

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 12.07.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Kasza kuk na ml 300 mleko Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 jajko got 1 szt jaja szynka kons 30 soja rukola 10 ogórek ziel 50 banan 180		Pomidorowa z makaronem 300 mleko glut psz seler Ryba smażona 110 ryba mleko glut psz ziemniaki got 200 surówka z młodej kapusty z olejem 120 kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka piecz. 60 soja marchew tarta 30 sałata ziel 20	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2358kcal, Białko 97g, Tłuszcz 88,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,3g, Węglowodany 279.7g, Cukry proste 82,9g, Błonnik 23,4g, Sól 6,6g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza kuk na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajko got 1 szt jaja szynka kons 30 soja pomidor 80 roszponka 10 banan 180		Pomidorowa z makaronem 300 mleko glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki 200 cukinia dusz. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka piecz.60 soja marchew tarta 30 sałata ziel 20	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2279kcal, Białko 95,3g, Tłuszcz 77,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,9g, Węglowodany 275,3g, Cukry proste 80,1g, Błonnik 18,7g, Sól 6,5g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Kasza kuk na ml 300 mleko Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jajka got jaja szynka kons 30 soja roszponka 10	banan 180	Pomidorowa z makaronem 300 mleko glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki 200 cukinia dusz. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka piecz.60 soja	Jogurt nat 150 mleko + dżem 25
Wart odżyw. Energia 2238kcal, Białko 96,3g, Tłuszcz 68g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,3g, Węglowodany 282,2g, Cukry proste 88,5g, Błonnik 17,7g, Sól 6,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Kasza kuk na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pasta z białka 50 jaja szynka kons 30 soja roszponka 10	Jabłko got 150	Pomidorowa z makaronem 300 mleko glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki 200 cukinia dusz. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka piecz.60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2188kcal, Białko 97,6g, Tłuszcz 51,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,5g, Węglowodany 279,9g, Cukry proste 79,9g, Błonnik 16,1g, Sól 6,5g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Kasza kuk na ml 300 mleko Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 jajko got 1 szt jaja szynka kons 30 soja roszponka 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Pomidorowa z makaronem 300 mleko glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki 200 cukinia dusz. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka piecz.60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2410kcal, Białko 106g, Tłuszcz 78,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,8g, Węglowodany 288,5g, Cukry proste 77,8g, Błonnik 15,7g, Sól 6,6g						
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 jajko got 1 szt jaja szynka kons 30 soja rukola 10	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 ser żółty 30 mleko	Pomidorowa z makar.300 mleko glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki 200 cukinia dusz. 100 glut psz surówka z młodej kapusty z olejem 120 kompot wieloowocowy b/c 250	Jogurt nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 filet z indyka piecz 60 soja	Graham30 glut psz żyt kielb żyw 30 soja sał.z
Wart odżyw. Energia 2224kcal, Białko 115,4g, Tłuszcz 76,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,1g, Węglowodany 250.4g, Cukry proste 55,8g, Błonnik 33,8g, 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 jajko got 1 szt jaja szynka kons 30 soja rukola 10		Pomidorowa z makar 300 mleko glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki 200 cukinia dusz. 100 glut psz surówka z młodej kapusty z olejem 120 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 filet z indyka piecz. 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1858kcal, Białko 90,3g, Tłuszcz 64,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,9g, Węglowodany 218,1g, Cukry proste 52,1g, Błonnik 29g, Sól 5,8g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasza kuk na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa pomidorowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Jogurt nat 150 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Ryż na ml 200 mle
Wart odżyw. Energia 2180kcal, Białko 107,9g, Tłuszcz 134,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57,5g, Węglowodany 106g, Cukry proste 30,7g, Błonnik 6,6g, Sól 3,5g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. ciastka maśl 30 **mleko glut psz jaja** mleko 200 **mleko** **Wart odżyw.** 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 13.07.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL.
