 2213kcal, Białko 109,6g, Tłuszcz 69,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,9g, Węglowodany 276,6g, Cukry proste 78,5g, Błonnik 21,1g, Sól 5,6g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3) | Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko pasta z jaj 50 jaja sopocka 30 soja sałata ziel 20 | Jabłko got 150 | Pomidorowa z makaronem 300 glut psz seler mleko Pierś z indyka siekana dusz w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz herbata owoc 250 | | Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja | Skyr wanil.150 mleko |
| Wart odżyw. | Energia 2230kcal, Białko 106,1g, Tłuszcz 70,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,9g, Węglowodany 289,2g, Cukry proste 85,3g, Błonnik 18,2g, Sól 5,2g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3) | Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko kakao na ml 250 mleko pasta z białka 50 jaja sopocka 30 soja sałata ziel 20 | Jabłko got 150 | Pomidorowa z makaronem 300 glut psz seler mleko Pierś z indyka dusz w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz herbata owoc 250 | | Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja | Skyr nat 150 mleko |
| Wart odżyw. | Energia 2179kcal, Białko 104,2g, Tłuszcz 56,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.17,8g, Węglowodany 297,3g, Cukry proste 97,2g, Błonnik 17,4g, Sól 5,7g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4) | Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko kakao na ml 250 mleko pasta z jaj 50 jaja sopocka 30 soja sałata ziel 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 kurczak got 60 soja | Skyr nat 150 mleko |
| Wart odżyw. | Energia 2372kcal, Białko 116,4g, Tłuszcz 82,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,4g, Węglowodany 290,3g, Cukry proste 85,5g, Błonnik 18,6g, Sól 6,2g | | | | | |
| Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6) | Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kakao na ml b/c 250 mleko pasta z jaj 50 jaja sopocka 30 soja sałata ziel 20 | Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz polędwica dr 30 soja | j.w. herbata owoc b/c 250 | Skyr nat 150 mleko | Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 kurczak got 60 soja | Graham30 glut psz żyt ser żółty 30 mleko |
| Wart odżyw. | Energia 2195kcal, Białko 120,9g, Tłuszcz 71,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,8g, Węglowodany 239,3g, Cukry proste 45,3g, Błonnik 31,6g, Sól 6,5g | | | | | |
| UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna | Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kakao na ml b/c 250 mleko pasta z jaj 50 jaja sopocka 30 soja sałata ziel 20 | | j.w. herbata owoc b/c 250 | | Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 kurczak got 60 soja | Skyr nat 150 mleko |
| Wart odżyw. | Energia 1871kcal, Białko 101,7g, Tłuszcz 60,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,8g, Węglowodany 213,2g, Cukry proste 40,1g, Błonnik 27,2g, Sól 5,3g | | | | | |
| PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14) | ryż 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 | Kisiel błys 150 | Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz | Skyr nat 150 mle |
| Wart odżyw. | Energia 2038kcal, Białko 98,8g, Tłuszcz 125,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 55,5g, Węglowodany 112,4g, Cukry proste 27,3g, Błonnik 6,5g, Sól 2,7g | | | | | |

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

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława
JADŁOSPIS na dzień 27.05.2024r.

