

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 fasoli z majerankiem 50 jajko got 1 szt jaja sałata zielona 20 pomidor 80 banan 180		Koperkowa z lanym ciastem 300 glut psz seler Śledź marynowany w oleju z cebulką 100 ryba gorcz ziemniaki 200 sałatka z jabłka i cebuli ze śmietaną 120 mleko kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 serek wiejski lekki 150 mleko rzodkiewka 30 roszponka 20	Mus owoc-warzyw. 100
Wart odżyw Energia 2282kcal, Białko 89,1g, Tłuszcz 77,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,4g, Węglowodany 265,9g, Cukry proste 85,8g, Błonnik 25,9g, Sól 4,3g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z warzyw pieczonych 50 seler jajko got 1 szt jaja sałata zielona 20 pomidor 80 banan 180		Koperkowa z lanym ciastem 300 glut psz seler Pulpet z ryby duszony w sosie 100/100 mleko glut psz jaja seler ziemniaki 200 bukiet jarzyn z masłem 100 mleko kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 serek wiejski lekki 150 mleko pomidor 80 roszponka 20	Mus owoc-warzyw. 100
Wart odżyw Energia 2218kcal, Białko 88,8g, Tłuszcz 84,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.35,9g, Węglowodany 267,1g, Cukry proste 88,2g, Błonnik 18,6g, Sól 2,5g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jajka got 70 jaja sałata zielona 20	Banan 180	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 serek wiejski lekki 150 mleko	Mus owoc-warzyw. 100
Wart odżyw Energia 2212kcal, Białko 89,7g, Tłuszcz 86,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.36,5g, Węglowodany 261,2g, Cukry proste 84,2g, Błonnik 14,9g, Sól 2,5g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pasta z warzyw pieczonych 50 seler pasta z białka jaja got 1 szt jaja sałata zielona 20	Jabłko got 150	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 serek wiejski lekki 150 mleko	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw Energia 2196kcal, Białko 93,7g, Tłuszcz 80,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,1g, Węglowodany 267,3g, Cukry proste 89,6g, Błonnik 14,9g, Sól 2,2g						
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 warzyw pieczonych 50 seler jajko got 1 szt jaja sałata zielona 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 pasta z tuńczy 30 ryba	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 serek wiejski lekki 150 mleko	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw Energia 2381kcal, Białko 97,8g, Tłuszcz 97,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.43,8g, Węglowodany 257,4g, Cukry proste 67g, Błonnik 16,6g, Sól 3,3g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z warzyw pieczonych 50 seler jajko got 1 szt jaja sałata zielona 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz pasta z makreli 30 ryba	j.w. kompot wieloowocowy b/c 250	Kefir nat 200 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 serek wiejski lekki 150 mleko	Grah 30 glut psz żyt tofu 30 soja roszpon20
Wart odżyw Energia 2181kcal, Białko 100,3g, Tłuszcz 88,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,1g, Węglowodany 224,9g, Cukry proste 58,8g, Błonnik 25,4g, Sól4,5g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z warzyw pieczonych 50 seler jajko got 1 szt jaja sałata zielona 20		j.w. kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 serek wiejski lekki 150 mleko	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw Energia 1775kcal, Białko 91,1g, Tłuszcz 57,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.39,2g, Węglowodany 207,8g, Cukry proste 30,1g, Błonnik 16,4g, Sól 4,5g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasza jagl na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja	Bulion warzyw 200 seler	Zupa koperkowa zmiks z żółtkiem 300 glut psz jajko seler	budyń ml 150 mleko glut psz	Zupa jarzynowa zmiks. 300 seler glut psz mleko	Mus owoc-warz 100
Wart odżyw. Energia 1972kcal, Białko 80,6g, Tłuszcz 125,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.51,2g, Węglowodany 156,9g, Cukry proste 29,1g, Błonnik 6,8g, Sól 1,3g						

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 0g **Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.**

