

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 7.06.2024r.

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 szczyb 50 jaja szynka got 30 soja roszponka 20 pomidor 80 banan 180		Krupnik jęczmienny 300 glut jęczm seler Ryba smażona 100 ryba mleko glut psz ziemniaki got 200 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 połędwica z indyka 60 soja mle sałata ziel 20 ogórek ziel 50	Kefir 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2285kcal, Białko 102,2g, Tłuszcz 77,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29g, Węglowodany 307,2g, Cukry proste 84,7g, Błonnik 26,8g, Sól 6,2g					
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 got 30 soja roszponka 20 pomidor 80 banan 180		Krupnik jęczmienny 300 glut jęczm seler Ryba dusz w sosie koper.80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 połędwica z indyka 60 soja mleko sałata ziel 20 pomidor 80	Kefir 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2226kcal, Białko 97,5g, Tłuszcz 70,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,3g, Węglowodany 306,7g, Cukry proste 86,8g, Błonnik 21,2g, Sól 6g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (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 got 30 soja roszponka 20	Banan 180	Krupnik jęczmienny 300 glut jęczm seler Ryba dusz w sosie koper.80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 marchewka got z olejem 100 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica z indyka 60 soja mleko	Kefir 150 mleko + dżem 25
Wart odżyw.	Energia 2220kcal, Białko 96,7g, Tłuszcz 70,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,3g, Węglowodany 305,4g, Cukry proste 86,7g, Błonnik 18,5g, Sól 5,5g					
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 białka 50 jaja szynka got 30 soja roszponka 20	Jabłko got 150	Krupnik jęczmienny 300 glut jęczm seler Ryba dusz w sosie koper.80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 marchewka got z olejem 100 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica z indyka 60 soja mleko	Kefir 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2188kcal, Białko 97,7g, Tłuszcz 53,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,8g, Węglowodany 311,4g, Cukry proste 95,7g, Błonnik 16g, Sól 5,6g					
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 jaj 50 jaja szynka got 30 soja roszponka 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Krupnik jęczmienny 300 glut jęczm seler Ryba dusz w sosie koper.80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 marchewka got z olejem 100 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica z indyka 60 soja mleko	Kefir 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2357kcal, Białko 105,5g, Tłuszcz 80g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 33,9g, Węglowodany 316,7g, Cukry proste 84,1g, Błonnik 18,5g, Sól 5,6g					
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 pasta z jaj 50 jaja szynka got 30 soja roszponka 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz ser żółty 30 mleko	Krupnik jęczmienny 300 glut jęczm seler Ryba dusz w sosie koper.80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowocowy b/c 250	Kefir 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 połędwica z indyka 60 soja mleko	Graham30 glut psz żyt szyn kon 30 soj sał.ziel 20
Wart odżyw.	Energia 2172kcal, Białko 107,7g, Tłuszcz 68,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,7g, Węglowodany 246,4g, Cukry proste 55,5g, Błonnik 35g, 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 pasta z jaj 50 jaja szynka got 30 soja roszponka 20		Krupnik jęczmienny 300 glut jęczm seler Ryba dusz w sosie koper.80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 połędwica z indyka 60 soja mleko	Kefir 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 1839kcal, Białko 88,7g, Tłuszcz 57,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,9g, Węglowodany 222,2g, Cukry proste 48,5g, Błonnik 31g, Sól 5,3g					
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	biszkopty 30 glut psz jaja mleko200 mle	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Kefir 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2193kcal, Białko 112,5g, Tłuszcz 137,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57g, Węglowodany 120,6g, Cukry proste 38,8g, Błonnik 4,6g, Sól 2,6g					

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

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 8.06.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek ze szcz 80 mleko kurczak got 30 soja sałata lodowa 30 rzodkiewka 30 jabłko 150		Grochowa z wędliną 300 glut psz soja seler Ryż got. z polewą truskawkową 300 skyr nat. 150 mleko woda z cytryną 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 sopocka 60 soja szpinak 20 papryka kons 50 gorcz	Chałka 50 mle jaja glut psz herbata owoc 250