| DIETA | ŚNIADANIE | II ŚN. | OBIAD | PODW. | KOLACJA | II KOL |
|---|---|---|--|----------------------------------|--|--|
| PODSTAWOWA (1) | Manna na ml 300 mleko glut psz Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z fasoli z majeran.50 polędwica z ind 30 soja mleko ogórek kisz 50 gorcz rukola 20 kiwi 100 | | Brokułowa 300 mleko glut psz seler Naleśniki smaż. z serem i cukrem pudrem 300 (2 szt) mleko glut psz jaja surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowocowy 250 | | Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja rzodkiewka 30 szpinak 20 | Sok pomid 150 |
| Wart odżyw. | Energia 2241kcal, Białko 90,8g, Tłuszcz 70,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 31,4g, Węglowodany 287,3g, Cukry proste 75,4g, Błonnik 26g, Sól 5,7g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA (2) | Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 parówka 50 polędwica z ind 30 soja mleko pomidor 80 rozspanka 20 kiwi 100 | | Brokułowa 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi z serem i masłem gotowane 300 mleko glut psz jaja surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowocowy 250 | | Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja pomidor 80 sałata ziel 20 | Sok pomid 150 |
| Wart odżyw. | Energia 2295kcal, Białko 92,8g, Tłuszcz 64,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,8g, Węglowodany 326,5g, Cukry proste 70,6g, Błonnik 22,8g, Sól 5,6g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3) | Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 parówka 50 polędwica z ind 30 soja mleko rozspanka 20 | Kiwi 100 | Brokułowa 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi z serem i masłem gotowane 300 mleko glut psz jaja marchewka got na parze 100 kompot wieloowocowy 250 | | Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja | Kisiel błysk. 150 |
| Wart odżyw. | Energia 2234kcal, Białko 90,3g, Tłuszcz 52,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,6g, Węglowodany 328,3g, Cukry proste 63,3g, Błonnik 19,7g, Sól 5,6g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3) | Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 szynka got 30 soja mleko polędwica z ind 30 soja mleko rozspanka 20 | Jabłko got 150 | Brokułowa 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi z serem i masłem gotowane 300 mleko glut psz jaja marchewka got na parze 100 kompot wieloowocowy 250 | | Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja | Kisiel błysk. 150 |
| Wart odżyw. | Energia 2194kcal, Białko 88,6g, Tłuszcz 35,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.17,9g, Węglowodany 333g, Cukry proste 72,3g, Błonnik 21,4g, Sól 5,5g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4) | Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 parówka 50 polędwica z ind 30 soja mleko rozspanka 20 | Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 jajko jaja | Brokułowa 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi z serem i masłem gotowane 300 mleko glut psz jaja marchewka got na parze 100 kompot wieloowocowy 250 | | Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja | Kisiel błysk. 150 |
| Wart odżyw. | Energia 2465kcal, Białko 98,6g, Tłuszcz 66,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.36,1g, Węglowodany 344,7g, Cukry proste 66,1g, Błonnik 22g, Sól 6g | | | | | |
| Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6) | Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt parówka 50 polędwica z ind 30 soja mleko rozspanka 20 | Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz jajko jaja | Brokułowa 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi z serem i masłem gotowane 300 mleko glut psz jaja surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowocowy b/c 250 | Sok pomid 150 | Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka kons 60 soja | Graham30 glut psz żyt kurcz got 30 soj sał.ziel 20 |
| Wart odżyw. | Energia 2213kcal, Białko 104,5g, Tłuszcz 59,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,6g, Węglowodany 270,2g, Cukry proste 48g, Błonnik 34,1g, Sól 6,3g | | | | | |
| UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna | Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt szynka got 30 soja mleko rozspanka 20 | | Brokułowa 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi z serem i masłem gotowane 300 mleko glut psz jaja surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowocowy b/c 250 | | Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka kons 60 soja | Sok pomid 150 |
| Wart odżyw. | Energia 1847kcal, Białko 85,3g, Tłuszcz 46,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,3g, Węglowodany 249,2g, Cukry proste 44,1g, Błonnik 29,3g, Sól 5,2g | | | | | |
| PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14) | Manna 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 | Budyń ml 150 mle glut psz | Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz | Sok pomid 150 |
| Wart odżyw. | Energia 1999kcal, Białko 84,7g, Tłuszcz 126,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57,6g, Węglowodany 110,5g, Cukry proste 32,3g, Błonnik 8,7g, Sól 2,3g | | | | | |

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.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 28.05.2024r.

