

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 9.05.2025r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z ciecierzycy 50 polędwica dr 30 soja mleko papryka czerw 50 sałata lodowa 30 banan 180		Grysikowa 300 glut psz seler Ryba smażona 100 ryba glut psz jaja ziemniaki got. 200 surówka z pora i jabłka z majonezem 120 mleko gorcz jaja kompot wielowocowy 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka biała 60 soja sałata ziel 20 marchew tarta z olejem 30	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2304kcal, Białko 91,5g, Tłuszcze 72,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 26,1g, Węglowodany 306,4g, w tym Cukry proste 86g, Błonnik 34,3g, Sól 7,3g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 parówka wp.50 soja polędwica dr 30 soja mleko pomidor 80 sałata lod 30 banan 180		Grysikowa 300 glut psz seler Ryba dusz. w sosie 80/100 ryba glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 cukinia dusz 100 glut psz kompot wielowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka biała 60 soja sałata ziel 20 marchew tarta z olejem 30	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2254kcal, Białko 87,9g, Tłuszcze 83,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 29,9g, Węglowodany 273,8g, w tym Cukry proste 82g, Błonnik 26,8g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 parówka wp.50 soja polędwica dr 30 soja mleko sałata ziel 20	banan 180	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba dusz. w sosie 80/100 ryba glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 cukinia dusz 100 glut psz kompot wielowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka biała 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2255kcal, Białko 86,2g, Tłuszcze 77,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 29,5g, Węglowodany 291,6g, w tym Cukry proste 90,8g, Błonnik 22,4g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 polędwica dr 60 soja mleko sałata ziel 20	Jabłko got 150	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba dusz. w sosie 80/100 ryba glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 cukinia dusz 100 glut psz kompot wielowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka biała 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2187kcal, Białko 87,5g, Tłuszcze 54,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 16,9g, Węglowodany 300,1g, w tym Cukry proste 89,8g, Błonnik 22,1g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz 80 glut psz masło15 mleko herbata 250 parówka wp.50 soja polędwica dr 30 soja mleko sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got150 sopocka 30 soja	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba dusz. w sosie 80/100 ryba glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 cukinia dusz 100 glut psz kompot wielowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka biała 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2386kcal, Białko 91,5g, Tłuszcze 85,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 35,1g, Węglowodany 305g, w tym Cukry proste 86,4g, Błonnik 25,7g, Sól 7,5g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt parówka wp.50 soja polędwica dr 30 soja mleko sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz kielb. krakow.30 soja gorcz	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba dusz. w sosie 80/100 ryba glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 cukinia dusz 100 glut psz sałatka z pomidorów z olejem 100 kompot wielowocowy b/c 250	Sok warz 150 seler	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka biała 60 soja	Graha 30 glut psz żył szynk dr 30 soja sał. ziel 20
Wart odżyw. Energia 2219kcal, Białko 96,3g, Tłuszcze 80,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 20,9g, Węglowodany 246,6g, w tym Cukry proste 50,6g, Błonnik 30,2g, Sól 7,7g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żył masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył polędwica dr 60 soja mleko sałata lodowa 30		Grysikowa 300 glut psz seler Ryba dusz w sosie 80/100 ryba glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 cukinia dusz 100 glut psz sałatka z pomidorów z olejem 100 kompot b/c wielowocowy 250		Graham 60 glut psz żył masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka biała 60 soja	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 1834kcal, Białko 80,9g, Tłuszcze 65,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 16,7g, Węglowodany 210g, w tym Cukry proste 46,5g, Błonnik 26,3g, Sól 7,2g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Makaron na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Grysikowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	budyń ml 150 mleko glut psz	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok warz 150 seler
