

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 6.12.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	owsianka na ml 300 mleko Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z fasoli 50 szynka drob. 30 soja ogórek kons 50 gorcz roszponka 10 banan 180		Grysikowa 300 glut psz seler Ryba smażona 110 ryba glut psz jaja ziemniaki got 200 surówka z pora z jabłkiem 120 jaja mleko gorcz kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żył 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 2287kcal, Białko 98,4g, Tłuszcz 73,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,5g, Węglowodany 323,1g, w tym Cukry proste 85,8g, Błonnik 30,2g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	owsianka na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 paszтет dr 40 glut psz soja seler mleko szynka drob. 30 soja roszponka 10 pomidor banan 180		Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 marchewka oprósz.100 glut psz kompot wieloowocowy 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 2242kcal, Białko 93,3g, Tłuszcz 73,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,7g, Węglowodany 309g, w tym Cukry proste 83,9g, Błonnik 22,8g, Sól 7g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	owsianka na ml 300 mleko Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 paszтет dr 40 glut psz soja seler mleko szynka drob. 30 soja roszponka 10	banan 180	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 marchewka oprósz. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko+ dżem 25
Wart odżyw. Energia 2260kcal, Białko 93g, Tłuszcz 73,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27g, Węglowodany 314,3g, w tym Cukry proste 90,3g, Błonnik 21,2g, Sól 7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	owsianka na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 szynka drob. 30 soja sopočka 30 soja roszponka 10	Jabłko got 150	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 200 marchewka oprósz. 100 glut psz kompot wieloow. 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2190kcal, Białko 97,9g, Tłuszcz 57,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19g, Węglowodany 310,3g, w tym Cukry proste 80,3g, Błonnik 20,2g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	owsianka na ml 300 mleko Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 paszтет dr 40 glut psz soja seler mleko szynka drob. 30 soja roszponka 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 200 marchewka oprósz. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		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 2392kcal, Białko102 g, Tłuszcz 83,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,2g, Węglowodany 317,6g, w tym Cukry proste 78,7g, Błonnik 21,2g, 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 paszтет dr 40 glut psz soja seler mleko szynka drob. 30 soja roszponka 10	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 pasta z ciecierzycy 50	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 200 marchewka oprósz. 100 glut psz rukola z olejem 10 kompot wieloowocowy b/c 250	Kefir nat 200 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got 60 soja szynka got 60 soja	Graham30 glut psz żyt pasta z kurcz z jarz 50 sel
Wart odżyw. Energia 2189kcal, Białko 106,1g, Tłuszcz 70,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,9g, Węglowodany 256,9g, w tym Cukry proste 52,2g, Błonnik 34,7g, Sól 7,6g						
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 drob. 30 soja sopočka 30 soja roszponka 10		Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 200 marchewka oprósz. 100 glut psz rukola z olejem 10 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 1821kcal, Białko 88,7g, Tłuszcz 59,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,9g, Węglowodany 222,3g, w tym Cukry proste 46,7g, Błonnik 28,1g, Sól 7,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Owsiaka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Grysikowa 300 glut psz seler zmiks z mięsem i żółt. 300 glut psz jaja seler	Kefir 150 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	manna na ml 200 ml glut psz
Wart odżyw. Energia 2125kcal, Białko 111,7g, Tłuszcz 136,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57,1g, Węglowodany 107,6g, w tym Cukry proste 26,3g, Błonnik 9,2g, Sól 3,8g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. wafelek 40 **mleko glut psz jaja orzechy** **Wart odżyw.** Energia 220kcal, Białko 29g, Tłuszcz 13,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.7,2g, Węglowodany 22,4g, w tym Cukry proste 12g, Błonnik 0,3g, Sól 0,1g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 7.12..2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek ze szczyp. 80 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30 rukola 10 jabłko 150		Barszcz czerwony z fasolą 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 keczup 10 paróweczka drob 100 soja glut psz papryka kons 50 gor sałata lod. 30	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2316kcal, Białko 92g, Tłuszcze 71,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.32,3g, Węglowodany 302,7g, w tym Cukry proste 81,5g, Błonnik 27,3g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 jabłko 150		Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 keczup 10 paróweczka drob 100 soja glut psz pomidor 80 sałata lod. 30	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2271kcal, Białko 86,4g, Tłuszcze 64,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.31,8g, Węglowodany 311,1g, w tym Cukry proste 92,3g, Błonnik 18,7g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got150	Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 paróweczka drob 100 soja glut psz	Kisiel blysk. 150