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 makreli ze szczyp. 50 polędwica drob 30 soja mleko szpinak 20 papryka kons 50 gorcz mandarynka 120		Barszcz czerwony ukraiński z fasolą 300 mleko glut psz seler Ryż z jabłkami i cynamonem 300 jogurt owoc 150 mleko 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 pomidor. 150
Wart odżyw. Energia 2217kcal, Białko 80,6g, Tłuszcz 56,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,6g, Węglowodany 324,6g, Cukry proste 80,4g, Błonnik 25,8g, Sól 5,1g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica drob 30 soja mleko pomidor 80 sała lod 30 mandarynka 120		Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Ryż z jabłkami i cynamonem 300 jogurt owoc 150 mleko kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja sałata ziel 20 marchew tarta 30	Sok pomidor. 150
Wart odżyw. Energia 2207kcal, Białko 76,1g, Tłuszcz 49,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,7g, Węglowodany 326,7g, Cukry proste 80,4g, Błonnik 22,4g, Sól 4,5g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 polędwica drob 60 soja mleko sałata ziel.20	mandarynka 120	Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Ryż z jabłkami i cynamonem 300 jogurt owoc 150 mleko 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 2379kcal, Białko 124g, Tłuszcz 83,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,5g, Węglowodany 372,3g, Cukry proste 93,6g, Błonnik 21,7g, Sól 4,3g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica drob 30 soja mleko sałata ziel.20	Jabłko got 150	Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Ryż z jabłkami i cynamonem 300 jogurt owoc 150 mleko kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Tłuszcz.17,2g, Węglowodany 334,2g, Cukry proste 93,6g, Błonnik 19,3g, Sól 3,7g						
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 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica drob 30 soja mleko sałata ziel.20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 sopoc 30 soja	Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Ryż z jabłkami i cynamonem 300 jogurt natur. 150 mleko 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 2335kcal, Białko 77,2g, Tłuszcz 56,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,8g, Węglowodany 348,6g, Cukry proste 88,9g, Błonnik 19,3g, Sól 3,8g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica drob 30 soja mleko sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz sopocka 30 soja	Barszcz czerwony ukraiński z fasolą 300 mleko glut psz seler Ryż brązowy z jabłkami i cynamonem 300 jogurt natur. 150 mleko kompot wieloowocowy b/c 250	Sok pomidor. 150	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka kons 60 soja	Graha 30 glut psz żyt szynk dr 30 soja sał.ziel 20
Wart odżyw. Energia 2206kcal, Białko 84,1g, Tłuszcz 41,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,2g, Węglowodany 272,5g, Cukry proste 62,3g, Błonnik 31,2g, Sól 4,7g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica drob 30 soja mleko sałata lodowa 30		Barszcz czerwony ukraiński z fasolą 300 mleko glut psz seler Ryż brązowy z jabłkami i cynamonem 300 jogurt natur. 150 mleko ko		Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka kons 60 soja	Sok pomidor. 150
Wart odżyw. Energia 1815kcal, Białko 66,1g, Tłuszcz 33,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.17,7g, Węglowodany 240,1g, Cukry proste 58,4g, Błonnik 26,9g, Sól 3,2g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	zacierka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Barszcz 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 2022kcal, Białko 97,7g, Tłuszcz 125,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.53,4g, Węglowodany 114,3g, Cukry proste 37,1g, Błonnik 7,2g, Sól 1,4g						