| DIETA | ŚNIADANIE | II ŚN. | OBIAD | PODW. | KOLACJA | II KOL |
|---|---|--|--|--|--|--|
| PODSTAWOWA (1) | Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba szynka got 30 soja papryka kons 50 gorcz sałata lod. 30 pomarańcza 150 | | Krupnik 300 glut jęczm seler Udka pieczone konwec. 150 ziemniaki got.200 surówka z czerwonej kapusty z olejem 120 gorcz. woda z cytryną 250 | | Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka wędz.60 soja roszonek 20 pomidor 80 | Jogurt nat 150 mleko |
| Wart odżyw. | Energia 2314kcal, Białko 111,7g, Tłuszcze 91,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,4g, Węglowodany 272,2g, Cukry proste 69,1g, Błonnik 25,2g, Sól 7,1g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA (2) | Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba szynka got 30 soja pomidor 80 sałata lod.30 pomarańcza 150 | | Krupnik 300 glut jęczm seler Udka duszone w sosie włas.150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn na parze z masłem 100 mleko woda z cytryną 250 | | Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka wędz.60 soja roszonek 20 pomidor 80 | Jogurt nat 150 mleko |
| Wart odżyw. | Energia 2258kcal, Białko 110,6g, Tłuszcze 83,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.38,2g, Węglowodany 280,8g, Cukry proste 66,9g, Błonnik 20,4g, Sól 6,2g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3) | Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z sera 80 mleko szynka got 30 soja roszonek 20 | Pomarańcza 150 | Krupnik 300 glut jęczm seler Potrawka z kurczaka 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn na parze z masłem 100 mleko woda z cytryną 250 | | Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka wędz.60 soja | Jogurt nat 150 mleko + dżem 25 |
| Wart odżyw. | Energia 2237kcal, Białko 102,1g, Tłuszcze 82,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.37,9g, Węglowodany 286,3g, Cukry proste 72,9g, Błonnik 18,9g, Sól 5,6g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3) | Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba szynka got 30 soja roszonek 20 | Jabłko got 150 | Krupnik 300 glut jęczm seler Udka duszone w sosie włas.150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn na parze z masłem 100 mleko woda z cytryną 250 | | Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka wędz.60 soja | Jogurt nat 150 mleko |
| Wart odżyw. | Energia 2202kcal, Białko 110g, Tłuszcze 72g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,1g, Węglowodany 284,6g, Cukry proste 71,9g, Błonnik 19,1g, Sól 6g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4) | Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba szynka got 30 soja roszonek 20 | Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 szynka dr 30 soja | j.w. | | Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka wędz.60 soja | Jogurt nat 150 mleko |
| Wart odżyw. | Energia 2447kcal, Białko 115,2g, Tłuszcze 94,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.44,8g, Węglowodany 296,4g, Cukry proste 70,3g, Błonnik 19,7g, Sól 6,9g | | | | | |
| 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 sera i tuńczyka 80 mleko ryba szynka got 30 soja sałata lod.30 | Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz szynka dr 30 soja | j.w. | surówka z czerwonej kapusty z olejem 120 gorcz. | Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 filet z indyka wędz.60 soja | Graham30 glut psz żyt sopoc 30 soja roszonek20 |
| Wart odżyw. | Energia 2191kcal, Białko 115,5g, Tłuszcze 80,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,9g, Węglowodany 244,4g, Cukry proste 37,9g, Błonnik 33,2g, Sól 7,4g | | | | | |
| 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 sera i tuńczyka 80 mleko ryba szynka got 30 soja sałata lod.30 | | j.w. | | Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 filet z indyka wędz.60 soja | Jogurt nat 150 mleko |
| Wart odżyw. | Energia 1830kcal, Białko 102,6g, Tłuszcze 69,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,7g, Węglowodany 205,1g, Cukry proste 38,2g, Błonnik 26,9g, 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 | krupnik zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut jęczm jajko seler | kisiel owoc 150 | Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz | Jogurt nat 150 mle |
| Wart odżyw. | Energia 1995kcal, Białko 84,7g, Tłuszcze130,2 g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57,8g, Węglowodany 103,8g, Cukry proste 36,6g, Błonnik 9g, Sól 2,6g | | | | | |

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. kisiel owoc 150 **Wart odżyw.** Energia 75kcal, Białko g, Tłuszcze 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 Oława

JADŁOSPIS na dzień 29.05.2024r.