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek ze szczyp.50 mleko kurczak got 30 soja rzodkiewka 30 szpinak 10 jabłko 150		Barszcz czerw. z fasolą 300 mle glut psz seler Zapiekanka z ziemniaków jaj i wędliny z mozzarellą 350 soja mleko jaja kefir nat 200 mleko sałata ziel z olejem 30 kompot wielooowoc. 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 sopočka 60 soja pomidor 80 rozszponka 10	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2316kcal, Białko 95,3g, Tłuszcze 92,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,8g, Węglowodany 266,4g, Cukry proste 74,7g, Błonnik 27,2g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek 50 mleko kurczak got 30 soja pomidor 80 sałata lodowa 30 jabłko 150		Barszcz czerw. 300 mleko glut psz seler Zapiekanka z ziemniaków jaj i wędliny 350 soja mleko jaja kefir nat 200 mleko sałata ziel z olejem 30 kompot wielooowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 sopočka 60 soja pomidor 80 rozszponka 10	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2270kcal, Białko 96,1g, Tłuszcze 73,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,2g, Węglowodany 277,6g, Cukry proste 82,4g, Błonnik 22,6g, Sól 6,7g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniiona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek 50 mleko kurczak got 30 soja roszponka 10	Jabłko got 150	Barszcz czerw. 300 mleko glut psz seler Zapiekanka z ziemniaków jaj i wędliny 350 soja mleko jaja kefir nat 200 mleko sałata ziel z olejem 30 kompot wielooowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopočka 60 soja	Mus owoc- warz 100
Wart odżyw. Energia 2275kcal, Białko 94,3g, Tłuszcze 73,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,2g, Węglowodany 285,4g, Cukry proste 91,5g, Błonnik 18,3g, Sól 6,6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek 50 mleko kurczak got 30 soja rozszponka 10	Jabłko got 150	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Zapiekanka z ziemniaków jaj i wędliny 350 soja mleko jaja kefir nat 200 mleko sałata ziel z olejem 30 kompot wielooowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopočka 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2200kcal, Białko 94,3g, Tłuszcze 60g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,4g, Węglowodany 290,4g, Cukry proste 95,4g, Błonnik 20,6g, Sól 6,6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek 50 mleko kurczak got 30 soja roszponka 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 pasta z tuńczyk 30 ryba	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Zapiekanka z ziemniaków jaj i wędliny 350 soja mleko jaja kefir nat 200 mleko sałata ziel z olejem 30 kompot wielooowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopočka 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2440kcal, Białko 102g, Tłuszcze 81,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.35,4g, Węglowodany 305,1g, Cukry proste 96,2g, Błonnik 22,3g, Sól 7,2g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt twarożek 50 mleko kurczak got 30 soja sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 pasta z tuńczyka 30 ryba	Barszcz czerw. z fasolą 300 mle glut psz seler Zapiekanka z ziemniaków jaj i wędliny 350 soja mleko jaja kefir nat 200 mleko sałata ziel z olejem 30 kompot wielooowoc. b/c 250	Sok pomid 150	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 sopočka 60 soja	Graham 30 glut psz żyt połudw dr 30 soja roszp. 10
Wart odżyw. Energia 2221kcal, Białko 110,6g, Tłuszcze 72g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,8g, Węglowodany 251,2g, Cukry proste 50,8g, Błonnik 33g, Sól 7,3g						
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 twarożek 50 mleko kurczak got 30 soja sałata lodowa 30		Barszcz czerw. z fasolą 300 mle glut psz seler Zapiekanka z ziemniaków jaj i wędliny 350 soja mleko jaja kefir nat 200 mleko sałata ziel z olejem 30 kompot wielooowoc. b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 sopočka 60 soja	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 1896kcal, Białko 91,6g, Tłuszcze 68,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,6g, Węglowodany 215,4g, Cukry proste 45,9g, Błonnik 27,7g, Sól 6,9g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Manna na ml. zmiKS z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Barszcz czerw 300 zmiKS z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Kisiel owoc 150	Zupa jarzynowa zmiKS. z mięsem 300 seler glut psz	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2038kcal, Białko 88,4g, Tłuszcze 127g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.55,7g, Węglowodany 121,4g, Cukry proste 36g, Błonnik 7,5g, Sól 4,1g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. Kisiel owoc z jabłkiem 150 **Wart odżyw.** Energia 94kcal, Białko 0,1g, Tłuszcze 0,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.0,06g, Węglowodany 21,9g, Cukry proste 13,8g, Błonnik 0,9g, Sól 0,1g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 14.07.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL.