Wart odżyw.	Energia 2334kcal, Białko 110,6g, Tłuszcz 71,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,1g, Węglowodany 336,4g, Cukry proste 79,6g, Błonnik 18,6g, Sól 6,6g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja sałata lodowa 30 pomidor 80 jabłko 150		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Ryż got. z polewą truskawkową 300 skyr nat. 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 sopocka 60 soja rozszponka 20 pomidor 80	Chałka 50 mle jaja glut psz herbata owoc 250
Wart odżyw.	Energia 2244kcal, Białko 97,4g, Tłuszcz 47,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,4g, Węglowodany 328,8g, Cukry proste 88,8g, Błonnik 17,3g, Sól 6,2g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja roszponka 20	jabłko got 150	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Ryż got. z polewą truskawkową 300 skyr wanil. 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Chałka 50 mle jaja glut psz herbata owoc 250
Wart odżyw.	Energia 2250kcal, Białko 93,2g, Tłuszcz 47,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26g, Węglowodany 332,8g, Cukry proste 96,3g, Błonnik 15,9g, Sól 5,9g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja rozszponka 20	Jabłko got 150	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Ryż got. z polewą truskawkową 300 skyr nat. 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Chałka 50 mle jaja glut psz herbata owoc 250
Wart odżyw.	Energia 2181kcal, Białko 94,6g, Tłuszcz 36,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,4g, Węglowodany 322,8g, Cukry proste 89,8g, Błonnik 15,7g, Sól 5,9g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 glut psz masło ¹⁵ mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja roszponka 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 jajko got 50 jaja	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Ryż got. z polewą truskawkową 300 skyr nat. 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Chałka 50 mle jaja glut psz herbata owoc 250
Wart odżyw.	Energia 2426kcal, Białko 104,6g, Tłuszcz 61,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,6g, Węglowodany 338,7g, Cukry proste 87,4g, Błonnik 15,4g, Sól 6,3g					
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 twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz jajko got 50 jaja	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Ryż brązowy got. z polewą truskawkową b/c 300 skyr nat. 150 mleko woda z cytryną 250	Sok pomid 150	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 sopocka 60 soja	Graham 30 glut psz żyt tofu 30 soj szpin
Wart odżyw.	Energia 2186kcal, Białko 109,5g, Tłuszcz 45,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,8g, Węglowodany 267,8g, Cukry proste 48,2g, Błonnik 35,4g, Sól 6,5g					
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 twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja sałata lodowa 30		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Ryż brązowy got. z polewą truskawkową b/c 300 skyr nat. 150 mleko woda z cytryną 250		Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 sopocka 60 soja	Sok pomid 150
Wart odżyw.	Energia 1799kcal, Białko 95,9g, Tłuszcz 35,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.16,5g, Węglowodany 221,4g, Cukry proste 43,4g, Błonnik 29g, Sól 5,6g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	ryż na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa jarzynowa 300 zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Kisiel owoc 150	Zupa ziemniaczana zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Manna na ml200 mle glu psz
Wart odżyw.	Energia 2029kcal, Białko 85,2g, Tłuszcz 127,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.55,8g, Węglowodany 126,1g, Cukry proste 21g, Błonnik 7,7g, Sól 2,9g					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. kisiel owoc z jabłkiem 170 Energia 88kcal, Białko 0,08g, Tłuszcz 0,08g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.0,04g, Węglowodany 20,6g, Cukry proste 12,5g, Błonnik 0,6g, Sól g
Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 9.06.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko kakao z ml 250 mleko pasta z makreli ze szczyp.50 ryba szynka kons 50 soja sałata ziel 20 pomidor 80 arbuz 150		Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Kotlet mielony wieprzowy smażony 100 glut psz jaja ziemniaki got. 200 sałatka z buraka i cebuli z olejem 130 herbata owoc 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 filet z ind. wędz. 60 soja sał.lod 30 marchew tarta 30	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2242kcal, Białko 104,2g, Tłuszcz 85,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,1g, Węglowodany 279,6g, Cukry proste 80,2g, Błonnik 24,4g, Sól 6,3g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko kakao z ml 250 mleko pasta z tuńczyka 50 ryba szynka kons 50 soja sałata ziel 20 pomidor 80 arbuz 150		Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 glut psz mleko seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz.100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 filet z ind. wędz. 60 soja sał.lod 30 marchew tarta 30	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2216kcal, Białko 103,5g, Tłuszcz 78,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,7g, Węglowodany 277g, Cukry proste 79,9g, Błonnik 17,4g, Sól 6g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kakao z ml 250 mleko szynka kons 50 soja dżem 25 pomidor b/sk 100	arbuz 150	Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Bitki schabowe siekane duszone w sosie 90/100 glut psz mleko seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz.100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z ind. wędz. 60 soja marchew drobno tarta 30	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2199kcal, Białko 89,3g, Tłuszcz 77,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31g, Węglowodany 288,9g, Cukry proste 89,5g, Błonnik 16,7g, Sól 5,5g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko kakao z ml 250 mleko pasta z tuńczyka 50 ryba szynka kons 50 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 glut psz mleko seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz.100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z ind. wędz. 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2177kcal, Białko 100,7g, Tłuszcz 68,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,4g, Węglowodany 295,7g, Cukry proste 88,5g, Błonnik 17,1g, Sól 6g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko kakao z ml 250 mleko pasta z tuńczyka 50 ryba szynka kons 50 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 połędw dr 30 soja mle	Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 glut psz mleko seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz.100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z ind. wędz. 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2308kcal, Białko 108,6g, Tłuszcz 86,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.38,2g, Węglowodany 300,8g, Cukry proste 85,6g, Błonnik 18,6g, Sól 6,6g					
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kakao z ml b/c 250 mleko pasta z tuńczyka 50 ryba szynka kons 50 soja sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 połędw dr 30 soja mle	Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 glut psz mleko seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz.100 glut psz marchew tarta z olejem 30 herbata owoc b/c 250	Jogurt nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 filet z ind. wędz. 60 soja	Graham30 glut psz żyt szyn got 30 soj sał.lod 30
Wart odżyw.	Energia 2178kcal, Białko 118,8g, Tłuszcz 76,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,5g, Węglowodany 260,1g, Cukry proste 53,4g, Błonnik 34,5g, Sól 6,7g					
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kakao z ml b/c 250 mleko pasta z tuńczyka 50 ryba sałata ziel 20		Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 glut psz mleko seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz.100 glut psz marchew tarta z olejem 30 herbata owoc b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 filet z ind. wędz. 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 1795kcal, Białko 97,4g, Tłuszcz 69,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,2g, Węglowodany 220,5g, Cukry proste 47g, Błonnik 29,9g, Sól 5,7g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Makaron na ml. zmiiks z żółtkiem i masłem 300 mleko glut psz jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa szpinakowa 300 zmiiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler mleko	mus owoc – warzyw. 100	Zupa jarzynowa zmiiks. z mięsem 300 seler glut psz	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2039kcal, Białko 94,5g, Tłuszcz 133,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.59,8g, Węglowodany 118,5g, Cukry proste 39g, Błonnik 6,7g, Sól 2,7g					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. mus owoc –warzyw. 100 Energia 58kcal, Białko 0,6g, Tłuszcz 0,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.0,05g, Węglowodany 12,2g, Cukry proste 11,5g, Błonnik 1,7g, Sól g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 10.06.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z ciecierzycy 50 polędwica drob. 30 soja mleko rukola 20 ogórek kisz 50 gorcz truskawki 100		Pomidorowa z ryżem 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka dusz w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 kapusta młoda dusz z olejem 120 kompot wielooowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja rzodkiewka 30 sałata ziel 20	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw.	Energia 2229kcal, Białko 94,2g, Tłuszcze 78,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,7g, Węglowodany 292,3g, Cukry proste 60,3g, Błonnik 23,6g, Sól 6,8g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 parówka wieprz 50 polędwica drob. 30 soja mleko roszponka 20 pomidor 80 truskawki 100		Pomidorowa z ryżem 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka dusz w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 cukinia dusz z olejem 100 glut psz kompot wielooowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja jarzynka z pieca 50 sałata ziel 20	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw.	Energia 2262kcal, Białko 97,7g, Tłuszcze 77,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,6g, Węglowodany 284,5g, Cukry proste 56,6g, Błonnik 17,6g, Sól 6,6g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 parówka wieprz 50 polędwica drob. 30 soja mleko pasta warzywna 50	truskawki 100	Pomidorowa z ryżem 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka siekana dusz w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 cukinia dusz z olejem 100 glut psz kompot wielooowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kisiel błysk owoc 150
Wart odżyw.	Energia 2264kcal, Białko 95,6g, Tłuszcze 76,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,4g, Węglowodany 298,3g, Cukry proste 66,5g, Błonnik 15,4g, Sól 6g					
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 polędwica drob. 30 soja mleko dzem 25 pasta warzywna 50	Jabłko got 150	Pomidorowa z ryżem 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka siekana dusz w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 cukinia dusz z olejem 100 glut psz kompot wielooowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kisiel błysk. owoc 150
Wart odżyw.	Energia 2170kcal, Białko 88,4g, Tłuszcze 52,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.17,5g, Węglowodany 322,9g, Cukry proste 87,3g, Błonnik 14,2g, Sól 5,4g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 parówka wieprz 50 polędwica drob. 30 soja mleko pasta warzywna 50	Bułka psz 30 Bułka psz 100 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser b 50 mleko	Pomidorowa z ryżem 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka siekana dusz w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 cukinia dusz z olejem 100 glut psz kompot wielooowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kisiel błysk. owoc 150
Wart odżyw.	Energia 2420kcal, Białko 103,3g, Tłuszcze 85,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.36g, Węglowodany 321,2g, Cukry proste 76,7g, Błonnik 15,5g, Sól 6,4g					
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 parówka wieprz 50 polędwica drob. 30 soja mleko rukola 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 pasta z ciecierzycy 50	Pomidorowa z ryżem 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka siekana dusz w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 cukinia dusz 100 glut psz sur z młodej kapus. z olejem 120 kompot wielooowoc. b/c 250	Sok warzywny 150 seler	Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got 60 soja	Graham 30 glut psz żył ser b 50 mleko sal.ziel 20
Wart odżyw.	Energia 2210kcal, Białko 108,8g, Tłuszcze 78,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,4g, Węglowodany 266,5g, Cukry proste 49,5g, Błonnik 35,4g, Sól 6,9g					
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żył masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył polędwica drob. 30 soja mleko ser biały 50 mleko rukola 20		Pomidorowa z ryżem 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka siekana dusz w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 cukinia dusz 100 glut psz sur z młodej kapus. z olejem 120 kompot wielooowoc. b/c 250		Graham 80 glut psz żył masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 soja	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw.	Energia 1830kcal, Białko 91,5g, Tłuszcze 63,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,5g, Węglowodany 222,1g, Cukry proste 43,2g, Błonnik 29,8g, Sól 6g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	makaron na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa pomidorowa 300 zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	budyń ml 150 mle glut psz	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok warz 150 seler
Wart odżyw.	Energia 2005kcal, Białko 85,6g, Tłuszcze 128,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57,6g, Węglowodany 109,4g, Cukry proste 24,3g, Błonnik 5,4g, Sól 3,8g					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. budyń ml 150 **mleko glut psz** Energia 84kcal, Białko 3,1g, Tłuszcze 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 11.06.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 jajecznic na parze 70 jaja sopočka 30 soja szpinak 20 papryka czerw 50 pomarańcza 150		Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Gulasz bogracz z indyka dusz.z czerwona fasolą 180 mleko glut psz seler makaron razowy got. 200 glut psz woda z cytr.250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka drob. 60 soja roszonek 20 pomidor 80	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2312kcal, Białko 115,5g, Tłuszcz 78,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,1g, Węglowodany 268,8g, Cukry proste 53,4g, Błonnik 22,3g, Sól 5,9g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajecznic na parze 70 jaja sopočka 30 soja sałata ziel 20 pomidor 80 pomarańcza 150		Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Gulasz z indyka duszony z jarzynami 180 mleko glut psz seler makaron got 200 glut psz woda z cytr.250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka drob. 60 soja roszonek 20 pomidor 80	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2251kcal, Białko 109,9g, Tłuszcz 70,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,7g, Węglowodany 292,2g, Cukry proste 64,3g, Błonnik 19,5g, Sól 5,3g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajecznic na parze 70 jaja sopočka 30 soja sałata ziel 20	pomarańcza 150	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka duszony z jarzynami 180 mleko glut psz seler makaron 200 glut psz woda z cytr.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 2257kcal, Białko 103,4g, Tłuszcz 70,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,1g, Węglowodany 294,4g, Cukry proste 71,1g, Błonnik 17,2g, Sól 5,2g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pasta z białka 50 jaja sopočka 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka duszony z jarzynami 180 mleko glut psz seler makaron 200 glut psz woda z cytr.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 2195kcal, Białko 11,7g, Tłuszcz 47,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.16,7g, Węglowodany 297,3g, Cukry proste 72,4g, Błonnik 15,4g, Sól 5,3g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 jajecznic na parze 70 jaja sopočka 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 filet z ind 30 soja	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka duszony z jarzynami 180 mleko glut psz seler makaron 200 glut psz woda z cytr.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 2432kcal, Białko 114,5g, Tłuszcz 79,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,9g, Węglowodany 303,9g, Cukry proste 68,2g, Błonnik 17,7g, Sól 5,9g					
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 jajecznic na parze 70 jaja sopočka 30 soja szpinak 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 filet z ind 30 soja	Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Gulasz bogracz z indyka dusz.z czerwona fasolą 180 mleko glut psz makaron razowy 200 glut psz roszonek z olejem 20 woda z cytr. 250	Skyr nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka drob. 60 soja	Graham30 glut psz żyt parów 50 roszo 20
Wart odżyw.	Energia 2219kcal, Białko 124,9g, Tłuszcz 78,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,6g, Węglowodany 240,7g, Cukry proste 39,5g, Błonnik 25,9g, Sól 6,8g					
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 jajecznic na parze 70 jaja sopočka 30 soja szpinak 20		Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Gulasz bogracz z indyka dusz.z czerwona fasolą 180 mleko glut psz makaron razowy 200 glut psz roszonek z olejem 20 woda z cytr. 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka drob. 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 1903kcal, Białko 106,5g, Tłuszcz 64,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,2g, Węglowodany 211,2g, Cukry proste 35,8g, Błonnik 21,5g, Sól 5,3g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasza jęczm na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut jęcz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	żurek zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz glut żytni jajko seler	Sucharki 30 mle 200 soj mle glu psz	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2042kcal, Białko 104,9g, Tłuszcz 127,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.56g, Węglowodany 121,4g, Cukry proste 24,8g, Błonnik 7,4g, Sól 3,1g					

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

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława
JADŁOSPIS na dzień 12.06.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 serek wiejski 150 mleko filet z ind piecz 30 soja rzodkiewka 30 sałata lodowa 30 jabłko 150		Grysikowa 300 glut psz seler Wątróbka drob duszona 180 glut psz ziemniaki got 200 mizeria ze śmietaną 120 mleko kompot wielowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 schab pieczony własny 60 seler ćwikła z chrz 50 SO2 sałata ziel 20	Mus owoc warz 100
Wart odżyw.	Energia 2267kcal, Białko 104,1g, Tłuszcze 88,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,7g, Węglowodany 288,3g, Cukry proste 81,4g, Błonnik 27,7g, Sól 6,3g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 serek wiejski 150 mleko filet z ind piecz 30 soja pomidor 80 sałata lodowa 30 jabłko 150		Grysikowa 300 glut psz seler Potrawka drobiowa dusz. 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olejem 100 kompot wielowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 schab pieczony własny 60 seler buraczki z jabłkiem 50 sałata ziel 20	Mus owoc warz 100
Wart odżyw.	Energia 2335kcal, Białko 100,8g, Tłuszcze 90,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32g, Węglowodany 293,7g, Cukry proste 82,8g, Błonnik 23,4g, Sól 6,1g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 serek wiejski 150 mleko filet z ind piecz 30 soja sałata ziel 20	jabłko got.150	Grysikowa 300 glut psz seler Potrawka drobiowa dusz. 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olejem 100 kompot wielowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 schab pieczony własny mielony 60 seler	Mus owoc warz 100
Wart odżyw.	Energia 2256kcal, Białko 99,9g, Tłuszcze 85,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,5g, Węglowodany 286,5g, Cukry proste 77,3g, Błonnik 18,4g, Sól 5,9g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 serek wiejski 150 mleko filet z ind piecz 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Grysikowa 300 glut psz seler Potrawka drobiowa dusz.180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olejem 100 kompot wielowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 schab pieczony własny 60 seler	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2206kcal, Białko 104,4g, Tłuszcze 78g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,5g, Węglowodany 285,5g, Cukry proste 74,5g, Błonnik 16,7g, Sól 6g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 serek wiejski 150 mleko filet z ind piecz 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 jajko got 50 jaja	Grysikowa 300 glut psz seler Potrawka drobiowa dusz.180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olejem 100 kompot wielowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 schab pieczony własny 60 seler	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2470kcal, Białko 111,5g, Tłuszcze 103,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.40,8g, Węglowodany 295,2g, Cukry proste 73,8g, Błonnik 17,3g, Sól 6,5g					
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 serek wiejski 150 mleko filet z ind piecz 30 soja rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 jajko got 50 jaja	Grysikowa 300 glut psz seler Potrawka drobiowa dusz 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olejem 100 mizeria z jogurtem nat 120 mleko kompot wielowocowy b/c 250	Jogurt nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 schab pieczony własny 60 seler	Graham30 glut psz żyt kurcz got 30 soj sal.ziel 20
Wart odżyw.	Energia 2190kcal, Białko 117,4g, Tłuszcze 84,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,2g, Węglowodany 244,9g, Cukry proste 49,4g, Błonnik 32,4g, 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 jęcz żyt serek wiejski 150 mleko filet z ind piecz 30 soja rzodkiewka 30		Grysikowa 300 glut psz seler Potrawka drobiowa dusz 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olejem 100 mizeria z jogurtem nat 120 kompot wielowocowy 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 schab pieczony własny 60 seler	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 1864kcal, Białko 98,7g, Tłuszcze 76g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,2g, Węglowodany 209g, Cukry proste 44,3g, Błonnik 27,7g, Sól 6g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Zacierka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa grysikowa 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 2025kcal, Białko 101.7g, Tłuszcze 132,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57g, Węglowodany 110.9g, Cukry proste 36,2g, Błonnik 5,4g, Sól 3,3g					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. deser z jogurtu natur. i galaretki 150 **mleko** Energia 48kcal, Białko 2,3g, Tłuszcze 1,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.1g, Węglowodany 6,2g, Cukry proste 6g, Błonnik g, Sól 0,1g
Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława
JADŁOSPIS na dzień 13.06.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Kasza kukur.na ml 300 mleko Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasztet piecz 50 soja glut psz kiełbasa szynk. 30 soja ogórek kons 50 gorcz rukola 20 kiwi 100		Pieczarkowa z łazankami 300 mleko glut psz seler Pieczeń wieprz z cebulką 80 ziemniaki got 200 surówka z czerwonej kapusty z olejem 120 gorcz napój owoc 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 sałatka z sałaty lodowej z tuńczykiem 100 ryba kurczak got 30 soja pomidor 80	Sok pomid 150
Wart odżyw.	Energia 2467kcal, Białko 98,6g, Tłuszcze 115,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.35g, Węglowodany 257,4g, Cukry proste 72g, Błonnik 21,1g, Sól 6,9g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza kukur.na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 mleko glut psz soja seler szynka got 30 soja roszponka 20 pomidor 80 kiwi 100		Koperkowa z makaronem 300 glut psz seler Roladki schabowe z jarzynami duszone w sosie własnym 120 glut psz jaja seler ziemniaki got 200 buraczki oprósł 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 sałatka z sałaty lodowej z tuńczykiem 100 ryba kurczak got 30 soja pomidor 80	Sok pomid 150
Wart odżyw.	Energia 2285kcal, Białko 97g, Tłuszcze 90,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,6g, Węglowodany 283,6g, Cukry proste 70,9g, Błonnik 19,4g, Sól 6,5g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Kasza kukur.na ml 300 mleko Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 mleko glut psz soja seler szynka got 30 soja pomidor b/sk 100	kiwi 100	Koperkowa z makaronem 300 glut psz seler Pulpeciki schabowe z jarzynami duszone w sosie własnym 120 glut psz jaja seler ziemniaki got 200 buraczki oprósł 100 glut psz napój owoc 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 2233kcal, Białko 89g, Tłuszcze 79,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,9g, Węglowodany 301g, Cukry proste 77,3g, Błonnik 15,4g, Sól 6,1g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Kasza kukur.na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 szynka got 30 soja dzem 25 roszonek 20	Jabłko got 150	Koperkowa z makaronem 300 glut psz seler Roladki schabowe z jarzynami duszone w sosie własnym 120 glut psz jaja seler ziemniaki got 200 buraczki oprósł 100 glut psz napój owoc		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Kisiel błysk.150
Wart odżyw.	Energia 2183kcal, Białko 86,4g, Tłuszcze 62,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22g, Węglowodany 314g, Cukry proste 92,4g, Błonnik 16,4g, Sól 6,2g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Kasza kukur.na ml 300 mleko Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 mleko glut psz soja seler szynka got 30 soja roszponka 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 pasta z jaj 50 jaja	Koperkowa z makaronem 300 glut psz seler Roladki schabowe z jarzynami duszone w sosie własnym 120 glut psz jaja seler ziemniaki got 200 buraczki oprósł 100 glut psz napój owoc 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 2452kcal, Białko 95,9g, Tłuszcze 92,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.38,1g, Węglowodany 318,9g, Cukry proste 82,3g, Błonnik 16,8g, Sól 6,8g					
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasztet dr 40 mleko glut psz soja seler szynka got 30 soja rukola 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 pasta z jaj 50 jaja	Koperkowa z makaronem 300 glut psz seler Roladki schabowe z jarzynami duszone w sosie własnym 120 glut psz jaja seler ziemniaki got 200 buraczki oprósł 100 glut psz surówka z czerwonej kapusty z olejem 120 gorcz kompot wielooowocowy b/cuk 250	Sok pomid 150	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 250 sałatka z sałaty lodowej z tuńczykiem 100 ryba kurczak got 30 soja	Graham30 glut psz żyt szyn kons 30 soja sal.lod 30
Wart odżyw.	Energia 2223kcal, Białko 106,9g, Tłuszcze 93,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,4g, Węglowodany 263,3g, Cukry proste 50,2g, Błonnik 34,1g, Sól 6,9g					
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 pasta z jaj 50 jaja rukola 20		j.w.		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 kurczak got 30 soja 250 sałatka z sałaty lodowej z tuńczykiem 100 ryba	Sok pomid 150
Wart odżyw.	Energia 1955kcal, Białko 89,9g, Tłuszcze 86g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,1g, Węglowodany 232,1g, Cukry proste 45,7g, Błonnik 29,1g, Sól 6,2g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasza kukur. na ml. zmiłs z żółtkiem i masłem 300 mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa koperkowa zmiłs z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Kisiel błysk.150	Zupa jarzynowa zmiłs. z mięsem 300 seler glut psz	Sok pomid 150
Wart odżyw.	Energia 1928kcal, Białko 89,2g, Tłuszcze 135,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.58,9g, Węglowodany 107,4g, Cukry proste 40,2g, Błonnik 5,8g, Sól 3,3g					

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

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.