| DIETA | ŚNIADANIE | II ŚN. | OBIAD | PODW. | KOLACJA | II KOL |
|---|---|---|--|-----------------------------|--|--|
| PODSTAWOWA (1) | Owsianka na ml 300 mleko glut ows Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 jajko jaja kurczak got 30 soja ogórek kons 50 gorcz szpinak 20 jabłko 150 | | Pieczarkowa z łazankami 300 mleko glut psz seler Gulasz bogracz z indyka duszony z czerwoną fasolą 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 kompot wieloowocowy 250 | | Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 schab piecz własny 50 ówika z chrzan 60 SO2 sałata lodowa 30 | Chałka 50 mle glut psz jaja herbata owoc 250 |
| Wart odżyw. | Energia 2400kcal, Białko 104,7g, Tłuszcz 94,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32g, Węglowodany 306,9g, Cukry proste 70,6g, Błonnik 26,9g, Sól 6,4g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA (2) | Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajko jaja kurczak got 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 jabłko 150 | | Koperkowa z lanym ciastem 300 glut psz jaja Gulasz z indyka duszony z jarzynami 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 kompot wieloowocowy 250 | | Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 schab piecz własny 60 buraczki z jabłkiem 50 sałata lodowa 30 | Chałka 50 mle glut psz jaja herbata owoc 250 |
| Wart odżyw. | Energia 2232kcal, Białko 96,7g, Tłuszcz 81g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30g, Węglowodany 292,8g, Cukry proste 74,6g, Błonnik 21,9g, Sól 5,7g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3) | Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj 50 jaja kurczak got 30 soja sałata ziel 20 | Jabłko got 150 | Koperkowa z lanym ciastem 300 glut psz jaja Gulasz z indyka duszony z jarzynami 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 kompot wieloowocowy 250 | | Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 schab piecz własny 60 | Chałka 50 mle glut psz jaja herbata owoc 250 |
| Wart odżyw. | Energia 2209kcal, Białko 98,8g, Tłuszcz 72,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29g, Węglowodany 291,6g, Cukry proste 70,6g, Błonnik 19,8g, Sól 5,6g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3) | Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pasta z białka 50 jaja kurczak got 30 soja sałata ziel 20 | Jabłko got 150 | Koperkowa z lanym ciastem 300 glut psz jaja Gulasz z indyka duszony z jarzynami 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 kompot wieloowocowy 250 | | Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 schab piecz własny 60 | Chałka 50 mle glut psz jaja herbata owoc 250 |
| Wart odżyw. | Energia 2188kcal, Białko 96g, Tłuszcz 55,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,3g, Węglowodany 286,6g, Cukry proste 70,8g, Błonnik 19,3g, Sól 5,5g | | | | | |
| 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 jajko jaja kurczak got 30 soja sałata ziel 20 | Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 szynka kons 30 soja | Koperkowa z lanym ciastem 300 glut psz jaja Gulasz z indyka duszony z jarzynami 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 kompot wieloowocowy 250 | | Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 schab piecz własny 60 | Chałka 50 mle glut psz jaja herbata owoc 250 |
| Wart odżyw. | Energia 2336kcal, Białko 105,2g, Tłuszcz 84,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.35,5g, Węglowodany 315,5g, Cukry proste 33,9g, Błonnik 19,5g, Sól 6,3g | | | | | |
| 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 jaja kurczak got 30 soja sałata ziel 20 | Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz szynka kons 30 soja | Koperkowa z lanym ciastem 300 glut psz jaja Gulasz bogracz z indyka duszony z czerwoną fasolą 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 kompot wieloowocowy b/c 250 | Jogurt nat 150 mleko | Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 schab piecz własny 60 | Graham30 glut psz żyt ser biały 30 sał.lod 30 |
| Wart odżyw. | Energia 2185kcal, Białko 108,8g, Tłuszcz 66,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,4g, Węglowodany 233g, Cukry proste 48,5g, Błonnik 32,5g, Sól 6,7g | | | | | |
| 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 jaja kurczak got 30 soja sałata ziel 20 | | Koperkowa z lanym ciastem 300 glut psz jaja Gulasz bogracz z indyka duszony z czerwoną fasolą 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 kompot wieloowocowy b/c 250 | | Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 schab piecz własny 60 | Jogurt nat 150 mleko |
| Wart odżyw. | Energia 1891kcal, Białko 92,2g, Tłuszcz 59,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,1g, Węglowodany 228,2g, Cukry proste 44,4g, Błonnik 26,5g, Sól 5,5g | | | | | |
| PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14) | Owsianka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut mleko jajo | Bulion mięs. 200 seler | Zupa koperkowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajo seler | Jogurt nat 150 mleko | Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz | Ryż na ml 200 mle |
| Wart odżyw. | Energia 2052kcal, Białko 93,8g, Tłuszcz 136,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.60,3g, Węglowodany 113,2g, Cukry proste 28,9g, Błonnik 8,7g, Sól 2,5g | | | | | |

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

SP ZOZ Olawa
JADŁOSPIS na dzień 30.05.2024r.