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko pasztet piecz 50 soja glut psz szynka got 30 soja ogórek kisz 50 gorcz sałata ziel 20 brzoskwinia 120		Krupnik 300 glut jęcz seler Kotlet z indyka smażony 110 mleko jaja glut psz ziemniaki got 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 herbata owoc. 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka drob 60 soja papryka czerw 50 sałata lodowa 30	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2243kcal, Białko 94,5g, Tłuszcz 74,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,9g, Węglowodany 290g, Cukry proste 87,3g, Błonnik 26,5g, Sól 7g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko pasztet dr 40 mleko glut psz soja seler szynka got 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 brzoskwinia 120		Krupnik 300 glut jęcz seler Pierś z indyka duszona w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 herbata owoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka drob 60 soja pomidor 80 sałata lodowa	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2233kcal, Białko 86,3g, Tłuszcz 72,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,9g, Węglowodany 288,6g, Cukry proste 85,3g, Błonnik 23,1g, Sól 6,8g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko pasztet dr 40 mleko glut psz soja seler szynka got 30 soja sałata ziel 20	brzoskwinia 120	Krupnik 300 glut jęcz seler Pierś z indyka duszona w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 marchewka opr. z olejem 100 glut psz herbata owoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2223kcal, Białko 85,7g, Tłuszcz 71,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,8g, Węglowodany 289,9g, Cukry proste 82,6g, Błonnik 21,1g, Sól 6,7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko kakao na ml 250 mleko szynka got 60 soja szynka got 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Krupnik 300 glut jęcz seler Pierś z indyka duszona w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 marchewka opr. z olejem 100 glut psz herbata owoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2185kcal, Białko 85,9g, Tłuszcz 57,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22,2g, Węglowodany 279,4g, Cukry proste 78,5g, Błonnik 20,4g, Sól 6,7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko kakao na ml 250 mleko pasztet dr 40 mleko glut psz soja seler szynka got 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 parówce 50 soja glu psz	Krupnik 300 glut jęcz seler Pierś z indyka duszona w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 marchewka opr. z olejem 100 glut psz herbata owoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2365kcal, Białko 92,5g, Tłuszcz 92,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.38,6g, Węglowodany 290,6g, Cukry proste 74,5g, Błonnik 22,1g, Sól 7,1g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kakao na ml b/c 250 mleko pasztet dr 40 mleko glut psz soja seler szynka got 30 soja sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 parówce 50 soja glut psz	Krupnik 300 glut jęcz seler Pierś z indyka duszona w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 herbata owoc.b/c 250	Jogurt nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka drob 60 soja	Graham 30 glut psz żyt mozzar.30 sał. lod 30
Wart odżyw. Energia 2205kcal, Białko 98,1g, Tłuszcz 77,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,5g, Węglowodany 256,5g, Cukry proste 50,2g, Błonnik 35,2g, Sól 7,3g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kakao na ml b/c 250 mleko szynka got 60 soja sałata ziel 20		Krupnik 300 glut jęcz seler Pierś z indyka duszona w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 herbata owoc. b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka drob 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1809kcal, Białko 82,3g, Tłuszcz 57,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,8g, Węglowodany 218,5g, Cukry proste 44,9g, Błonnik 30,4g, Sól 6,7g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Makarony na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa krupnik 300 zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut jęczm jajko seler	biszkopty 30 glut psz jaja herbata 250	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2055kcal, Białko 87,9g, Tłuszcz 132,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.58g, Węglowodany 119g, Cukry proste 38,5g, Błonnik 7,1g, Sól 3,8 g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. biszkopty 30 **glut psz jaja** soczek owoc. z rurką 1 szt **Wart odżyw.** Energia 159kcal, Białko 3,2g, Tłuszcz 2,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.0,4g, Węglowodany 31,6g, Cukry proste 20,3g, Błonnik 0,3g, Sól 0,2g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 15.07.2024r.