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 Olawa

JADŁOSPIS na dzień 31.03.2024r

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 sos tatar. 50 jaja mleko gorc z szynka got 30 soja filet z indyka 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 kakao na ml 250 mleko	Ciasto świąt. 100 mleko glut psz jaja orzechy pomarańcza150	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko pieczone konwekc. 150 ziemniaki got 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 herbata owoc 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka drob. 30 soja schab piecz. 50 ćwikła z chrz 50 SO2 sał.lod 30	Skyr nat 140 mleko
Wart odżyw.	Energia 2511kcal, Białko 122,9g, Tłuszcz 114,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32g, Węglowodany 344,5g, Cukry proste 70,8g, Błonnik 29,8g, Sól 5,2g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko jajko got 1 szt jaja szynka got 30 soja filet z indyka 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 kakao na ml 250 mleko	Ciasto świąt. 100 mleko glut psz jaja orzechy pomarańcza150	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka drob. 30 soja schab piecz. 50 buraczki z jabłkiem 50 sałata lod. 30	Skyr nat 140 mleko
Wart odżyw.	Energia 2380kcal, Białko 123,7g, Tłuszcz 90,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,6g, Węglowodany 365,2g, Cukry proste 82,4g, Błonnik 23,8g, Sól 4,1g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko pasta z jajka got 1 szt jaja szynka got 30 soja filet z indyka 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 kakao na ml 250 mleko	Ciasto świąt. 100 mleko glut psz jaja orzech pomarańcza150	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 marchewka oprósz. 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob. 30 soja schab piecz. mielony 50	Skyr wanil.140 mleko
Wart odżyw.	Energia 2379kcal, Białko 124g, Tłuszcz 85,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,5g, Węglowodany 375,3g, Cukry proste 86,6g, Błonnik 21,3g, Sól 4,3g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko pasta z białka got 1 szt jaja szynka got 30 soja filet z indyka 30 soja sałata ziel 20 kakao na ml 250 mleko	Jabłko got 150 Ciasto świąt. 100 mleko glut psz jaja orzech	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 marchewka oprósz. 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob. 30 soja schab piecz. 50	Skyr nat 140 mleko
Wart odżyw.	Energia 2202kcal, Białko 129,2g, Tłuszcz 58,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,5g, Węglowodany 322,9g, Cukry proste 75,9g, Błonnik 21,3g, Sól 5g					
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 soja filet z indyka 30 soja sałata ziel 20 kakao na ml 250 mleko Ciasto świąt. 100 mleko glut psz jaja orzechy	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 marchewka oprósz. 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob. 30 soja schab piecz. 50	Skyr nat 140 mleko
Wart odżyw.	Energia 2483kcal, Białko 120,9g, Tłuszcz 94,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.35g, Węglowodany 372,5g, Cukry proste 77,6g, Błonnik 23,5g, Sól 4,7g					
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 jajko got 1 szt jaja szynka got 30 soja filet z indyka 30 soja sałata ziel 20 kakao na ml b/c 250 mleko ciasto świąt. 50 mleko glut psz jaja orzechy	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz ser żółty 30 mleko	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 herbata owoc 250	Skyr nat 140 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka drob. 30 soja schab piecz. 50 sałata.lod 30	Graha 30 glut psz żyt sopoc 30 soja sałata.lod 30
Wart odżyw.	Energia 2219kcal, Białko 138,1g, Tłuszcz 80,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,6g, Węglowodany 264,3g, Cukry proste 52,2g, Błonnik 23,3g, Sól 5,1g					
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 jajko got 1 szt jaja szynka got 30 soja filet z indyka 30 soja sałata ziel 20 kakao na ml b/c 250 mleko ciasto świąt. 50 mleko glut psz jaja orzechy		Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 herbata owoc 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka drob. 30 soja schab piecz. 50 sałata. lod 30	Skyr nat 140 mleko
Wart odżyw.	Energia 1929kcal, Białko 120,4g, Tłuszcz 70g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,3g, Węglowodany 213,4g, Cukry proste 48,7g, Błonnik 22,8g, Sól 4,1g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	manna na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	rosół zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Kisiel owoc. 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Skyr nat 140 mleko
Wart odżyw.	Energia 1955kcal, Białko 98,6g, Tłuszcz 127,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.55,5g, Węglowodany 209,1g, Cukry proste 21,3g, Błonnik 5,9g, Sól 0,9g					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. kisiel owoc z jabłkiem 170 Energia 87kcal, Białko 0,08g, Tłuszcz 0,08g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.0,04g, Węglowodany 20,6g, Cukry proste 12,7g, Błonnik 0,6g, Sól 0g **Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.**

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 1.04.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko kielbasa biała parz. 100 soja chrzan ze śmiet 50 SO2 ser żółty 30 soja kurczak got 30 soja rzodkiewka 30 sałata lodowa 30 kawa z ml 250 mleko glut jęczm żyt	Ciasto świąt. 100 mleko glut psz jaja orzechy kiwi 100	Pomidorowa z ryżem 300 mleko glut psz seler Kotlet z indyka smażony 110 mleko glut psz jaja ziemniaki got 200 surówka z kapusty pekińskiej z papryką i majonez. 120 jaja mleko gorc z kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 polędwica dr 30 soja mleko sopocka 30 soja papryka czerwona 50 sałata ziel .20	Mus owoc -warz.100
Wart odżyw.	Energia 2496kcal, Białko 108,6g, Tłuszcz 83,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,6g, Węglowodany 322,7g, Cukry proste 83,7g, Błonnik 24,5g, Sól 5,6g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko parówka wieprz 50 keczup 10 twarożek 50 mleko kurczak got 30 soja pomidor 80 sałata lodowa 30 kawa z ml 250 mleko glut jęczm żyt	Ciasto świąt. 100 mleko glut psz jaja orzechy kiwi 100	Pomidorowa z ryżem 300 mleko glut psz seler Pierś z indyka dusz w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia duszona 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 polędwica dr 30 soja mleko sopocka 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20	Mus owoc -warz.100
Wart odżyw.	Energia 2437kcal, Białko 100,5g, Tłuszcz 82,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,9g, Węglowodany 320,2g, Cukry proste 93,3g, Błonnik 17,4g, Sól 3,8g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko parówka wieprz 50 keczup 10 twarożek 50 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20 kawa z ml 250 mleko glut jęczm żyt	Ciasto świąt. 100 mleko glut psz jaja orzech kiwi 100	Pomidorowa z ryżem 300 mleko glut psz seler Pierś z indyka dusz siekana w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia duszona 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 polędwica dr 30 soja mleko sopocka 30 soja	Mus owoc -warz.100
Wart odżyw.	Energia 2437kcal, Białko 100,5g, Tłuszcz 82,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,8g, Węglowodany 312,2g, Cukry proste 93,2g, Błonnik 17,4g, Sól 3,8g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko twarożek 50 mleko kurczak got 60 soja sałata ziel 20 kawa z ml 250 mleko glut jęczm żyt	Jabłko got 150 Ciasto świąt. 100 mleko glut psz jaja orzech	Pomidorowa z ryżem 300 mleko glut psz seler Pierś z indyka dusz w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia duszona 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 polędwica dr 30 soja mleko sopocka 30 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2232kcal, Białko 102,8g, Tłuszcz 63,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,9g, Węglowodany 307,4g, Cukry proste 85,8g, Błonnik 19,7g, Sól 3,4g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko parówka wieprz 50 twarożek 50 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20 kawa z ml 250 mleko glut jęczm żyt Ciasto świąt. 100 mleko glut psz jaja orzechy	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 filet z ind 30 soja	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 polędwica dr 30 soja mleko sopocka 30 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2551kcal, Białko 110,1g, Tłuszcz 88g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34g, Węglowodany 317g, Cukry proste 92,8g, Błonnik 25,9g, Sól 4,7g					
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 jęczm żyt parówka wieprz 50 keczup 10 twarożek 50 mleko kurczak got 30 soja sałata lod 30 Ciasto świąt. 50 mleko glut psz jaja orzechy	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz filet z ind 30 soja	j.w. kompot wieloowocowy b/c 250	200 surówka z kapusty pekiń z papr. i majon. 120 jaja mleko gorc z	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 polędwica dr 30 soja sopocka 30 soja	Graham 30 glut psz żyt jajko 50 jaja sałata ziel 20
Wart odżyw.	Energia 2238kcal, Białko 114,2g, Tłuszcz 76,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,2g, Węglowodany 257,7g, Cukry proste 47g, Błonnik 32g, Sól 4,3g					
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 jęczm żyt twarożek 50 mleko kurczak got 60 soja sałata lod 30 Ciasto świąt. 50 mleko glut psz jaja orzechy		j.w. kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 polędwica dr 30 soja mleko sopocka 30 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 1965kcal, Białko 100,3g, Tłuszcz 63,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22,1g, Węglowodany 236,2g, Cukry proste 49,7g, Błonnik 28,5g, Sól 3g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	makaron na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa pomidorowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Jogurt nat 150 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Mus owoc -warz.100
Wart odżyw.	Energia 2020kcal, Białko 104g, Tłuszcz 128,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57,4g, Węglowodany 104,4g, Cukry proste 30,7g, Błonnik 6,7g, Sól 1,6g					

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.2,4g, Węglowodany 18g, Cukry proste 18g, Błonnik g, Sól 0,2g **Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.**

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 2.04.2024r.

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 pasztet piecz 50 soja glut psz szynka drob 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 mandarynka 120		żurek z wędliną i jajkiem 300 mleko glut psz glut żyt jaja seler makaron z serem i cukrem wanilin. 300 mleko glut psz jabłko 150 kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja ogórek ziel 50 szpinak 20	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2284kcal, Białko 106,3g, Tłuszcz 72,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,4g, Węglowodany 312g, Cukry proste 76,4g, Błonnik 21,8g, Sól 5,7g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 glut psz jaja soja seler mleko szynka drob 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 mandarynka 120		żurek z szynką i jajkiem 300 mleko glut psz glut żyt jaja seler makaron z serem i cukrem wanilin. 300 mleko glut psz jabłko 150 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 soja szynka got 60 soja pomidor 80 roszponka 20	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2230kcal, Białko 96,7g, Tłuszcz 57,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,7g, Węglowodany 293,3g, Cukry proste 66,3g, Błonnik 16,7g, Sól 4,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 glut psz jaja soja seler mleko szynka drob 30 soja sałata ziel 20	mandarynka 120	żurek z szynką i jajkiem 300 mleko glut psz glut żyt jaja seler makaron z serem i cukrem wanilin. 300 mleko glut psz jabłko got.150 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kisiel inst 150
Wart odżyw. Energia 2252kcal, Białko 94,5g, Tłuszcz 55,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,5g, Węglowodany 298,1g, Cukry proste 70,6g, Błonnik 15,4g, Sól 4,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło ¼ 10 mleko herbata 250 szynka drob 60 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Jarzynowa z mięsem 300 mleko glut psz seler makaron z serem i cukrem wanilin. 300 mleko glut psz jabłko got.150 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło ¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kisiel inst 150
Wart odżyw. Energia 2178kcal, Białko 94,5g, Tłuszcz 41,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,4g, Węglowodany 298,5g, Cukry proste 76,3g, Błonnik 18g, Sól 4,3g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka psz 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 glut psz jaja soja seler mleko szynka drob 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 szynka kons 30 soja	Jarzynowa z mięsem 300 mleko glut psz seler makaron z serem i cukrem wanilin. 300 mleko glut psz jabłko got.150 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kisiel inst 150
Wart odżyw. Energia 2353kcal, Białko 99,5g, Tłuszcz 64,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,5g, Węglowodany 311,9g, Cukry proste 74,8g, Błonnik 17,6g, Sól 5g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło ¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasztet dr 40 glut psz jaja soja seler mleko szynka drob 30 soja sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz szynka kons 30 soja	żurek z szynką i jajkiem 300 mleko glut psz glut żyt jaja 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 ¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got 60 soja	Graha 30 glut psz żyty kurcz got 30 soj roszpon20
Wart odżyw. Energia 2187kcal, Białko 112,5g, Tłuszcz 47,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22,2g, Węglowodany 268,9g, Cukry proste 56,4g, Błonnik 29,6g, Sól 6,9g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło ¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt szynka drob 60 soja sałata ziel 20		żurek z szynką i jajkiem 300 mleko glut psz glut żyt jaja seler makaron razowy z serem i cynamonem 300 mleko glut psz jabłko 150 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło ¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 soja	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 1808kcal, Białko 81,2g, Tłuszcz 44,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20g, Węglowodany 229,3g, Cukry proste 48,6g, Błonnik 26,7g, Sól 3,8g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasza jagl na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa żurek zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz żyt jajko seler	Sok pomid 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Kisiel inst 150
Wart odżyw. Energia 1911kcal, Białko 85,9g, Tłuszcz 121,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz 54,8g, Węglowodany 119,7g, Cukry proste 45,1g, Błonnik 7g, Sól 1g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. chałka 50 mleko glut psz jaja mleko 200 mleko **Wart odżyw.** Energia 270kcal, Białko 10,3g, 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 Olawa

JADŁOSPIS na dzień 3.04.2024r.

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 pasta z jaj ze szczypt 50 jaja szynka kons 30 soja papryka czerw 50 sałata lodowa 30 jabłko 150		Brokułowa 300 mleko glut psz seler Bitki wieprzowe duszone w sosie 80/100 glut psz kasza pęczak na sypko 200 glut jęczm sałatka z buraka i cebuli 120 woda z cytryną 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka pieczony 60 soja pomidor 80 rukola 20	kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2447kcal, Białko 100,2g, Tłuszcz 101,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.36,5g, Węglowodany 283,4g, Cukry proste 70,1g, Błonnik 33,6g, Sól 4,2g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj 50 jaja szynka kons 30 soja papryka czerw 50 sałata lodowa 30 jabłko 150		Brokułowa 300 mleko glut psz seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 glut psz mleko seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm buraczki oprósz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 soja filet z indyka pieczony 60 soja pomidor 80 sałata ziel. 20	kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2352kcal, Białko 103,1g, Tłuszcz 83,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,1g, Węglowodany 294,4g, Cukry proste 69,5g, Błonnik 27,8g, Sól 3,5g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj 50 jaja szynka kons 30 soja sałata ziel. 20	Jabłko got 150	Brokułowa 300 mleko glut psz seler Schab mielony duszony w sosie 90/100 glut psz mleko seler kasza jęczm 200 glut jęczm buraczki oprósz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka pieczony 60 soja	kefir nat 200 mleko + dżem 25
Wart odżyw. Energia 2369kcal, Białko 102,4g, Tłuszcz 83,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,1g, Węglowodany 300,3g, Cukry proste 75,9g, Błonnik 26,4g, Sól 3,4g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pasta z białka jaja 50 jaja szynka kons 30 soja sałata ziel. 20	Jabłko got 150	Brokułowa 300 mleko glut psz seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 glut psz mleko seler kasza jęczm 200 glut jęczm buraczki oprósz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka pieczony 60 soja	kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2205kcal, Białko 104,3g, Tłuszcz 65,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,1g, Węglowodany 291,9g, Cukry proste 67,4g, Błonnik 23,6g, Sól 3,8g						
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 pasta z jaj 50 jaja szynka kons 30 soja sałata ziel. 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 polędw dr 30 soja mle	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka pieczony 60 soja	kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2459kcal, Białko 110,3g, Tłuszcz 86,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,6g, Węglowodany 308g, Cukry proste 67,8g, Błonnik 27g, Sól 4,4g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z jaj 50 jaja szynka kons 30 soja sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz polędwica dr 30 soja mleko	j.w.	kefir nat 200 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 filet z indyka pieczony 60 soja	Graha 30 glut psz żyty szyn got 30 soj sał.ziel 20
Wart odżyw. Energia 2211kcal, Białko 113,1g, Tłuszcz 71g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,9g, Węglowodany 270g, Cukry proste 49,6g, Błonnik 32,9g, Sól 4,7g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z jaj 50 jaja szynka kons 30 soja sałata lodowa 30		j.w.		Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 filet z indyka pieczony 60 soja	kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 1870kcal, Białko 89,3g, Tłuszcz 64,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,8g, Węglowodany 229,9g, Cukry proste 36,4g, Błonnik 28,1g, Sól 3g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Lane ciasto 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	Galaretk owoc 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	kefir nat 200 mle
Wart odżyw. Energia 2029kcal, Białko 104,5g, Tłuszcz 135,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.59g, Węglowodany 129,2g, Cukry proste 29,2g, Błonnik 7,8g, Sól 1,6g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. galaretk owoc 150 **Wart odżyw.** Energia 70kcal, Białko 2,2g, Tłuszcz g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.g, Węglowodany 15g, Cukry proste 15g, Błonnik g, Sól g **Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.**

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 4.04.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z ciecierzycy z majeran. 50 sopocka 30 soja pomidor 80 roszonek 20 pomarańcza 100		Grysikowa 300 glut psz seler Kotlet pożarski z kurczaka smażony 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 mizeria ze śmietaną 120 mleko napój owoc 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 pasta z sera i tuńczyka 100 ryba mleko rzodkiewka 30 sałata lodowa 30	sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2261kcal, Białko 108,5g, Tłuszcz 88,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.37,6g, Węglowodany 267,5g, Cukry proste 59,2g, Błonnik 22,9g, Sól 3,3g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 galantyna z ind. 50 soja sopocka 30 soja pomidor 80 roszonek 20 pomarańcza 100		Grysikowa 300 glut psz seler Potrawka drobiowa 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z sera i tuńczyka 100 ryba mleko pomidor 80 sałata lodowa 30	sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2234kcal, Białko 106,4g, Tłuszcz 90,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.37,6g, Węglowodany 265,4g, Cukry proste 58,5g, Błonnik 18,9g, Sól 3,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 galantyna z ind. 50 soja sopocka 30 soja roszonek 20	pomarańcza 100	Grysikowa 300 glut psz seler Potrawka drobiowa 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 twarożek z koper. 100 mleko	Kisiel inst. 150
Wart odżyw. Energia 2259kcal, Białko 95,2g, Tłuszcz 91,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.37,4g, Węglowodany 281,5g, Cukry proste 62,9g, Błonnik 17,9g, Sól 3,4g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 galantyna z ind. 50 soja sopocka 30 soja roszonek 20	Jabłko got 150	Grysikowa 300 glut psz seler Potrawka drobiowa 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z sera i tuńczyka 100 ryba mleko	Kisiel inst. 150
Wart odżyw. Energia 2202kcal, Białko 100,1g, Tłuszcz 65,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,8g, Węglowodany 278,3g, Cukry proste 77,2g, Błonnik 16,8g, Sól 3,1g						
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 galantyna z ind. 50 soja sopocka 30 soja roszonek 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Grysikowa 300 glut psz seler Potrawka drobiowa 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z sera i tuńczyka 100 ryba mleko	Kisiel inst. 150
Wart odżyw. Energia 2356kcal, Białko 106,7g, Tłuszcz 84,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,3g, Węglowodany 295,5g, Cukry proste 83,3g, Błonnik 19g, Sól 3,2g						
Z ogranicz. łatwo pryswajalnych 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 galantyna z ind. 50 soja sopocka 30 soja roszonek 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz pasta z ciecierz z majeran. 50	Grysikowa 300 glut psz seler Potrawka drobiowa 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz kompot wieloowocowy b/c 250	sok warzywny 150 seler	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 pasta z sera i tuńczyka 100 ryba mleko	Graha 30 glut psz żyty paszt dr 40 glu psz jaja soja sel mle sał.lo
Wart odżyw. Energia 2203kcal, Białko 113,2g, Tłuszcz 70,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22,5g, Węglowodany 232,8g, Cukry proste 39,3g, Błonnik 28,2g, Sól 3,8g						
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 galantyna z ind. 50 soja sopocka 30 soja roszonek 20		Grysikowa 300 glut psz seler Potrawka drobiowa 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 pasta z sera i tuńczyka 100 ryba mleko	sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 1840kcal, Białko 96g, Tłuszcz 62,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,2g, Węglowodany 189,9g, Cukry proste 35,8g, Błonnik 22,4g, Sól 3,4g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	owsianka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut ows mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa grysikowa 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 warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 1934kcal, Białko 89,9g, Tłuszcz 145,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.66,3g, Węglowodany 112,4g, Cukry proste 29,8g, Błonnik 11g, Sól 0,7g						

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 0g **Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.**