Wart odżyw. Energia 2067kcal, Białko 105,4g, Tłuszcze 144,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 46,5g, Węglowodany 118,3g, w tym Cukry proste 37,7g, Błonnik 11,9g, Sól 3,7g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. budyń ml 150 **mleko glut psz** **Wart odżyw.** Energia 120kcal, Białko 4,5g, Tłuszcze 2,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 1,4g, Węglowodany 22,5g, w tym Cukry proste 14,5g, Błonnik 0g, Sól 0,3g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 10.05.2025r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko jajko got 1 szt jaja szynka got 30 soja pomidor 80 szpinak 10 kawa z ml 250 mleko glut jęczm glut żyt kiwi 100		Jarzynowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka duszony 180 mleko glut psz seler ryż brązowy na sypko 200 sałatka z sałaty lodowej z olejem i soczewicą 120 woda z cytryną 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 polędwica z ind.60 soja mleko ćwikła z chrzanem 50 SO2 mix sałat 20	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2296kcal, Białko 104,3g, Tłuszcz 75,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 26,7g, Węglowodany 266,7g, w tym Cukry proste 83,5g, Błonnik 27,1g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko jajko got 1 szt jaja szynka got 30 soja kawa z ml 250 mleko glut jęczm glut żyt pomidor 80 roszonek 10 kiwi 100		Jarzynowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka duszony 180 mleko glut psz seler ryż na sypko 200 sałatka z sałaty lodowej z olejem 100 woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 polędwica z ind.60 soja mleko buraczki z jabłkiem 50 sałata lod.30	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2300kcal, Białko 105,8g, Tłuszcz 81,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 26,7g, Węglowodany 274,8g, w tym Cukry proste 72,6g, Błonnik 23,7g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 80 glut psz masło 15 mleko pasta z jajka got 1 szt jaja szynka got 30 soja kawa z ml 250 mleko glut jęczm glut żyt roszonek 10	kiwi 100	Jarzynowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka duszony 180 mleko glut psz seler ryż na sypko 200 marchewka opr.100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 polędwica z ind.60 soja mleko	Skyr wanil.150 mleko
Wart odżyw. Energia 2268kcal, Białko 100,6g, Tłuszcz 72,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 25,6g, Węglowodany 285,3g, w tym Cukry proste 80,7g, Błonnik 19,2g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.80 glut psz masło 10 mleko pasta z białka got 1 szt jaja szynka got 30 soja kawa z ml 250 mleko glut jęczm glut żyt roszonek 10	Jabłko got 150	Jarzynowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka duszony 180 mleko glut psz seler ryż na sypko 200 marchewka opr.100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 polędwica z ind.60 soja mleko	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2188kcal, Białko 105,2g, Tłuszcz 56g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 14,5g, Węglowodany 296,4g, w tym Cukry proste 79,5g, Błonnik 19,1g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 80 glut psz masło 15 mleko jajko got 1 szt jaja szynka got 30 soja kawa z ml 250 mleko glut jęczm glut żyt roszonek 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Jarzynowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka duszony 180 mleko glut psz seler ryż na sypko 200 marchewka opr. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 polędwica z ind.60 soja mleko	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2382kcal, Białko 113,7g, Tłuszcz 80,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 32,5g, Węglowodany 298,4g, w tym Cukry proste 88,3g, Błonnik 21,8g, Sól 7,4g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żyt masło 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt jajko got 1 szt jaja szynka got 30 soja roszonek 10	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz ser żółty 30 mleko	Jarzynowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka duszony 180 mleko glut psz seler ryż brązowy na sypko 200 sałatka z sałaty lodowej z olejem i soczewicą 120 woda z cytryną b/c 250	Skyr nat 150 mleko	Graham 60 glut psz żyt masło 10 herbata b/c 250 pomidor 80 polędwica z ind.60 soja mleko	Graham 30 glut psz żyt szyn kons 30 soja sał.lo
Wart odżyw. Energia 2195kcal, Białko 116,8g, Tłuszcz 70,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 21,1g, Węglowodany 223,5g, w tym Cukry proste 52,5g, Błonnik 31,6g, Sól 7,7g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żyt masło 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt jajko got 1 szt jaja szynka got 30 soja roszonek 10		Jarzynowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka duszony 180 mleko glut psz seler ryż brązowy na sypko 200 sałatka z sałaty lodowej z olejem i soczewicą 120 woda z cytryną b/c 250		Graham 60 glut psz żyt masło 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 polędwica z ind.60 soja mleko	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1825kcal, Białko 97,2g, Tłuszcz 59,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 14,6g, Węglowodany 207,4g, w tym Cukry proste 44,7g, Błonnik 25,8g, 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	Skyr nat 150 mleko	Zupa ziemniaczana zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Ryż na ml 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2086kcal, Białko 143,8g, Tłuszcz 126,7g, w tym Nasycone kw. tłuszcz. 49g, Węglowodany 120,2g, w tym Cukry proste 36,9g, Błonnik 12,9g, Sól 3,8g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. ciasto drożdż. 50 **mleko glut psz jaja** + mleko 200 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 296kcal, Białko 10,5g, Tłuszcz 11g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 3,5g, Węglowodany 38,4g, w tym Cukry proste 16,9g, Błonnik 0,3g, Sól 4,2g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 11.05.2025r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko ser topiony 50 mleko kurczak got 30 soja pomidor koktajl. 80 sałata lodowa 30 jabłko 150		Rosół z makar.300 seler glut psz Udko z kurczaka pieczone konwek.150 seler ziemniaki got. 200 surówka z kapusty pekińs z olejem 120 herbata owoc 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja pomidor 80 sałata ziel 20	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2304kcal, Białko 90,2g, Tłuszcz 96,3g, w tym Nasycone kw. tłuszcz. 41g, Węglowodany 260,8g, w tym Cukry proste 91,4g, Błonnik 25,4g, Sól 7,3g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja pomidor koktajl.80 sałata lodowa 30 jabłko 150		Rosół z makar.300 seler glut psz Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn na parze 100 herbata owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja pomidor 80 sałata ziel 20	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2258kcal, Białko 100,1g, Tłuszcz 85,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 37,3g, Węglowodany 266,8g, w tym Cukry proste 92,5g, Błonnik 23,7g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Bułka 80 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Rosół z makar.300 seler glut psz Potrawka z kurczaka duszona w sosie 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn na parze 100 herbata ow. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2231kcal, Białko 99,2g, Tłuszcz 85g, w tym Nasycone kw. tłuszcz. 37g, Węglowodany 262,2g, w tym Cukry proste 90,5g, Błonnik 21,5g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (nisko tłuszczowa) (3)	Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko kakao na ml 250 mleko twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Rosół z makar.300 seler glut psz Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn na parze 100 herbata owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jogurt nat. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2186kcal, Białko 102,4g, Tłuszcz 75,4g, w tym Nasycone kw. tłuszcz. 27g, Węglowodany 256,4g, w tym Cukry proste 80,9g, Błonnik 21,5g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 80 glut psz masło15 mleko kakao na ml 250 mleko twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 parów 50 soja	Rosół z makar.300 seler glut psz Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn na parze 100 herbata owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jogurt nat. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2442kcal, Białko 108g, Tłuszcz 104,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 47,8g, Węglowodany 265,3g, w tym Cukry proste 80,4g, Błonnik 23,1g, Sól 7,5g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kakao ml b/c 250 mleko glut twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz parówka 50 soja	Rosół z makar.300 seler glut psz Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn na parze 100 surówka z kapusty pekiń. z olejem 120 herbata owoc b/c 250	Jogurt nat. 150 mleko	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got 60 soja	Graha 30 glut psz żył pasta z jaj 50 jaja sał. ziel 20
Wart odżyw. Energia 2256kcal, Białko 112,4g, Tłuszcz 103,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 33,3g, Węglowodany 236,5g, w tym Cukry proste 54,3g, Błonnik 27,7g, Sól 7,6g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żył masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kakao na ml b/c 250 mleko twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja sałata lodowa 30		Rosół z makar.300 seler glut psz Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn na parze 100 surówka z kapusty pekińs. z olejem 120 herbata owoc b/c 250		Graham 60 glut psz żył masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 soja	Jogurt nat. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1853kcal, Białko 95,9g, Tłuszcz 80,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 26,5g, Węglowodany 216,5g, w tym Cukry proste 49g, Błonnik 24,6g, Sól 7,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	ryż na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Rosół z makaronem zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut jęczm jaja seler	Kisiel owoc 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Jogurt nat. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2040kcal, Białko 107,7g, Tłuszcz 122,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 47,5g, Węglowodany 122,3g, w tym Cukry proste 55,2g, Błonnik 4,9g, Sól 3,5g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. kisiel owoc z jabłkiem 170 **Wart odżyw.** Energia 115kcal, Białko 0g, Tłuszcz 0g, w tym Nasycone kw. tłuszcz. 0g, Węglowodany 28,1g, w tym Cukry proste 27,7g, Błonnik 0,6g, Sól 0g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 12.05.2025r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	owsianka na ml 300 mleko glut ows Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z makreli ze szczyp. 50 ryba kielbasa szynkowa 30 soja rukola 10 papryka kon 50 gorcz pomarańcza 100		Fasolowa 300 glut psz seler Naleśniki z serem 350 (2 szt) mleko glut psz jaja kefir 200 mleko surówka z marchwi i jabł. z olejem 130 kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka pieczony 60 soja rzodkiewka 30 sałata lodowa 30	Mus owoc-warzywny 100
Wart odżyw. Energia 2391kcal, Białko 101,3g, Tłuszcz 84,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 32,3g, Węglowodany 342,8g, w tym Cukry proste 110,5g, Błonnik 36,2g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka kons 30 soja pomidor 80 rozponka 10 pomarańcza 100		Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Pierogi leniwe 350 (8 szt) mleko glut psz jaja kefir 200 mleko surówka z marchwi i jabł. z olejem 130 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka pieczony 60 soja pomidor 80 sałata lodowa 30	Mus owoc-warzywny 100
Wart odżyw. Energia 2298kcal, Białko 107,6g, Tłuszcz 62,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 29,4g, Węglowodany 324g, w tym Cukry proste 96,9g, Błonnik 26,3g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja rozponka. 10	pomarańcza 100	Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Pierogi leniwe 350 (8 szt) mleko glut psz jaja kefir 200 mleko jabłko got. 150 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka pieczony 60 soja	Mus owoc-warzywny 100
Wart odżyw. Energia 2243kcal, Białko 92,6g, Tłuszcz 53,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 28,7g, Węglowodany 333,6g, w tym Cukry proste 104,6g, Błonnik 23,5g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka kons 30 soja rozponka 10	Jabłko got 150	Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Pierogi leniwe 350 (8 szt) mleko glut psz jaja kefir 200 mleko jabłko got 150 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka pieczony 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2218kcal, Białko 106,4g, Tłuszcz 40,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 18,8g, Węglowodany 353g, w tym Cukry proste 108,6g, Błonnik 23g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz 80 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka kons 30 soja rozponka 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mle jabł got 150 szynka dr 30 soja	Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Pierogi leniwe 350 (8 szt) mleko glut psz jaja kefir 200 mleko jabłko got 150 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka pieczony 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2466kcal, Białko 111,7g, Tłuszcz 63,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 34,8g, Węglowodany 366,5g, w tym Cukry proste 109,1g, Błonnik 26,6g, Sól 7,4g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka kons 30 soja rozponka 10	Graham 30 glut psz żyt ogór kisz 50 gorcz szynka dr 30 soja	Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Pierogi leniwe 350 (8 szt) mleko glut psz jaja surówka z marchwi i jabł. z olejem 130 kefir 200 mleko kompot wieloowocowy b/c 250	Sok warzywny 150 seler	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 filet z indyka pieczony 60 soja	Graha 30 glut psz żyt szyn got 30 soj sał.lod 30
Wart odżyw. Energia 2200kcal, Białko 115,9g, Tłuszcz 53g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 19,5g, Węglowodany 285,8g, w tym Cukry proste 60,2g, Błonnik 33,4g, Sól 7,6g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka kons 30 soja rozponka 10		Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Pierogi leniwe 350 (8 szt) mleko glut psz jaja kefir 200 mleko surówka z marchwi i jabł. z olejem 130 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 filet z indyka pieczony 60 soja	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 1833kcal, Białko 99,6g, Tłuszcz 48g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 18,2g, Węglowodany 253,5g, w tym Cukry proste 56,5g, Błonnik 26,9g, Sól 7,2g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	owsianka na ml zmiKS z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja glut ows	Bulion mięs. 200 seler	ziemniaczana. zmiKS z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	Kefir nat 200 mleko	Zupa jarzynowa zmiKS. z mięsem 300 seler glut psz	Mus warz-owoc 100
Wart odżyw. Energia 2049kcal, Białko 106,4g, Tłuszcz 120,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 47,2g, Węglowodany 108,8g, w tym Cukry proste 43,3g, Błonnik 9g, Sól 4,3g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. deser z galaretki i jogurtu natur.150 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 91kcal, Białko 3,6g, Tłuszcz 1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 0,7g, Węglowodany 16,7g, w tym Cukry proste 14,8g, Błonnik 0g, Sól 0,1g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 13.05.2025r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 jajecznicza na parze ze szczy.70 jaja szynka drob 30 soja pomidor 80 szpinak 10 kiwi 100		Ogórkowa z ryżem 300 mleko glut psz seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 glut psz seler ziemniaki got. 200 sałatka z buraka i ceb.120 napój owoc. 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 sopocka 60 soja papryka czerw 50 roszponka 10	Jogurt natur. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2292kcal, Białko 93,8g, Tłuszcze 94,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 35,1g, Węglowodany 270,3g, w tym Cukry proste 74,7g, Błonnik 23,5g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajecznicza na parze 70 jaja szynka drob 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 kiwi 100		Ryżowa 300 seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 buraczki oprósz. 100 glut psz napój owoc. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 sopocka 60 soja pomidor 80 roszponka 10	Jogurt natur. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2256kcal, Białko 92g, Tłuszcze 93g, w tym Nasycone kw. tłuszcz. 35g, Węglowodany 266,6g, w tym Cukry proste 71,8g, Błonnik 18,1g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajecznicza na parze 70 jaja szynka drob 30 soja sałata ziel 20	Kiwi 100	Ryżowa 300 seler Bitki schab. siekane duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 buraczki oprósz. 100 glut psz napój owoc. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Jogurt natur. 150 mleko + dżem 25
Wart odżyw. Energia 2280kcal, Białko 91,5g, Tłuszcze 93g, w tym Nasycone kw. tłuszcz.35 g, Węglowodany 272,6g, w tym Cukry proste 78,7g, Błonnik 17,1g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pasta z białka 50 jaja szynka dr 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Ryżowa 300 seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 buraczki oprósz. 100 glut psz napój owoc. 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Jogurt natur. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2197kcal, Białko 91g, Tłuszcze 70,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.22,4g, Węglowodany 283,1g, w tym Cukry proste 79,1g, Błonnik 17,7g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz 80 glut psz masło15 mleko herbata 250 jajecznicza na parze 70 jaja szynka drob 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 szynka biała 30 soja	Ryżowa 300 seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 buraczki oprósz. 100 glut psz napój owoc. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Jogurt natur. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2408kcal, Białko 97g, Tłuszcze 100,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.40,7g, Węglowodany 286,8g, w tym Cukry proste 76,4g, Błonnik 21,4g, Sól 7,5g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt jajecznicza na parze 70 jaja szynka drob 30 soja sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz szynka biała 30 soja	Ryżowa 300 seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 buraczki oprósz. 100 glut psz rukola z olejem 10 kompot wieloowocowy b/c 250	Jogurt natur. 150 mleko	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 sopocka 60 soja	Graha 30 glut psz żyt kurcz got 30 soj roszpon10
Wart odżyw. Energia 2214kcal, Białko 101,8g, Tłuszcze 86,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 24,8g, Węglowodany 255,3g, w tym Cukry proste 54,5g, Błonnik 30,8g, Sól 7,7g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt jajecznicza na parze 70 jaja szynka drob 30 soja sałata ziel 20		Ryżowa 300 seler Bitki schabowe duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 buraczki oprósz. 100 glut psz rukola z olejem 10 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 sopocka 60 soja	Jogurt natur. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1895kcal, Białko 83,8g, Tłuszcze 82,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 23,8g, Węglowodany 214,9g, w tym Cukry proste 47,7g, Błonnik 27,5g, Sól 7,2g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Zacierka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Zupa ryżowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 g jaja seler	kisiel owoc 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz mle	Jogurt nat 150 mle
Wart odżyw. Energia 2032kcal, Białko 108,3g, Tłuszcze 122,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.47,4g, Węglowodany 117,3g, w tym Cukry proste 55,5g, Błonnik 7,5g, Sól 3,9g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. ciastka maślane 30 **mleko glut psz jaja** herbata owoc 250 **Wart odżyw.** Energia 145kcal, Białko 2,5g, Tłuszcze 6,3g, w tym Nasycone kw. tłuszcz. 3g, Węglowodany 19,5g, w tym Cukry proste 4,8g, Błonnik 0g, Sól 0,3g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 14.05.2025r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Kasza kukurydziana na ml 300 mleko Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 serek wiejski lekki 150 mleko dżem 25 rzodkiewka 30 sałata lod 30 jabłko 150		Brokułowa 300 mleko glut psz seler Kotlet z piersi kurczaka smażony 110 mleko glut psz jaja ziemniaki got.200 surówka z selera 120 mleko jaja gorcz kompot wieloowoc 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 parówka drob 90 soja ogórek ziel.50 rukola z olejem 10	chałka 50 mle glut psz jaja herbata owoc 250
Wart odżyw.	Energia 2403kcal, Białko 102,7g, Tłuszcze 83,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.31,6g, Węglowodany 318,7g, w tym Cukry proste 94,6g, Błonnik 27g, Sól 7,1g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza kukurydziana na ml 300 mleko Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 serek wiejski lekki 150 mleko dżem 25 pomidor 80 sałata lodowa 30 jabłko 150		Brokułowa 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka duszona w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 marchewka opr.100 glut kompot wieloowoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 soja parówka drob 90 soja pomidor 80 sałata ziel z olejem 20	chałka 50 mle glut psz jaja herbata owoc 250
Wart odżyw.	Energia 2320kcal, Białko 97,7g, Tłuszcze 84,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.31,3g, Węglowodany 309,8g, w tym Cukry proste 90,2g, Błonnik 25,6g, Sól 7,2g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Kasza kukurydziana na ml 300 mleko Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 serek wiejski lekki 150 mleko dżem 25 sałata ziel 20	jabłko got.150	Brokułowa 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka duszona siekana w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 marchewka opr.100 glut kompot wieloow. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 parówka drob 90 soja	chałka 50 mle glut psz jaja herbata owoc 250
Wart odżyw.	Energia 2286kcal, Białko 99g, Tłuszcze 78,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.30,6g, Węglowodany 306,7g, w tym Cukry proste 89g, Błonnik 22,3g, Sól 7,1g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Kasza kukurydziana na ml 300 mleko Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 serek wiejski lekki 150 mleko dżem 25 sałata ziel 20	Jabłko got 150	Brokułowa 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka duszona w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 marchewka opr.100 glut kompot wieloow. 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 polędwica dr 60 soja mleko	chałka 50 mle glut psz jaja herbata owoc 250
Wart odżyw.	Energia 2198kcal, Białko 100,2g, Tłuszcze 56,2g, w tym Nasycone kw. tłuszcz.18g, Węglowodany 314g, w tym Cukry proste 92,8g, Błonnik 20,8g, Sól 7,2g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Kasza kukurydziana na ml 300 mleko Bułka psz 80 glut psz masło15 mleko herbata 250 serek wiejski lekki 150 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 tuńczyk 30 ryba	Brokułowa 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka duszona w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 marchewka opr.100 glut kompot wieloowoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 parówka drob 90 soja	chałka 50 mle glut psz jaja herbata owoc 250
Wart odżyw.	Energia 2452kcal, Białko 115,6g, Tłuszcze 88,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 36,7g, Węglowodany 314,1g, w tym Cukry proste 80,1g, Błonnik 23g, Sól 7,4g					
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt serek wiejski lekki 150 mleko szynka kons 30 soja sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz tuńczyk 30 ryba	Brokułowa 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka duszona w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 marchewka opr.100 glut surówka z selera 120 mleko jaja gorcz kompot b/c 250	Kefir 200 mleko	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 parówka drob 90 soja	Graham30 glut psz żył ser żółt 30 mleko sał.ziel 20
Wart odżyw.	Energia 2205kcal, Białko 123.4g, Tłuszcze 76,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.27,7g, Węglowodany 248,5g, w tym Cukry proste 59,3g, Błonnik 29,3g, Sól 7,7g					
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt serek wiejski lekki 150 mleko szynka kons 30 soja sałata lodowa 30		Brokułowa 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka duszona w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 marchewka opr.100 glut surówka z selera 120 mleko jaja gorcz kompot b/c 250		Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 polędwica dr 60 soja	Kefir 200 mleko
Wart odżyw.	Energia 1823kcal, Białko 99g, Tłuszcze 56,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.19,5 g, Węglowodany 220,4g, w tym Cukry proste 54,9g, Błonnik 23,9g, Sól 7,2g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasza kukur. na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Brokułowa 300 glut psz seler jaja zmiks z mięsem i żółt 300 glut psz jaja seler	Mus owoc- warzyw. 100	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Kefir 200 mleko
Wart odżyw.	Energia 2060kcal, Białko 119,6g, Tłuszcze 115,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 43,8g, Węglowodany 113,5g, w tym Cukry proste 44,5g, Błonnik 8,4g, Sól 4,5g					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. mus owocowo- warzywny 100 **Wart odżyw.** Energia 72kcal, Białko 0,6g, Tłuszcze 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 Oława

JADŁOSPIS na dzień 15.05.2025r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka 30 soja schab piecz własny 40 papryka czer 50 rozspanka 10 mandarynka 100		Żurek lekki 300 glut psz glut żytni seler mle Zraz z indyka dusz. w sosie pomidor. 100/100 glut psz mleko jaja sałatka z ogórka kisz. z papryką i olejem 120 gorcz kasza pęczak na sypko 200 glut jęczm woda z cytr. 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 ser biały kraj.80 mleko śledź maryn. z ceb. 60 ryba rzodkiewka 30 sałata ziel 20	Sok pomidor . 150
Wart odżyw. Energia 2490kcal, Białko 108,5g, Tłuszcze 102,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.34,7g, Węglowodany 297,3g, w tym Cukry proste 77,2g, Błonnik 37,4g, Sól 7,4g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka 30 soja schab piecz włas 40 pomidor 80 rozspanka 10 mandarynka 100		Żurek lekki 300 glut psz glut żytni seler mle Zraz z indyka dusz. w sosie pomidor. 100/100 glut psz mleko jaja cukinia dusz 100 glut psz kasza jęczm 200 glut jęczm woda z cytr. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 ser biały kraj.80 mleko pasta z tuńczyka 50 ryba pomidor 80 sałata ziel 20	Sok pomidor . 150
Wart odżyw. Energia 2288kcal, Białko 112,4g, Tłuszcze 81g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.31,5g, Węglowodany 297,5g, w tym Cukry proste 73,3g, Błonnik 26,7g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka 30 soja schab piecz włas 40 rozspanka 10	mandarynka 100	Żurek lekki 300 glut psz glut żytni seler mle Zraz z indyka dusz. w sosie pomidor. 90/100 glut psz mleko jaja cukinia dusz 100 glut psz kasza jęczm 200 glut jęczm woda z cytr. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 ser biały kraj.80 mleko polędwica dr 30 soja mleko	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2267kcal, Białko 102,7g, Tłuszcze 79,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.31,6g, Węglowodany 302,4g, w tym Cukry proste 75,7g, Błonnik 23,7g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 filet z indyka 30 soja schab piecz włas 40 rozspanka 10	Jabłko got 150	jarzynowa 300 glut psz seler mleko Zraz z indyka dusz. w sosie pomidor. 90/100 glut psz mleko jaja cukinia dusz 100 glut psz kasza jęczm 200 glut jęczm woda z cytr. 250		Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 ser biały kraj. 80 mleko pasta z tuńczyka 50 ryba	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2212kcal, Białko 110,3g, Tłuszcze 67,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.21,7g, Węglowodany 310,5g, w tym Cukry proste 82,7g, Błonnik 23,3g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka 30 soja schab piecz włas 40 rozspanka 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 polędw dr 30 soja mle	jarzynowa 300 glut psz seler mleko Zraz z indyka dusz. w sosie pomidor. 90/100 glut psz mleko jaja cukinia dusz 100 glut psz kasza jęczm 200 glut jęczm woda z cytr. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 ser biały kraj.80 mleko pasta z tuńczyka 50 ryba	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2491kcal, Białko 118,3g, Tłuszcze 89,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.37,1g, Węglowodany 321,8g, w tym Cukry proste 83,2g, Błonnik 26,3g, Sól 7,5g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt filet z indyka 30 soja schab piecz włas 40 rozspanka 10	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz polędwica dr 30 soja mleko	Żurek lekki 300 glut psz glut żytni seler mle Zraz z indyka dusz. w sosie pomidor. 90/100 glut psz mleko jaja cukinia dusz 100 glut psz kasza jęczm 200 glut jęczm sałatka z ogórka kiszzonego z papr. 120 gorcz woda z cytr. 250	Sok pomidor .150	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 ser biały kraj.80 mleko pasta z tuńczyka 50 ryba	Graham 30 glut psz żyt parówka sał.ziel 20
Wart odżyw. Energia 2263kcal, Białko 120,9g, Tłuszcze 84g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.24,5g, Węglowodany 275,9g, w tym Cukry proste 54,6g, Błonnik 31,5g, Sól 7,7g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt filet z indyka 30 soja schab piecz włas 40 rozspanka 10		Żurek lekki 300 glut psz glut żytni seler mle Zraz z indyka dusz. w sosie pomidor. 90/100 glut psz mleko jaja cukinia dusz 100 glut psz kasza jęczm 200 glut jęczm sałatka z ogórka kiszzonego z papr. 120 gorcz woda z cytr. 250		Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 ser biały kraj.80 mleko pasta z tuńczyka 50 ryba	Sok pomidor 150
Wart odżyw. Energia 1967kcal, Białko 104,7g, Tłuszcze 76,2g, w tym Nasycone kw. tłuszcz.21g, Węglowodany 248,6g, w tym Cukry proste 49g, Błonnik 28,9g, Sól 7,2g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Lane ciasto na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Żurek zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz glut żytni jaja seler	Kisiel błysk. 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2025kcal, Białko 106g, Tłuszcze 113,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.40,5g, Węglowodany 128,5g, w tym Cukry proste 37,6g, Błonnik 8,3g, Sól 4,8g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. biszkopty 30 **glut psz jaja** mleko 200 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 211kcal, Białko 9,4g, Tłuszcze 5,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.2,9g, Węglowodany 30,4g, w tym Cukry proste 21,4g, Błonnik 0,9g, Sól 0g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.