Wart odżyw. Energia 2296kcal, Białko 83,9g, Tłuszcze 64,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.31,1g, Węglowodany 322,7g, w tym Cukry proste 98,6g, Błonnik 17,2g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (nisko-tłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z kurczaka z jarzynami 80 seler	Kisiel blysk. 150
Wart odżyw. Energia 2191kcal, Białko 83,5g, Tłuszcze 40,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.20,3g, Węglowodany 325,4g, w tym Cukry proste 98,9g, Błonnik 17,2g, Sól 7,3g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydzieli soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 kurczak got 30 soja	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 paróweczka drob 100 soja glut psz	Kisiel blysk. 150
Wart odżyw. Energia 2451kcal, Białko 92g, Tłuszcze 72,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.38g, Węglowodany 336,2g, w tym Cukry proste 94,5g, Błonnik 9,2g, Sól 7,4g						
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 twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 kurczak got 30 soja	Barszcz czerwony z fasolą 300 mleko glut psz seler Ryż brązowy zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250	Sok warzywny 150 seler	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 paróweczka drob 100 soja glut psz	Graham30 glut psz żyty kielb. żywiec 30 soj gorcz sał.zie 20
Wart odżyw. Energia 2206kcal, Białko 110,6g, Tłuszcze 59,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.26,7g, Węglowodany 266,6g, w tym Cukry proste 53,2g, Błonnik 37,2g, Sól 7,6g						
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 twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30		Barszcz czerwony z fasolą 300 mleko glut psz seler Ryż brązowy zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 pasta z kurczaka z jarzynami 80 seler	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 1808kcal, Białko 84,1g, Tłuszcze 43g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.20,8g, Węglowodany 239,7g, w tym Cukry proste 50g, Błonnik 32,1g, Sól 7,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Manna na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Barszcz czerwony 300 zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz glut żytni jaja seler	budyń ml 150 mle glut psz	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok warz 150 seler
Wart odżyw. Energia 2096kcal, Białko 107,7g, Tłuszcze 132,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.57,4g, Węglowodany 112,5g, w tym Cukry proste 31,5g, Błonnik 9,4g, Sól 4,7g						

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

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 8.12.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 kakao na ml 250 mleko filet z ind 30 soja jajko got 50 jaja ogórek ziel 50 szpinak 10 pomarańcza 100		pomidorowa z makar 300 glut psz seler mleko pierś z kurczaka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 mizeria ze śmietaną 120 mleko herbata owoc 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko .herbata 250 sopocka 60 soja marchew tarta z olejem 30 sałata ziel 20	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2244kcal, Białko 100,9g, Tłuszcz 84,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,9g, Węglowodany 271,7g, w tym Cukry proste 76,4g, Błonnik 25,7g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko filet z ind 30 soja kakao na ml 250 mleko filet z ind 30 soja jajko got 50 jaja pomidor 80 sałata lod 30 pomarańcza 100		pomidorowa z makar.300 glut psz seler mleko pierś z kurczaka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 sopocka 60 soja marchew tarta z olejem 30 sałata ziel 20	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2237kcal, Białko 97,3g, Tłuszcz 83,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,6g, Węglowodany 271,6g, w tym Cukry proste 80,1g, Błonnik 17,7g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko filet z ind 30 soja pasta z jaja 50 jaja sałata ziel 20	pomarańcza 100	pomidorowa z makar 300 glut psz seler mleko Potrawka z kurczaka 150 glut psz seler mleko 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 sopocka 60 soja	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2212kcal, Białko 99g, Tłuszcz 74,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,3g, Węglowodany 270,6g, w tym Cukry proste 79,4g, Błonnik 16g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko kakao na ml 250 mleko filet z ind 30 soja pasta z białka 50 jaja sałata ziel 20	Jabłko got 150	pomidorowa z makar.300 glut psz seler mleko pierś z kurczaka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz 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 sopocka 60 soja	Jabłko pieczone 150
Wart odżyw. Energia 2181kcal, Białko 96g, Tłuszcz 53,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,1g, Węglowodany 293,6g, w tym Cukry proste 87,6g, Błonnik 17,3g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko kakao na ml 250 mleko filet z ind 30 soja jajko got 50 jaja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 szynka kons 30 soja	pomidorowa z makar.300 glut psz seler mleko pierś z kurczaka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz 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 sopocka 60 soja	Jabłko pieczone 150
Wart odżyw. Energia 2344kcal, Białko 102,2g, Tłuszcz 79,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,6g, Węglowodany 298,2g, w tym Cukry proste 84,9g, Błonnik 21,7g, Sól 7,4g						
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 filet z ind 30 soja jajko got 50 jaja sałata lod 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 szynka kons 30 soja	pomidorowa z makar.300 glut psz seler mleko pierś z kurczaka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz mizeria z jogurtem nat 100 mleko herbata owoc 250	Marchew tarta z olejem 30	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 sopocka 60 soja	Graham30 glut psz żył szyn dr 30 soja sał.ziel.
Wart odżyw. Energia 2191kcal, Białko 109,7g, Tłuszcz 73,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,7g, Węglowodany 240,7g, w tym Cukry proste 44,9g, Błonnik 33,9g, Sól 7,6g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kakao na ml b/c 250 mleko filet z ind 30 soja jajko got 50 jaja sałata lod 30		pomidorowa z makar.300 glut psz seler mleko pierś z kurczaka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz mizeria z jogurtem nat 100 mleko herbata owoc 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 sopocka 60 soja	Marchew tarta z olejem 30
Wart odżyw. Energia 1824kcal, Białko 92,5g, Tłuszcz 67g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,8g, Węglowodany 212,2g, w tym Cukry proste 39,5g, Błonnik 29,8g, Sól 7,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Makaron na ml. zmiiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Pomidorowa 300 zmiiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler mleko	kisiel owoc 150	Zupa jarzynowa zmiiks. z mięsem 300 seler glut psz mle	Ryż na ml 200 mle
Wart odżyw. Energia 2148kcal, Białko 105,4g, Tłuszcz 133,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.55,8g, Węglowodany 125,2g, w tym Cukry proste 40,6g, Błonnik 6,1g, Sól 4,6g						

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

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 9.12.2024r.

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 ser biały krojony 50 mleko szynka got 30 soja rzodkiewka 30 roszponka 10 mandarynka 100		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Łazanki duszone z kapustą kiszoną i wędliną 350 soja gorcz glut psz kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 kurczak got 60 soja ogórek kisz 50 gorcz sałata lodowa 30	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2276kcal, Białko 90g, Tłuszcze 73,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,5g, Węglowodany 296,8g, w tym Cukry proste 65,1g, Błonnik 24,1g, Sól 7,4g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 ser biały krojony 50 mleko szynka got 30 soja pomidor 80 roszponka 10 mandarynka 100		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 kurczak got 60 soja pomidor 80 sałata lodowa 30	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2260kcal, Białko 86,6g, Tłuszcze 62,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,6g, Węglowodany 314,9g, w tym Cukry proste 67,4g, Błonnik 20,3g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 ser biały krojony 50 mleko szynka got 30 soja roszponka 10	mandarynka 100	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2286kcal, Białko 84g, Tłuszcze 60,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,9g, Węglowodany 328,5g, w tym Cukry proste 71,5g, Błonnik 19,5g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 ser biały krojony 50 mleko szynka got 30 soja roszponka 10	Jabłko got 150	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2190kcal, Białko 83,9g, Tłuszcze 47,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.17,2g, Węglowodany 328,8g, w tym Cukry proste 79g, Błonnik 18,6g, Sól 7,1g						
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 ser biały krojony 50 mleko szynka got 30 soja roszponka 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 pasztet dr 40 glut psz seler soja mle	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2413kcal, Białko 86,7g, Tłuszcze 73,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,9g, Węglowodany 342,9g, w tym Cukry proste 77,5g, Błonnik 19,2g, Sól 7,5g						
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 ser biały krojony 50 mleko szynka got 30 soja rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 pasztet dr 40 glut psz seler soja mle	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy b/c 250	Sok pomid 150	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 kurczak got 60 soja	Graham30 glut psz żył jajko got 50 jaja sał.lod 30
Wart odżyw. Energia 2192kcal, Białko 97g, Tłuszcze 63,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,8g, Węglowodany 260,8g, w tym Cukry proste 48,4g, Błonnik 33,1g, Sól 7,7g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył ser biały krojony 50 mle szynka got 30 soja rzodkiew 30		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 kurczak got 60 soja	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 1829kcal, Białko 78,8g, Tłuszcze 48,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.17,2g, Węglowodany 249,3g, w tym Cukry proste 44,4g, Błonnik 29,8g, Sól 7,2g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	manna na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Zupa jarzynowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	Sok pomid 150	Zupa ziemniaczana zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Makaron na ml 200 ml gl psz
Wart odżyw. Energia 2077kcal, Białko 93,4g, Tłuszcze 131,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.56,4g, Węglowodany 124,6g, w tym Cukry proste 32,5g, Błonnik 9,3g, Sól 3,8g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. deser z jogurtu nat. i galaretki 150 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 93kcal, Białko 3,2g, Tłuszcze 1,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.1g, Węglowodany 16,7g, w tym Cukry proste 15,7g, Błonnik 0g, Sól 0g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława
JADŁOSPIS na dzień 10.12.2024r.

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 makreli ze szczyp.50 ryba polędwica dr 30 soja mleko sałata ziel 20 papryka czerw 50 kiwi 100		krupnik 300 glut jęczm seler udko z kurczaka piecz. konwekc. 150 seler ziemniaki got.200 sałatka z buraka i ceb. 120 woda z cytryną 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko .herbata 250 szynka kons 60 soja pasta z groszku ziel 50 pomidor 80	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2305kcal, Białko 96,9g, Tłuszcz 78,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29g, Węglowodany 285,6g, w tym Cukry proste 73,6g, Błonnik 28,2g, Sól 7,3g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko pomidor 80 sałata ziel 20 kiwi 100		krupnik 300 glut jęczm seler udko z kurczaka dusz. w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja pasta warzywna 50 pomidor 80	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2263kcal, Białko 99,2g, Tłuszcz 64,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,4g, Węglowodany 297,4g, w tym Cukry proste 74g, Błonnik 26,7g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 mozarella 50 mleko polędwica dr 30 soja mleko sałata ziel 20	Kiwi 100	krupnik 300 glut jęczm seler udko z kurczaka dusz. w sosie 150/100 mleko glut psz seler iemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko + dżem 25
Wart odżyw. Energia 2316kcal, Białko 101,4g, Tłuszcz 74,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,1g, Węglowodany 299,6g, w tym Cukry proste 77,9g, Błonnik 23,3g, Sól 7,3g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko sałata ziel 20	Jabłko got 150	krupnik 300 glut jęczm seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 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 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2188kcal, Białko 96,7g, Tłuszcz 49,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,5g, Węglowodany 303,6g, w tym Cukry proste 78,7g, Błonnik 21,1g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	krupnik 300 glut jęczm seler udko z kurczaka dusz. w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2405kcal, Białko 106,2g, Tłuszcz 71,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,2g, Węglowodany 314,4g, w tym Cukry proste 76g, Błonnik 22,7g, Sól 7,4g						
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 jęczm żyt pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko papryka czerw 50	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 mozarella 30 mleko	krupnik 300 glut jęczm seler udko z kurczaka dusz. w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 roszponka z olejem 20 glut psz woda z cytryną 250	Jogurt nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka kons 60 soja	Graham30 glut psz żyt filet z 30 soja sał ziel 20
Wart odżyw. Energia 2202kcal, Białko 112g, Tłuszcz 60,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,6g, Węglowodany 250,6g, w tym Cukry proste 49,7g, Błonnik 36,7g, Sól 7,6g						
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 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko papryka czerw 50		krupnik 300 glut jęczm seler udko z kurczaka dusz. w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 roszponka z olejem 20 glut psz woda z cytryną 250		Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1817kcal, Białko 89,5g, Tłuszcz 52,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,8g, Węglowodany 218,8g, w tym Cukry proste 44g, Błonnik 30,9g, Sól 7,3g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	makaron na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	krupnik zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut jęczm jaja seler	Mus owoc – warzyw 100	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Jogurt nat 150 mle
Wart odżyw. Energia 2056kcal, Białko 102,3g, Tłuszcz 132,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.55,8g, Węglowodany 111g, w tym Cukry proste 30,7g, Błonnik 10,2g, Sól 3,7g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. mus owoc-warzyw. 100 **Wart odżyw.** Energia 72kcal, Białko 0,6g, Tłuszcz 0,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.0g, Węglowodany 16g, w tym Cukry proste 15g, Błonnik 1,2g, Sól 0g
Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 11.12.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Płatki kukur.na ml 300 mleko Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 jajecznicza na parze ze szczyp 70 jaja sopočka 30 soja sałata lod. 30 ogórek ziel 50 jabłko 150		Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 surówka z czerw. kapusty z olejem 120 gorcz kompot wielooowoc. 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żył 40 glut psz żył jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka drob 60 soja rzodkiewka 30 rukola 10	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2374kcal, Białko 109,5g, Tłuszcz 79g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,4g, Węglowodany 291,7g, w tym Cukry proste 73,9g, Błonnik 24,2g, Sól 7,3g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Płatki kukur.na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajecznicza na parze 70 jaja sopočka 30 soja sałata lod. 30 pomidor 80 jabłko 150		Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 kompot wielooowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka drob 60 soja pomidor 80 roszponka 10	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2273kcal, Białko 109,3g, Tłuszcz 67,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,2g, Węglowodany 295,7g, w tym Cukry proste 75,5g, Błonnik 22,8g, Sól 7,1g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Płatki kukur.na ml 300 mleko Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajecznicza na parze 70 jaja sopočka 30 soja roszonek 10	jabłko got 150	Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 kompot wielooowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Skyr wanil. 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2279kcal, Białko 105,1g, Tłuszcz 67,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,1g, Węglowodany 301,7g, w tym Cukry proste 82,3g, Błonnik 21,4g, Sól 7g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Płatki kukur.na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 jajecznicza na parze 70 jaja sopočka 30 soja roszonek 10	Jabłko got 150	Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 kompot wielooowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2197kcal, Białko 110g, Tłuszcz 54,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,4g, Węglowodany 296,5g, w tym Cukry proste 74,2g, Błonnik 20,4g, Sól 7,2g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Płatki kukur.na ml 300 mleko Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 jajecznicza na parze 70 jaja sopočka 30 soja roszonek 10	Bułka psz 30 Bułka psz masło 10 mleko jabłko got 150 filet z ind 30 soja	Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 kompot wielooowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2434kcal, Białko 117,2g, Tłuszcz 76,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,8g, Węglowodany 308,5g, w tym Cukry proste 73,8g, Błonnik 22g, Sól 7,4g					
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył jajecznicza na parze 70 jaja sopočka 30 soja sałata lod 30	Graham 30 glut psz żył ogórek ziel 50 filet z ind 30 soja	Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 surówka z czerw. kapusty z olejem 120 gorcz kompot wielooowoc. b/c 250	Skyr nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka drob 60 soja	Graham30 glut psz żył tofu 30 soja rukola 10
Wart odżyw.	Energia 2204 kcal, Białko 119,8g, Tłuszcz 68,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,9g, Węglowodany 250,7g, w tym Cukry proste 45,4g, Błonnik 35,2g, Sól 7,5g					
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył jajecznicza na parze 70 jaja sopočka 30 soja sałata lod 30		Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 surówka z czerw. kapusty z olejem 120 gorcz kompot wielooowoc. b/c 250		Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka drob 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 1897kcal, Białko 100,3g, Tłuszcz 63,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,4g, Węglowodany 214,3g, w tym Cukry proste 41,1g, Błonnik 29,4g, Sól 7,1g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Płatki kukur. na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Zupa szpinakowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	biszkopty 30 glut psz jaja mleko 200 ml	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	manna na ml200 glu psz mle
Wart odżyw.	Energia 2166kcal, Białko 113,1g, Tłuszcz 133,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57g, Węglowodany 138,3g, w tym Cukry proste 20,6g, Błonnik 8,6g, Sól 4,5g					

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

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 12.12..2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 ser żółty 30 mleko galantyna z ind 50 soja pomidor 80 sał. ziel 20 mandarynka 100		grochowa 300 glut psz seler Bouet strogonoff z wieprz duszony 180 mleko glut psz seler kasza pęczak na sypko 200 glut jęczm sałatka z ogórka kisz z olejem 120 gorcz kisiel do picia 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 kiełbasa szyn. 60 soja papryka kons 50 gorcz sałata lod. 30	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2442kcal, Białko 115,7g, Tłuszcz 87,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,8g, Węglowodany 316,4g, w tym Cukry proste 61,2g, Błonnik 33,4g, Sól 7,3g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarożek 50 mleko galantyna z ind 50 soja pomidor 80 sałata ziel 20 mandarynka 100		kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz kisiel do picia 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja pomidor 80 sałata lod. 30	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2272kcal, Białko 95,5g, Tłuszcz 89g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,9g, Węglowodany 293,1g, w tym Cukry proste 66,5g, Błonnik 29,2g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarożek 50 mleko paróweczka dr 50 soja glut psz sałata ziel 20	mandarynka 100	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. siekane duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz kisiel do picia 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2327kcal, Białko 96,1g, Tłuszcz 89,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,3g, Węglowodany 299,7g, w tym Cukry proste 63g, Błonnik 24,3g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 twarożek 50 mleko galantyna z ind 50 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz kisiel 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2205kcal, Białko 100,9g, Tłuszcz 66,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22,4g, Węglowodany 306,2g, w tym Cukry proste 71,2g, Błonnik 24,2g, Sól 7,3g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 twarożek 50 mleko galantyna z ind 50 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 jajko jaja	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz kisiel do picia 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2468kcal, Białko 103,3g, Tłuszcz 96,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.38,8g, Węglowodany 316,5g, w tym Cukry proste 70,1g, Błonnik 25,1g, Sól 7,5g						
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 twarożek 50 mleko galantyna z ind 50 soja sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 jajko jaja	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz sałatka z ogórka kisz z olejem 120 gorcz kompot wielooowoc b/c 250	Sok warzyw 150 seler	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got 60 soja	Graham30 glut psz żyty parów 50 soja glut psz sał.lod 30
Wart odżyw. Energia 2262kcal, Białko 107,7g, Tłuszcz 96g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,1g, Węglowodany 255,5g, w tym Cukry proste 43,2g, Błonnik 38g, Sól 7,7g						
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 twarożek 50 mleko galantyna z ind 50 soja sałata ziel 20		kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz sałatka z ogórka kisz z olejem 120 gorcz kompot wielooowoc b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 soja	Sok warzyw 150 seler
Wart odżyw. Energia 1883kcal, Białko 91,6g, Tłuszcz 73,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22g, Węglowodany 225,5g, w tym Cukry proste 38,7g, Błonnik 34,5g, Sól 7,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	zacierka na ml na ml. zmiłs z żółtkiem i masłem 300 glut mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa kalafiorowa zmiłs z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Sok warzyw 150 seler	Zupa jarzynowa zmiłs. z mięsem 300 seler glut psz	Ryż na ml 200 mle
Wart odżyw. Energia 2084kcal, Białko 97,8g, Tłuszcz 134,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.58,8g, Węglowodany 124,9g, w tym Cukry proste 19,9g, Błonnik 9g, Sól 5,2g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. jogurt owoc 150 **mleko****Wart odżyw.** Energia 123kcal, Białko 4,2g, Tłuszcz 3,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.2,4g,

Węglowodany 18g, w tym Cukry proste 18g, Błonnik 0g, Sól 0,2g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.