| 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 serek wiej. 150 mleko kiełbasa żywiecka 30 soja rzodkiewka 30 rukola 20 truskawki 100 | | Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Bitki schabowe duszone w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm sałatka z buraka i ceb. 120 napój owoc 250 | | Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka drob.60 soja papryka czerw. 50 sałata ziel 20 | Sok warzyw. 150 seler |
| Wart odżyw. | Energia 2370kcal, Białko 103,9g, Tłuszcz 92g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 34,7g, Węglowodany 291,4g, Cukry proste 62,4g, Błonnik 30,3g, Sól 7,3g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA (2) | Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 serek wiej. 150 mleko sopocka 30 soja pomidor 80 roszonek 20 truskawki 100 | | Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Bitki schabowe duszone w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm buraczki oprósz. 100 glut psz napój owoc 250 | | Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka drob.60 soja pomidor 80 sałata ziel 20 | Sok warzyw. 150 seler |
| Wart odżyw. | Energia 2344kcal, Białko 102g, Tłuszcz 82,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 33,1g, Węglowodany 307,7g, Cukry proste 63,2g, Błonnik 24g, Sól 6,8g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3) | Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 serek wiej. 150 mleko sopocka 30 soja roszonek 20 | truskawki 100 | Jarzynowa 300 mleko glut psz glut żyt seler Bitki schabowe siekane duszone w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm buraczki oprósz. 100 glut psz napój owoc 250 | | Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob.60 soja | Kisiel błysk.150 |
| Wart odżyw. | Energia 2367kcal, Białko 99,6g, Tłuszcz 82,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 33g, Węglowodany 320,3g, Cukry proste 71,5g, Błonnik 22,5g, Sól 6,3g | | | | | |
| ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3) | Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 serek wiej. 150 mleko sopocka 30 soja roszonek 20 | Jabłko got 150 | jarzynowa 300 mleko glut psz glut żyt seler Bitki schabowe duszone w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm buraczki oprósz. 100 glut psz napój owoc 250 | | Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob.60 soja | Kisiel błysk.150 |
| Wart odżyw. | Energia 2212kcal, Białko 99,3g, Tłuszcz 65,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 24,7g, Węglowodany 327 g, Cukry proste 74,8g, Błonnik 21,2g, Sól 6g | | | | | |
| 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 serek wiej. 150 mleko sopocka 30 soja roszonek 20 | Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 filet z ind 30 soja | jarzynowa 300 mleko glut psz glut żyt seler Bitki schabowe duszone w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm buraczki oprósz. 100 glut psz napój owoc 250 | | Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob.60 soja | Kisiel błysk.150 |
| Wart odżyw. | Energia 2445kcal, Białko 105,1g, Tłuszcz 84,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 37,6g, Węglowodany 335,7g, Cukry proste 73,6g, Błonnik 28g, Sól 7,2g | | | | | |
| 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 serek wiej. 150 mleko sopocka 30 soja roszonek 20 | Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz filet z ind 30 soja | Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Bitki schabowe duszone w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm buraczki oprósz. 100 glut psz kompot wieloowocowy b/c 250 | Sok warzyw. 150 seler | Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka drob.60 soja | Graham30 glut psz żyty szynk got 30 soj sał.ziel 20 |
| Wart odżyw. | Energia 2208kcal, Białko 111,4g, Tłuszcz 73,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 26,9g, Węglowodany 263,8g, Cukry proste 42,6g, Błonnik 36,5g, Sól 7,4g | | | | | |
| 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 serek wiej. 150 mleko sopocka 30 soja roszonek 20 | | Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Bitki schabowe duszone w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm buraczki oprósz. 100 glut psz kompot wieloowocowy b/c 250 | | Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka drob.60 soja | Sok warzyw. 150 seler |
| Wart odżyw. | Energia 1916kcal, Białko 93,6g, Tłuszcz 68,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 24,9g, Węglowodany 230,3g, Cukry proste 37,9g, Błonnik 32,4g, Sól 6,9g | | | | | |
| PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14) | makaron na ml. zmiiks z żółtkiem i masłem 300 glut mleko jajko | Bulion mięs. 200 seler | żurek zmiiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz glut żyt jajko seler | Kisiel błysk.150 | Zupa jarzynowa zmiiks. z mięsem 300 seler glut psz | Sok warz. 150 seler |
| Wart odżyw. | Energia 1969kcal, Białko 91,1g, Tłuszcz 131,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 57,8g, Węglowodany 112,2g, Cukry proste 27,4g, Błonnik 7g, Sól 3,2g | | | | | |

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. skyr owoc 150 **mleko** Energia 118kcal, Białko 13,4g, Tłuszcz 0g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 0g, Węglowodany 15,4g, Cukry proste 15,4g, Błonnik 0, Sól 0,1g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml