

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 11.04.2026r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01)	Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz glut żyt parówka drob 50 soja glut psz pasta z jaj 50 jaja papryka czerw 50 szpinak 10 jabłko 150		kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Makaron z sosem a'la spaghetti z indyka duszony 350 glut psz gorcz sałatka szwedzka z olejem 120 gorcz woda z cytr. 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 schab pieczony własny 60 seler ogórek ziel 50 sałata ziel z olejem 20	Sok pomid. 150
Wart odżyw. Energia 2279kcal, Białko 90g, Tłuszcz 97,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.29,8g, Węglowodany 261,4g, w tym Cukry proste 50,6g, Błonnik 26,3g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko kawa z ml b/c250 mleko glut jęcz glut żył parówka drob 50 soja glut psz pasta z jaj 50 jaja roszponka 10 pomidor 80 jabłko 150		kalafiorowa 300 mleko glut psz seler sos z indyka mięsno-jarzynowy 180 mleko glut psz seler makaron got. 200 glut psz woda z cytr. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 schab pieczony własny 60 seler pomidor 80 sałata ziel z olejem 20	Sok pomid. 150
Wart odżyw. Energia 2237kcal, Białko 90g, Tłuszcz 89,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.29,2g, Węglowodany 255,8g, w tym Cukry proste 56,2g, Błonnik 27g, Sól 6g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P02)	Bułka 80 glut psz masło 15 mleko kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz glut żył parówka drob 50 soja glut psz pasta z jaj 50 jaja roszponka 10	Jabłko got 150	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler sos z indyka mięsno-jarzynowy 180 mleko glut psz seler makaron got. 200 glut psz woda z cytr. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 schab pieczony własny 60 seler	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2234kcal, Białko 89g, Tłuszcz 83,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28,6g, Węglowodany 266,5g, w tym Cukry proste 55,3g, Błonnik 26,8g, Sól 5,8g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (D05)	Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz glut żył kurczak got 30 soja pasta z białka 50 jaja roszponka 10	Jabłko got 150	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler sos z indyka mięsno-jarzynowy 180 mleko glut psz seler makaron got. 200 glut psz woda z cytr. 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 schab pieczony własny 60 seler	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2167kcal, Białko 87,9g, Tłuszcz 59,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.14,8g, Węglowodany 264,8g, w tym Cukry proste 55g, Błonnik 23,7g, Sól 5,8g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P/K)	Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył parówka drob 50 soja glut psz pasta z jaj 50 jaja roszponka 10	Graham 30 glut psz żył ogórek kisz 50 gorcz sopocka 30 soja	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler sos z indyka mięsno-jarzynowy 180 mleko glut psz seler makaron razowy got. 200 glut psz sałatka szwedzka z olejem 120 gorcz woda z cytr. 250	Sok pomid. 150	Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 schab pieczony własny 60 seler	Graham30 glut psz żył kurcz got 30 soj sał.ziel 20
Wart odżyw. Energia 2196kcal, Białko 99,4g, Tłuszcz 74,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.20,7g, Węglowodany 260,8g, w tym Cukry proste 48,8g, Błonnik 32,8g, Sól 6,2g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył kurczak got 30 soja pasta z jaj 50 jaja roszponka 10		kalafiorowa 300 mleko glut psz seler sos z indyka mięsno-jarzynowy 180 mleko glut psz seler makaron razowy got. 200 glut psz sałatka szwedzka z olejem 120 gorcz woda z cytr. 250		Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 schab pieczony własny 60 seler	Sok pomid. 150
Wart odżyw. Energia 1833kcal, Białko 85,4g, Tłuszcz 63,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.17g, Węglowodany 225,8g, w tym Cukry proste 40,9g, Błonnik 27g, Sól 6g						
Dieta o zmiennej konsystencji (D09)	Ryż na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	kalafiorowa 300 zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz glut żył jaja seler	biskopki 30 glut psz jaja mleko 200 ml	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2081kcal, Białko 112,6g, Tłuszcz 115,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.43,2g, Węglowodany 126,7g, w tym Cukry proste 50,6g, Błonnik 8,6g, Sól 5,2g						
Dodatek dla ciężar. i położnic.(S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko sopocka 30 soja roszponka 10					
Wart odżyw. Energia 188kcal, Białko 8,2g, Tłuszcz 10,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.6,2g, Węglowodany 15,3g, w tym Cukry proste 0,7g, Błonnik 1,5g, Sól 0,9g						
Dodatek dla dzieci, ZOL_u, Hospicjum, położnic i ciężar.(P)	Biskopki delice 40 mleko glut psz jaja orze mleko 200 mleko					
Wart odżyw. Energia 109kcal, Białko 1g, Tłuszcz 2,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.1g, Węglowodany 21g, w tym Cukry proste 15g, Błonnik 0,5g, Sól 0g						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 12.04.2026r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01)	Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko kakao na ml b/c 250 mleko twarożek ze szcz. 80 mleko szynka kons 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 pomarańcza 100		Krupnik jęczm. 300 glut jęcz seler Udko z kurczaka piecz 150 seler ziemniaki got 200 ćwikła z chrzanem 120 SO2 napój owoc 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żył jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 kurczak got 60 soja papryka kons 50 gorcz sałata lod. 30	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2232kcal, Białko 104,7g, Tłuszcze 76,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.33,6g, Węglowodany 243,8g, w tym Cukry proste 65,9g, Błonnik 27g, Sól 5,8g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko kakao na ml b/c 250 mleko twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 pomarańcza 100		Krupnik jęcz.300 glut jęcz seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 kurczak got 60 soja pomidor 80 sałata lod 30	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2242kcal, Białko 102,7g, Tłuszcze 82,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.34,1g, Węglowodany 240,8g, w tym Cukry proste 65g, Błonnik 24,2g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02)	Bułka 80 glut psz masło 15 mleko kakao na ml b/c 250 mleko twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	pomarańcza 100	Krupnik jęczm 300 glut jęcz seler Potrawka z kurczaka dusz. w sosie 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2227kcal, Białko 100,9g, Tłuszcze 81,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.33,1g, Węglowodany 240,9g, w tym Cukry proste 63,8g, Błonnik 23g, Sól 5,8g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (D05)	Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko kakao na ml b/c 250 mleko twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Krupnik jęczm. 300 glut jęcz seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Jogurt natur. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2175kcal, Białko 102g, Tłuszcze 71,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.23,4g, Węglowodany 240,6g, w tym Cukry proste 60,2g, Błonnik 22,7g, Sól 5,8g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P/K)	Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko jabłko 150 kakao na ml b/c 250 mleko twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żył ogórek kisz 50 gorcz tuńczyk 30 ryba	Krupnik jęczm.300 glut jęcz seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz roszponka 10 z olejem 10 kompot owoc b/c 250	Jogurt nat 150 mleko	Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 kurczak got 60 soja	Graham30 glut psz żył jajko 50 jaja sał. lod 30
Wart odżyw. Energia 2220kcal, Białko 117g, Tłuszcze 81,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.25,8g, Węglowodany 250,7g, w tym Cukry proste 59g, Błonnik 28,5g, Sól 6,5g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko jabłko 150 kakao na ml b/c 250 mleko twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30		Krupnik jęczm.300 glut jęcz seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz roszponka 10 z olejem 10 kompot owoc b/c 250		Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 kurczak got 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1930kcal, Białko 98g, Tłuszcze 74g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.23,8g, Węglowodany 223,8g, w tym Cukry proste 54,8g, Błonnik 25,1g, Sól 6g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	zacierka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko glut psz jaja	Bulion mięs. 200 seler	Krupnik jęczm.300 zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	Mus owoc – warz 100	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2030kcal, Białko 112g, Tłuszcze 125,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.48,3g, Węglowodany 104,7g, w tym Cukry proste 41,6g, Błonnik 11g, Sól 4,3g						
Dodatek dla ciężar. i położnic.(S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko tuńczyk 30 ryba sałata ziel 20					
Wart odżyw. Wart odżyw. Energia 189kcal, Białko 10,3g, Tłuszcze 9,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.5,7g, Węglowodany 15,3g, w tym Cukry proste 0,7g, Błonnik 1,5g, Sól 0,6g						
Dodatek dla dzieci, ZOL_u, Hospicjum, położnic i ciężar.(P)	Mus owoc- warzyw. 100 seler					
Wart odżyw. Wart odżyw. Energia 50kcal, Białko 0,3g, Tłuszcze 0,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.0,1g, Węglowodany 11g, w tym Cukry proste 9,5g, Błonnik 1,4g, Sól 0g						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 13.04.2026r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata b/c 250 pasta z makreli ze szczyp. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko ogórek ziel 50 rozszponka 10 jabłko 150		Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Zapiekanka z ziemniaków jaj i wędliny z serem mozzarella 350 jaja soja mleko papryka kons 80 gorcz kompot wieloowoc. 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 sopocka 60 soja marchew tarta z olejem 30 sałata ziel. 20	Kefir nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2252kcal, Białko 88,6g, Tłuszcze 90,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.35,6g, Węglowodany 250,9g, w tym Cukry proste 56g, Błonnik 26g, Sól 6,1g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pasta z tuńczyka 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko pomidor 80 rozszponka 10 jabłko 150		Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Zapiekanka z ziemniaków jaj i wędliny 350 jaja soja sałatka z pomidora z koper.100 kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 sopocka 60 soja marchew tarta z olejem 30 sałata ziel. 20	Kefir nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2219kcal, Białko 91,8g, Tłuszcze 82,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.29,5g, Węglowodany 250,3g, w tym Cukry proste 52,8g, Błonnik 23,2g, Sól 6,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 paróweczka dr 50 soja glut psz polędwica dr 30 soja mleko rozszponka 10	jabłko got 150	Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Zapiekanka z ziemniaków jaj i wędliny 350 jaja soja sałatka z pomidora z koper.100 kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Kefir nat 150 mleko + dżem 25
Wart odżyw. Energia 2239kcal, Białko 86,7g, Tłuszcze 81g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.31,5g, Węglowodany 264,2g, w tym Cukry proste 63g, Błonnik 22,7g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (nisko-tłuszczowa) (D05)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata b/c 250 pasta z tuńczyka 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko rozszponka 10	Jabłko got 150	Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Zapiekanka z ziemniaków jaj i wędliny 350 jaja soja bukiet jarzyn 100 kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Kefir nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2168kcal, Białko 93,2g, Tłuszcze 63,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.18,2g, Węglowodany 253,2g, w tym Cukry proste 57g, Błonnik 22,1g, Sól 5,8g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P/K)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z tuńczyka 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko rozszponka 10	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz serek wiej. 150 mleko	Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Zapiekanka z ziemniaków jaj i wędliny 350 jaja soja sałatka z pomidora z koper.100 kompot wieloowoc. 250	Kefir 150 mleko	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 sopocka 60 soja	Graham30 glut psz żyt parów dr 30 soja glut psz
Wart odżyw. Energia 2208kcal, Białko 115,6g, Tłuszcze 75,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.25,8g, Węglowodany 244,5g, w tym Cukry proste 56g, Błonnik 27,4g, Sól 6,6g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z tuńczyka 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko rozszponka 10		Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Zapiekanka z ziemniaków jaj i wędliny 350 jaja soja sałatka z pomidora z koper.100 kompot wieloowoc. 250		Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 sopocka 60 soja	Kefir nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1809kcal, Białko 85,5g, Tłuszcze 62,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.18g, Węglowodany 215,6g, w tym Cukry proste 48,4g, Błonnik 24,1g, Sól 6,3g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	makaron na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Szpinakowa 300 zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	Kefir 150 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Ryż na ml 200 mle
Wart odżyw. Energia 2088kcal, Białko 120,8g, Tłuszcze 125,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.48,4g, Węglowodany 118,6g, w tym Cukry proste 38g, Błonnik 7,6g, Sól 4,4g						
Dodatek dla ciężar. i położnic.(S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko serek wiejski 150 mleko rozszponka 10					
Wart odżyw. Wart odżyw. Energia 275kcal, Białko 19,6g, Tłuszcze 13g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.8,6g, Węglowodany 19,5g, w tym Cukry proste 3,7g, Błonnik 1,5g, Sól 1,4g						
Dodatek dla dzieci, ZOL_u, Hospicjum, położnic i ciężar.(P)	Biszkopty 30 mleko glut psz jaja orze herbata owoc b/c 250					
Wart odżyw. Wart odżyw. Energia 209kcal, Białko 9g, Tłuszcze 5,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.2,2g, Węglowodany 31g, w tym Cukry proste 19,6g, Błonnik 0,6g, Sól 0,08g						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ w Oławie

JADŁOSPIS na dzień 14.04.2026r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata b/c 250 szynka got 30 soja ser żółty 30 mleko pomidor 80 sałata lodowa 30 banan 180		Koperkowa z lan. cias 300 glut psz jaja seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 mizeria ze śmietaną 120 mleko woda z cytryną 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 szpinak 10 papryka czerw 50 jajko got 1 szt jaja galantyna dr 50 soja	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2243kcal, Białko 100,7g, Tłuszcze 73,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.31g, Węglowodany 266,7g, w tym Cukry proste 72,1g, Błonnik 27,4g, Sól 6g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęc Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 szynka got 30 soja ser biały krojony 80 mleko pomidor 80 sałata lod. 30 banan 180		Koperkowa z lan. ciast. 300 glut psz jaja seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 soja pomidor 80 rozszponka 10 jajko got 1 szt jaja galantyna dr 50 soja	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2238kcal, Białko 103,7g, Tłuszcze 75,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.26,9g, Węglowodany 258,7g, w tym Cukry proste 74,5g, Błonnik 23,5g, Sól 6,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 szynka got 30 soja ser biały krojony 80 mleko rozszponka 10	banan 180	Koperkowa z lan. ciast. 300 glut psz jaja seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 pasta z jajka got 1 szt jaja sopocka 30 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2255kcal, Białko 98,7g, Tłuszcze 78,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.27,1g, Węglowodany 262,3g, w tym Cukry proste 75g, Błonnik 22,7g, Sól 6,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (D05)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata b/c 250 szynka got 30 soja ser biały krojony 80 mleko rozszponka 10	Jabłko got 150	Koperkowa z lan. ciast. 300 glut psz jaja seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 pasta z białka jaja got 1 szt jaja galantyna dr 50 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2168kcal, Białko 99,5g, Tłuszcze 61,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.15,1g, Węglowodany 256,8g, w tym Cukry proste 63g, Błonnik 22g, Sól 5,9g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P/K)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt szynka got 30 soja ser biały krojony 80 mleko rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz filet z ind 30 soja	Koperkowa z lan. ciast. 300 glut psz jaja seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz mizeria z jogurtem nat. 120 mleko woda z cytryną b/c 250	Sok warzywny 150 seler	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 jajko got 1 szt jaja galantyna dr 50 soja	Graham30 glut psz żyt sopoc 30 soja szpinak10
Wart odżyw. Energia 2202kcal, Białko 112,9g, Tłuszcze 68g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.20,3g, Węglowodany 249,5g, w tym Cukry proste 53,6g, Błonnik 26,3g, Sól 6,7g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt szynka got 30 soja ser biały krojony 80 mleko rzodkiewka 30		Koperkowa z lan. ciast. 300 glut psz jaja seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz mizeria z jogurtem nat. 120 mleko woda z cytryną b/c 250		Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 jajko got 1 szt jaja galantyna dr 50 soja	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 1822kcal, Białko 96,5g, Tłuszcze 82,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.16,7g, Węglowodany 207,9g, w tym Cukry proste 48,2g, Błonnik 21,7g, Sól 6,1g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	Kasza jęczm na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut jęczm mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Koperkowa 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 warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2020kcal, Białko 108g, Tłuszcze 117,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.42,5g, Węglowodany 106,6g, w tym Cukry proste 45g, Błonnik 10,3g, Sól 5,5g						
Dodatek dla ciężar. i położnic.(S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko filet z indyka 30 soja rozszponka 10					
Wart odżyw. Wart odżyw. Energia 187kcal, Białko 9,1g, Tłuszcze 9,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.5,9g, Węglowodany 15,9g, w tym Cukry proste 0,9g, Błonnik 1,5g, Sól 1,2g						
Dodatek dla dzieci, ZOL_u, Hospicjum, położnic i ciężar.(P)	Biszkopty 30 mleko glut psz jaja orze mleko 200 mleko					
Wart odżyw. Energia 209kcal, Białko 9g, Tłuszcze 5,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.2,2g, Węglowodany 31g, w tym Cukry proste 19,6g, Błonnik 0,6g, Sól 0,08g						
Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.						

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata b/c 250 pasztet piecz. 50 soja glut psz filet z indyka 30 soja pomidor 80 sałata ziel.20 mandarynka 120		fasolowa z ziemn.300 glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 80/100 mleko glut psz seler kasza grycz. na sypko 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowoc 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 pasta z sera biał. 80 mleko śledź maryn w oleju z ceb.50 ryba ogórek kisz 50 gorcz sał lod. 30	Jabłko piecz. 150
Wart odżyw. Energia 2414kcal, Białko 107,8g, Tłuszcze 109,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.33,6g, Węglowodany 289,8g, w tym Cukry proste 68,2g, Błonnik 32,5g, Sól 6,2g						
ŁATWOSTRAWNA (D02)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pasztet dr 40 soja mleko glut psz seler filet z indyka 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 mandarynka 120		Żurek lekki 300 glut psz glut żyt seler mleko Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jecz surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pasta z sera biał. 80 mleko pasta z tuńczyka.50 ryba pomidor 80 sałata lod.30	Jabłko piecz. 150
Wart odżyw. Energia 2259kcal, Białko 104,7g, Tłuszcze 83,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.32,3g, Węglowodany 276,8g, w tym Cukry proste 64,4g, Błonnik 30,3g, Sól 6,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pasztet dr 40 soja mleko glut psz seler filet z indyka 30 soja sałata ziel 20	mandarynka 120	Żurek lekki 300 glut psz glut żyt seler mleko Bitki schab. siekane duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jecz marchewka opr .100 glut psz kompot wieloowoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 pasta z sera biał. 80 mleko pasta z tuńcz.50 ryba	Jabłko piecz. 150
Wart odżyw. Energia 2248kcal, Białko 93,8g, Tłuszcze 83g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.32,1g, Węglowodany 280,1g, w tym Cukry proste 64,5g, Błonnik 27,3g, Sól 5,8g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (D05)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.80 glut psz masło¾ 10 mleko herbata b/c 250 pasta z kurczaka z jarz. 40 seler filet z indyka 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	jarzynowa z ziemn. 300 glut psz seler mleko Bitki schab.duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jecz marchew opr .100 glut psz kompot wieloowoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło¾ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 250 pasta z sera biał. 80 mleko pasta z tuńcz. 50 ryba	Jabłko piecz. 150
Wart odżyw. Energia 2215kcal, Białko 112,5g, Tłuszcze 76,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.19,8g, Węglowodany 290,5g, w tym Cukry proste 69,3g, Błonnik 25,6g, Sól 6g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P/K)	Graham 60 glut psz żyt masło¾ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasztet dr 40 soja mleko glut psz seler filet z indyka 30 soja sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz szynka got 30 soja	Żurek lekki 300 glut psz glut żyt seler mleko Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jecz surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowocowy b/c 250	Sok pomid 150	Graham 60 glut psz żyt masło¾ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 250 pasta z sera biał. 80 mleko pasta z tuńcz..50 ryba	Graham30 glut psz żył polęd dr 30 soja mle sał lo
Wart odżyw. Energia 2198kcal, Białko 115,4g, Tłuszcze 73g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.22,3g, Węglowodany 270,1g, w tym Cukry proste 59,3g, Błonnik 32,1g, Sól 6,4g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Graham 60 glut psz żyt masło¾ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasztet dr 40 soja mleko glut psz seler filet z indyka 30 soja sałata ziel 20		Żurek lekki 300 glut psz glut żyt seler mleko Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jecz surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 60 glut psz żyt masło¾ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 pasta z sera biał. 80 mleko pasta z tuńczyka.50 ryba	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 1912kcal, Białko 107,5g, Tłuszcze 73g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.19,7g, Węglowodany 224,8g, w tym Cukry proste 52,9g, Błonnik 30,5g, Sól 6,2g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	Zacierka 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 żyt. jaja seler	Sucharki 30 mleko 200 ml glut psz soja	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz mleko	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2051kcal, Białko 113,1g, Tłuszcze 123,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.47g, Węglowodany 126,8g, w tym Cukry proste 42,3g, Błonnik 7,7g, Sól 5,1g						
Dodatek dla ciężar. i położnic.(S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko szynka got 30 soja sałata ziel 20					
Wart odżyw. Wart odżyw. Energia 180kcal, Białko 8,5g, Tłuszcze 9,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.5,8g, Węglowodany 15,3g, w tym Cukry proste 0,7g, Błonnik 1,5g, Sól 0,9g						
Dodatek dla dzieci, ZOL_u, Hospicjum, położnic i ciężar.(P)	Ciastka maśl. 30 mleko glut psz jaja orze mleko 200 mleko					
Wart odżyw. Wart odżyw. Energia 244kcal, Białko 8,4g, Tłuszcze 10g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.4,8g, Węglowodany 29,2g, w tym Cukry proste 15,7g, Błonnik 0g, Sól 0,3g						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 16.04.2026r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01)	kasza jagl. na ml 300 mleko glut psz Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata b/c 250 sopocka 30 soja jajko got 1 szt jaja ogórek kons 50 gorcz rukola 10 jabłko 150		Pieczarkowa 300 mleko glut psz seler Wątróbka z kurczaka z cebulką duszona w sosie własnym 180 glut psz ziemniaki got 200 surówka z czerw. kapusty z olejem 120 gorcz napój owoc 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 filet z ind piecz. 60 soja pomidor 80 szpinak 10	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2255kcal, Białko 96,7g, Tłuszcze 88,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.31,2g, Węglowodany 263,4g, w tym Cukry proste 67,2g, Błonnik 26g, Sól 6,1g						
ŁATWOSTRAWNA (D02)	kasza jagl. na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.60 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 sopocka 30 soja jajko got 1 szt jaja pomidor 80 roszponka 10 jabłko 150		Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Potrawka z kurczaka 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 jarzyna dusz 100 mleko glut psz seler napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 filet z ind piecz. 60 soja pomidor 80 sałata ziel 20	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2248kcal, Białko 99,8g, Tłuszcze 90,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.34g, Węglowodany 256,8g, w tym Cukry proste 60g, Błonnik 23,8g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02)	kasza jagl. na ml 300 mleko glut psz Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 sopocka 30 soja pasta z jaj 50 jaja roszponka 10	jabłko got.150	Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Potrawka z kurczaka 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 jarzyna dusz 100 mleko glut psz seler napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 filet z ind piecz. 60 soja	Jogurt nat 150 mleko + dżem 25
Wart odżyw. Energia 2270kcal, Białko 99,2g, Tłuszcze 90g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.34g, Węglowodany 262,2g, w tym Cukry proste 66,1g, Błonnik 22,7g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (nisko-tłuszczowa) (D05)	kasza jagl. na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata b/c 250 pasta z białka 50 jaja sopocka 30 soja roszponka 10	Jabłko got. 150	Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Potrawka z kurczaka 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 jarzyna dusz 100 mleko glut psz seler napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 filet z ind piecz. 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2175kcal, Białko 99,7g, Tłuszcze 77,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.22,8g, Węglowodany 256,5g, w tym Cukry proste 58g, Błonnik 21,3g, Sól 6g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P/K)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt sopocka 30 soja jajko got 1 szt jaja roszponka 10	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz szynka dr 30 soja	Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Potrawka z kurczaka 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 jarzyna dusz 100 mleko glut psz seler surówka z czerw. kapusty z olejem 120 gorcz kompot wieloowoc. b/c 250	Jogurt nat 150 mleko	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 filet z ind piecz. 60 soja	Graham30 glut psz żyt ser b. 50 mleko szpinak10
Wart odżyw. Energia 2278kcal, Białko 112,2g, Tłuszcze 90,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28g, Węglowodany 261,7g, w tym Cukry proste 62,3g, Błonnik 28,2g, Sól 6,6g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt sopocka 30 soja jajko got 1 szt jaja roszponka 10		Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Potrawka z kurczaka 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 jarzyna dusz 100 mleko glut psz seler surówka z czerw. kapusty z olejem 120 gorcz kompot wieloowoc. b/c 250		Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 filet z ind piecz. 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1964kcal, Białko 93,8g, Tłuszcze 84,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.25g, Węglowodany 220,7g, w tym Cukry proste 56,6g, Błonnik 25,3g, Sól 6,1g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	Kasza jagl na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	ziemniaczana zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	galaretk owoc 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz mleko	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2051kcal, Białko 111,4g, Tłuszcze 125,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.49g, Węglowodany 111,8g, w tym Cukry proste 49,3g, Błonnik 7,6g, Sól 4,3g						
Dodatek dla ciężar. i położnic.(S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko szynka delik. z kurcząt 30 soja roszponka 10					
Wart odżyw. Wart odżyw. Energia 180kcal, Białko 8,5g, Tłuszcze 9,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.5,8g, Węglowodany 15,3g, w tym Cukry proste 0,7g, Błonnik 1,5g, Sól 0,9g						
Dodatek dla dzieci, ZOL_u, Hospicjum, położnic i ciężar.(P)	Galaretk owoc. 150					
Wart odżyw. Wart odżyw. Energia 92kcal, Białko 1,8g, Tłuszcze 0g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.0g, Węglowodany 21g, w tym Cukry proste 19,5g, Błonnik 0g, Sól 0g						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 17.04.2026r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata b/c 250 pasta z fasoli z majer. 50 szynka drob 30 soja papryka czerw 50 rozszonka 10 banan 180		Grysikowa 300 glut psz seler Ryba smażona panierowana 110 ryba glut psz jaja ziemniaki got 200 sałatka z ogórka kisz z kukur. 120 gorcz kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 szynka got 60 soja pomidor 80 sałata ziel 20	Mus warzyw-owoc 100 seler
Wart odżyw. Energia 2445kcal, Białko 99g, Tłuszcze 75,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.25,2g, Węglowodany 317,5g, w tym Cukry proste 85,6g, Błonnik 33,8g, Sól 6,2g						
ŁATWOSTRAWNA (D02)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 parówka na gor. 50 soja szynka drob 30 soja rozszonka 10 pomidor banan 180		Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 szynka got 60 soja pomidor 80 sałata ziel 20	Mus warzyw-owoc 100 seler
Wart odżyw. Energia 2232kcal, Białko 90,8g, Tłuszcze 72,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28g, Węglowodany 280,5g, w tym Cukry proste 84g, Błonnik 24,9g, Sól 6,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 parówka na gor.50 soja szynka drob 30 soja rozszonka 10	banan 180	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Mus warzyw-owoc 100 seler
Wart odżyw. Energia 2218kcal, Białko 89g, Tłuszcze 71,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28g, Węglowodany 276,8g, w tym Cukry proste 84,7g, Błonnik 23,7g, Sól 6,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (D05)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata b/c 250 pasta z wędliny 30 soja mleko szynka drob 30 soja rozszonka 10	Jabłko got 150	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2168kcal, Białko 92g, Tłuszcze 52,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.16,3g, Węglowodany 258,1g, w tym Cukry proste 63,5g, Błonnik 21,4g, Sól 5,9g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P/K)	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt parówka na gor. 50 soja szynka drob 30 soja rozszonka 10	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz ser biały 50 mleko	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 sałatka z ogórka kisz z kukur. 120 gorcz kompot wieloowocowy b/c 250	Kefir nat 200 mleko	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 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 2219kcal, Białko 112,8g, Tłuszcze 76,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.22,2g, Węglowodany 257,6g, w tym Cukry proste 61g, Błonnik 27,5g, Sól 6,4g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z wędliny 30 soja mleko szynka drob 30 soja rozszonka 10		Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 sałatka z ogórka kisz z kukur. 120 gorcz kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 1811kcal, Białko 88g, Tłuszcze 57,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.16,1g, Węglowodany 220,6g, w tym Cukry proste 56,7g, Błonnik 25,1g, Sól 5,9g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	Lane cias na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja glut ows	Bulion mięs. 200 seler	Grysikowa 300 zmiks z mięsem i żółt. 300 glut psz jaja seler mleko	Kefir 150 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	manna na ml 200 ml glut psz
Wart odżyw. Energia 2057kcal, Białko 111,2g, Tłuszcze 124,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.49,2g, Węglowodany 112,6g, w tym Cukry proste 35,1g, Błonnik 5,6g, Sól 3,6g						
Dodatek dla ciężar. i położnic.(S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko ser biały 50 mleko sałata ziel 20					
Wart odżyw. Energia 214kcal, Białko 11,6g, Tłuszcze 10,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.7g, Węglowodany 16,9g, w tym Cukry proste 2,3g, Błonnik 1,5g, Sól 0,4g						
Dodatek dla dzieci, ZOL_u, Hospicjum, położnic i ciężar.(P)	Ciasto drożdż.50 mleko glut psz jaja orze mleko					
Wart odżyw. Energia 196kcal, Białko 4,1g, Tłuszcze 7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.0,9g, Węglowodany 29g, w tym Cukry proste 7,5g, Błonnik 0,2g, Sól 0,2g						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 18.04.2026r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01)	Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek ze szczyp. 80 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30 rukola 10 jabłko 150		Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Kurczak duszony w sosie curry 180 mleko glut psz kasza jęczm na sypko 200 glut jęcz sałatka z sałaty lodowej z olejem i soczewicą 120 woda z cytryną 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 polędwica z ind 60 soja mleko papryka kons 50 gor sałata lod 30	Sok pomidor. 150
Wart odżyw. Energia 2240kcal, Białko 100,5g, Tłuszcze 70,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.25,8g, Węglowodany 273,9g, w tym Cukry proste 59,1g, Błonnik 24,6g, Sól 5,8g						
ŁATWOSTRAWNA (D02)	Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko kawa z ml b/c 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 Potrawka z kurczaka duszona 180 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęcz sałatka z sałaty lodowej z olejem 100 woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 polędwica z ind 60 soja mleko pomidor 80 sałata lod. 30	Sok pomidor. 150
Wart odżyw. Energia 2252kcal, Białko 97,4g, Tłuszcze 82g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.31,6g, Węglowodany 267,3g, w tym Cukry proste 67,4g, Błonnik 23g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02)	Bułka 80 glut psz masło 15 mleko kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	jabłko got. 150	Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Potrawka z kurczaka duszona 180 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęcz marchewka dusz z olejem 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 polędwica z ind 60 soja mleko	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2270kcal, Białko 95,1g, Tłuszcze 81,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.31,5g, Węglowodany 272,3g, w tym Cukry proste 67g, Błonnik 22,2g, Sól 5,8g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (nisko-tłuszczowa) (D05)	Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko kawa z ml b/c 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 Potrawka z kurczaka duszona 180 mleko glut psz seler ryż na sypko 200 marchewka dusz z olejem 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 polędwica z ind 60 soja mleko	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2176kcal, Białko 94g, Tłuszcze 66,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.20,6g, Węglowodany 266,2g, w tym Cukry proste 67,3g, Błonnik 20,6g, Sól 5,8g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P/K)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 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 kisz 50 gorcz kurczak got 30 soja	Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Potrawka z kurczaka duszona 180 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęcz sałatka z sałaty lodowej z olejem i soczewicą 120 woda z cytryną 250	Sok pomidor. 150	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 polędwica z ind 60 soja mleko	Graham30 glut psz żyt kiełb. szynko 30 soja sał.zie 20
Wart odżyw. Energia 2220kcal, Białko 113,1g, Tłuszcze 72,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.22,1g, Węglowodany 272,4g, w tym Cukry proste 56,4g, Błonnik 24,5g, Sól 6,3g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 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 300 mleko glut psz seler Potrawka z kurczaka duszona 180 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęcz sałatka z sałaty lodowej z olejem i soczewicą 120 woda z cytryną 250		Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 polędwica z ind 60 soja mleko	Sok pomidor. 150
Wart odżyw. Energia 1877kcal, Białko 94,5g, Tłuszcze 69,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.21,3g, Węglowodany 226,9g, w tym Cukry proste 48,3g, Błonnik 21,8g, Sól 5,8g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	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 jaja seler	budyń ml 150 mleko glut psz	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok pomidor. 150
Wart odżyw. Energia 2025kcal, Białko 109,3g, Tłuszcze 121,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.48,6g, Węglowodany 108,5g, w tym Cukry proste 35,4g, Błonnik 9g, Sól 4g						
Dodatek dla ciężar. i położnic.(S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel. 20					
Wart odżyw. Energia 182kcal, Białko 9,1g, Tłuszcze 8,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.5,8g, Węglowodany 15,7g, w tym Cukry proste 1,1g, Błonnik 1,5g, Sól 0,9g						
Dodatek dla dzieci, ZOL_u, Hospicjum, położnic i ciężar.(P)	Budyń ml 150 glut psz mle					
Wart odżyw. Energia 93kcal, Białko 5,1g, Tłuszcze 3,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.1,4g, Węglowodany 11g, w tym Cukry proste 10g, Błonnik 0g, Sól 0g						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 19.04.2026r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01)	Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko kakao na ml b/c 250 mleko filet z ind 30 soja jajko got 50 jaja ogórek ziel 50 szpinak 10 mandarynka 120		Krupnik jaglany 300 seler kotlet z indyka smaź. 110 jaja mleko glut psz ziemniaki got 200 sałatka z selera z majon. 120 jaja gorcz napój owoc 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 kielbasa żywiecka 60 soja gor marchew tarta z olejem 30 sałata ziel 20	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2238kcal, Białko 91,4g, Tłuszcze 77,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.29,3g, Węglowodany 265,4g, w tym Cukry proste 63,5g, Błonnik 24,9g, Sól 5,8g						
ŁATWOSTRAWNA (D02)	Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko filet z ind 30 soja kakao na ml b/c 250 mleko filet z ind 30 soja jajko got 50 jaja pomidor 80 sałata lod 30 mandarynka 120		Krupnik jaglany 300 seler pierś z indyka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 sopocka 60 soja marchew tarta z olejem 30 sałata ziel 20	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2229kcal, Białko 89g, Tłuszcze 76,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28,4g, Węglowodany 239,5g, w tym Cukry proste 59,2g, Błonnik 22,7g, Sól 5,7g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02)	Bułka 80 glut psz masło 15 mleko kakao na ml b/c 250 mleko filet z ind 30 soja pasta z jaja 50 jaja sałata ziel 20	mandarynka 120	Krupnik jaglany 300 seler Potrawka z indyka 150 glut psz seler mleko ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2216kcal, Białko 88,2g, Tłuszcze 72,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28,1g, Węglowodany 235,3g, w tym Cukry proste 59,7g, Błonnik 21g, Sól 5,7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (D05)	Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko kakao na ml b/c 250 mleko filet z ind 30 soja pasta z białka 50 jaja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Krupnik jaglany 300 seler pierś z indyka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Jabłko pieczone 150
Wart odżyw. Energia 2171kcal, Białko 89,2g, Tłuszcze 59,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.16,8g, Węglowodany 233,5g, w tym Cukry proste 56,9g, Błonnik 19g, Sól 5,7g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P/K)	Graham 60 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 kisz 50 gorcz szynka kons 30 soja	Krupnik jaglany 300 seler pierś z indyka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz sałatka z selera z majon. 120 jaja gorcz kompot owoc b/c 250	Marchew tarta z olejem 30	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 sopocka 60 soja	Graham30 glut psz żyt szyn dr 30 soja sał.ziel.
Wart odżyw. Energia 2197kcal, Białko 96,8g, Tłuszcze 74,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.17,8g, Węglowodany 255,5g, w tym Cukry proste 56g, Błonnik 27,6g, Sól 6,4g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Graham 60 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		Krupnik jaglany 300 seler pierś z indyka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz sałatka z selera z majon. 120 jaja gorcz kompot owoc b/c 250		Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 sopocka 60 soja	Marchew tarta z olejem 30
Wart odżyw. Energia 1820kcal, Białko 83,2g, Tłuszcze 67,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.16,5g, Węglowodany 212,5g, w tym Cukry proste 51g, Błonnik 23,8g, Sól 6g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	Makaron na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Krupnik jaglany 300 zmiks z mięsem i żółtkiem 300 jajko seler	kisiel błysk. 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz mle	Ryż na ml 200 mle
Wart odżyw. Energia 2022kcal, Białko 119,4g, Tłuszcze 109,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.41,7g, Węglowodany 136.5g, w tym Cukry proste 43,4g, Błonnik 7,9g, Sól 4,3g						
Dodatek dla ciężar. i położnic.(S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20					
Wart odżyw. Energia 175kcal, Białko 6,7g, Tłuszcze 9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.5,8g, Węglowodany 16,3g, w tym Cukry proste 0,9g, Błonnik 1,5g, Sól 1g						
Dodatek dla dzieci, ZOL_u, Hospicjum, położnic i ciężar.(P)	Kisiel owoc 150					
Wart odżyw. Energia 83kcal. Białko 0g. Tłuszcze 0g. w tym Nasycone kw. Tłuszcz.0g. Węglowodany 21g. w tym Cukry proste 13.4g. Błonnik 0g. Sól 0g						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 20.04.2026r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01)	Manna na ml 300 mleko glut psz Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata b/c250 serek wiejski 150 mleko szynka biała 30 soja rzodkiewka 30 rozspanka 10 banan 180		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Łazanki duszone z kapustą kiszoną i wędliną 350 soja gorcz glut psz kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 kurczak got 60 soja ogórek kisz 50 gorcz sałata lodowa 30	Sok warzyw 150 seler
Wart odżyw. Energia 2261kcal, Białko 93,2g, Tłuszcze 68,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.29,7g, Węglowodany 293,4g, w tym Cukry proste 78g, Błonnik 27,4g, Sól 6,3g						
ŁATWOSTRAWNA (D02)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 serek wiejski 150 mleko szynka biała 30 soja pomidor 80 rozspanka 10 banan 180		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler mleko sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 kurczak got 60 soja pomidor 80 sałata lodowa 30	Sok warzyw 150 seler
Wart odżyw. Energia 2243kcal, Białko 105,1g, Tłuszcze 65,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.25,9g, Węglowodany 300,3g, w tym Cukry proste 79,2g, Błonnik 29,9g, Sól 6,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 serek wiejski 150 mleko szynka biała 30 soja rozspanka 10	banan 180	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler mleko sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2289kcal, Białko 105g, Tłuszcze 64,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.25,7g, Węglowodany 314,2g, w tym Cukry proste 85,7g, Błonnik 27,3g, Sól 5,8g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (D05)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata b/c 250 serek wiejski 150 mleko szynka biała 30 soja rozspanka 10	Jabłko got 150	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler mleko sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2183kcal, Białko 104g, Tłuszcze 53,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.15,4g, Węglowodany 299,9g, w tym Cukry proste 67g, Błonnik 26,3g, Sól 5,9g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P/K)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt serek wiejski 150 mleko szynka biała 30 soja rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz indyk got 30 soja	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron razowy got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler mleko sałata ziel z olejem 20 kompot wieloow. b/c 250	Sok warzyw 150 seler	Graham 60 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 2200kcal, Białko 118g, Tłuszcze 60,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.18,8g, Węglowodany 271,5g, w tym Cukry proste 56,2g, Błonnik 31,6g, Sól 6,8g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt serek wiejski 150 mleko szynka biała 30 soja rzodkiew 30		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron razowy got z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler mleko sałata ziel z olejem 20 kompot wieloow, b/c 250		Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 kurczak got 60 soja	Sok warzyw 150 seler
Wart odżyw. Energia 1852kcal, Białko 102,5g, Tłuszcze 52,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.16,3g, Węglowodany 240,7g, w tym Cukry proste 52,1g, Błonnik 28,4g, Sól 6,1g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	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 mleko	Sok warzyw 150 seler	Zupa ziemniaczana zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Makaron na ml 200 ml gl psz
Wart odżyw. Energia 2047kcal, Białko 114,6g, Tłuszcze 112,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.44g, Węglowodany 124,4g, w tym Cukry proste 37,8g, Błonnik 9g, Sól 5,1g						
Dodatek dla ciężar. i położnic.(S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko indyk got 30 soja rozspanka 10					
Wart odżyw. Wart odżyw. Wart odżyw. Energia 182kcal, Białko 9,1g, Tłuszcze 8,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.5,7g, Węglowodany 16,2g, w tym Cukry proste 0,9g, Błonnik 1,5g, Sól 0,9g						
Dodatek dla dzieci, ZOL_u, Hospicjum, położnic i ciężar.(P)	Deser z jogurtu naturalnego i galaretki 150 mleko					
Wart odżyw. Wart odżyw. Energia 92kcal, Białko 3,2g, Tłuszcze 1,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.1,1g, Węglowodany 16,5g, w tym Cukry proste 15,5g, Błonnik 0g, Sól 0g						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.