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 jajecznicza na parze ze szczyp.70 jaja filet z ind piecz 30 soja papryka kons 50 gorcz roszponka 10 kiwi 100		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Gołąbki duszone z mięsem i sosem pieczarkowym 350/100 (2 szt) glut psz seler mleko kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko .herbata 250 pasta z sera i tuńczyka z koper. 80 mleko ryba rzodkiewka 30 rukola 10	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2393kcal, Białko 104,3g, Tłuszcz 89,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,5g, Węglowodany 299,8g, Cukry proste 66,9g, Błonnik 26,8g, Sól 7,3g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajecznicza na parze 70 jaja filet z ind piecz 30 soja pomidor 80 roszponka 10 kiwi 100		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Risotto duszone z mięsem i warzywami z sosem koperkowym 350/100 mleko glut psz seler kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z sera i tuńczyka z koper. 80 mleko ryba pomidor 80 sałata ziel 20	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2311kcal, Białko 101,3g, Tłuszcz 77,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27g, Węglowodany 304,3g, Cukry proste 63,8g, Błonnik 22,3g, Sól 7g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajecznicza na parze 70 jaja filet z ind piecz 30 soja roszponka 10	Kiwi 100	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Risotto duszone z mięsem i warzywami z sosem koperkowym 350/100 mleko glut psz seler kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z sera i tuńczyka z koper. 80 mleko ryba	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2318kcal, Białko 98,5g, Tłuszcz 77,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,7g, Węglowodany 317,4g, Cukry proste 70g, Błonnik 17,8g, Sól 6,5g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pasta z białka 50 jaja filet z ind piecz 30 soja roszp 10	Jabłko got 150	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Risotto duszone z mięsem i warzywami z sosem koperkowym 350/100 mleko glut psz seler kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z sera i tuńczyka z koper. 80 mleko ryba	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2203kcal, Białko 96,8g, Tłuszcz 53,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.17g, Węglowodany 322,3g, Cukry proste 77,8g, Błonnik 18,7g, Sól 6,6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 jajecznicza na parze 70 jaja filet z ind piecz 30 soja roszponka 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 sopoc 30 soja	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Risotto duszone z mięsem i warzywami z sosem koperkowym 350/100 mleko glut psz seler kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z sera i tuńczyka z koper. 80 mleko ryba	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2446kcal, Białko 104,7g, Tłuszcz 83,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,6g, Węglowodany 338g, Cukry proste 77,8g, Błonnik 18,6g, Sól 6,9g						
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 jajecznicza na parze 70 jaja filet z ind piecz 30 soja papryka kons 50 gorcz	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 sopocka 30 soja	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Risotto duszone z mięsem i warzywami z sosem koperkowym 350/100 mleko glut psz seler sałatka z pomidorów z olejem 100 kompot wieloowocowy b/c 250	Sok warzywny 150 seler	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 pasta z sera i tuńczyka z koper. 80 mleko ryba	Graham30 glut psz żyty paszt dr 40 soj mle glu psz seler sał.ziel. 10
Wart odżyw. Energia 2217kcal, Białko 107,9g, Tłuszcz 76,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,9g, Węglowodany 264,7g, Cukry proste 42,3g, Błonnik 34,1g, Sól 7,4g						
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 jajecznicza na parze 70 jaja filet z ind piecz 30 soja papryka kons 50 gorcz		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Risotto duszone z mięsem i warzywami z sosem koperkowym 350/100 mleko glut psz seler sałatka z pomidorów z olejem 100 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 pasta z sera i tuńczyka z koper. 80 mleko ryba	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 1891kcal, Białko 84,1g, Tłuszcz 78,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,6g, Węglowodany 222,5g, Cukry proste 36,7g, Błonnik 28,2g, Sól 6,6g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	makaron na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa jarzynowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Budyń ml 150 ml glut psz	Zupa ziemniaczana zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok warz 150 seler
Wart odżyw. Energia 2060kcal, Białko 86,5g, Tłuszcz 132,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57,7g, Węglowodany 117,9g, Cukry proste 30,5g, Błonnik 7,4g, Sól 4,1g						

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

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 16.07.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z ciecierzycy 50 sopocka 30 soja ogórek kons 50 gorcz sałata ziel 30 jabłko 150		Koperkowa z lanym cias. 300 glut psz seler jaja Udko z kurczaka pieczone 150 ziemniaki got. 200 mizeria ze śmietaną 120 mleko woda z cytryną 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 połędwica z indyka 60 soja mleko pomidor 80 sałata lod 30	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2267kcal, Białko 102,6g, Tłuszcz 86,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,1g, Węglowodany 266,3g, Cukry proste 72,4g, Błonnik 27,9g, Sól 7,3g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 paróweczka dr 50 soja glut psz sopocka 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 jabłko 150		Koperkowa z lanym cias. 300 glut psz seler jaja Udko duszone w sosie włas.150/100 mleko ziemniaki got 200 glut psz seler cukinia duszona 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 połędwica z indyka 60 soja mleko pomidor 80 sałata lod 30	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2231kcal, Białko 102,2g, Tłuszcz 83,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,2g, Węglowodany 264,3g, Cukry proste 68,3g, Błonnik 23,1g, Sól 7g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 paróweczka dr 50 soja glut psz sopocka 30 soja sałata ziel 20	jabłko got 150	Koperkowa z lanym cias. 300 glut psz seler jaja Potrawka z kurczaka 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia duszona 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica z indyka 60 soja mleko	Kefir nat 200 mleko + dżem 25
Wart odżyw. Energia 2267kcal, Białko 101,6g, Tłuszcz 83,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,2g, Węglowodany 274,5g, Cukry proste 79,3g, Błonnik 18,9g, Sól 7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 sopocka 60 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Koperkowa z lanym cias. 300 glut psz seler jaja Udko duszone w sosie włas.150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia duszona 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica z indyka 60 soja mleko	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2185kcal, Białko 100,3g, Tłuszcz 72,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26g, Węglowodany 270,4g, Cukry proste 73,6g, Błonnik 17,2g, Sól 6,9g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 paróweczka dr 50 soja glut psz sopocka 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Koperkowa z lanym cias. 300 glut psz seler jaja Udko duszone w sosie włas.150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia duszona 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica z indyka 60 soja mleko	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2438kcal, Białko 112g, Tłuszcz 93,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.39,5g, Węglowodany 283,4g, Cukry proste 71,2g, Błonnik 17,5g, Sól 7,3g						
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 paróweczka dr 50 soja glut psz sopocka 30 soja sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 pasta z ciecierzycy 50	Koperkowa z lan. cias. 300 glut psz seler jaja Udko duszone w sosie włas.150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz mizeria z jogur nat 120 mle woda z cytryną 250	Kefir nat 200 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 połędwica z indyka 60 soja mleko	Graham30 glut psz żył jajko jaja sal.lod 30
Wart odżyw. Energia 2196kcal, Białko 111,1g, Tłuszcz 78,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,5g, Węglowodany 237,8g, Cukry proste 47,9g, Błonnik 33,6g, Sól 7,3g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył sopocka 60 soja sałata ziel 20		Koperkowa z lan. cias. 300 glut psz seler jaja Udko duszone w sosie włas.150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz mizeria z jogur nat 120 mle woda z cytryną 250		Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 połędwica z indyka 60 soja mleko	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 1816kcal, Białko 97,3g, Tłuszcz 70,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,7g, Węglowodany 201,8g, Cukry proste 42,6g, Błonnik 26,3g, Sól 6,6g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Owsianka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut ows mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa koperkowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Kefir nat 200 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Manna na ml 200 ml glut psz
Wart odżyw. Energia k2106cal, Białko 109,8g, Tłuszcz 132,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.61,8g, Węglowodany 104,7g, Cukry proste 27,4g, Błonnik 7,9g, Sól 3,6g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. ciasto drożdżowe 50 **mleko glut psz jaja** + mleko 200 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 258kcal, Białko 10,1g, Tłuszcz 11g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.2,7g, Węglowodany 38,4g, Cukry proste 7,5g, Błonnik 0,2g, Sól 0,2g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 17.07.2024r.

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 ser żółty 30 mleko szynka drob 30 soja rzodkiewka 30 szpinak 10 arbus 150		Ogórkowa z ryżem 300 mleko glut psz seler Gulasz bogracz z indyka z czerwoną fasolą duszony 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 kompot wieloowoc. 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 chrzan. 50 SO2 roszonek 20	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2366kcal, Białko 98,7g, Tłuszcz 98,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,8g, Węglowodany 294,3g, Cukry proste 76,6g, Błonnik 23,8g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 ser biały krojony 50 mleko szynka drob 30 soja pomidor 80 sałata lodowa 30 arbus 150		Ryżowa 300 Gulasz z indyka duszony z jarzynami 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 sał.ziel z olejem 20 kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 schab pieczony własny 60 seler buraczki z jabłkiem 50 roszonek 20	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2248kcal, Białko 94,2g, Tłuszcz 79,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,4g, Węglowodany 296,2g, Cukry proste 78g, Błonnik 19,1g, Sól 6,8g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 ser biały krojony 50 mleko szynka drob 30 soja roszonek 20	arbus 150	Ryżowa 300 Gulasz z indyka duszony z jarzynami 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 sał.ziel z olejem 20 kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 schab pieczony własny 60 seler	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2233kcal, Białko 94,5g, Tłuszcz 75,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,8g, Węglowodany 290,6g, Cukry proste 73,7g, Błonnik 16,1g, Sól 6,7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (nisko-tłuszczowa) (3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 ser biały krojony 50 mleko szynka drob 30 soja roszonek 20	Jabłko got 150	Ryżowa 300 Gulasz z indyka duszony z jarzynami 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 sał.ziel z olejem 20 kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 schab pieczony własny 60 seler	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2194kcal, Białko 94,5g, Tłuszcz 63,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,7g, Węglowodany 306,6g, Cukry proste 82,3g, Błonnik 20,7g, Sól 6,8g						
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 ser biały krojony 50 mleko szynka drob 30 soja roszonek 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 szynka kons 30 soja	Ryżowa 300 Gulasz z indyka duszony z jarzynami 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 sał.ziel z olejem 20 kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 schab pieczony własny 60 seler	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2401kcal, Białko 101g, Tłuszcz 84g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,8g, Węglowodany 315,2g, Cukry proste 80,5g, Błonnik 20,4g, Sól 7,1g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt ser biały krojony 50 mleko szynka drob 30 soja rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 szynka kons 30 soja	Ogórkowa z ryżem 300 Gulasz bogracz z indyka z czerwoną fasolą duszony 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 sał.ziel z olejem 20 kompot wieloowoc. b/c 250	Sok pomid 150	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 schab pieczony własny 60 seler	Graham30 glut psz żyt parów 50 soja glut psz
Wart odżyw. Energia 2214kcal, Białko 107,4g, Tłuszcz 86,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,8g, Węglowodany 250,5g, Cukry proste 51,3g, Błonnik 30,9g, Sól 7,3g						
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 ser biały krojony 50 mleko szynka drob 30 soja rzodkiewka 30		Ogórkowa z ryżem 300 Gulasz bogracz z indyka z czerwoną fasolą duszony 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 sał.ziel z olejem 20 kompot wieloowoc. b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 schab pieczony własny 60 seler	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 1891kcal, Białko 89,3g, Tłuszcz 69,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20g, Węglowodany 220,4g, Cukry proste 45,5g, Błonnik 25,8g, Sól 6,6g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Zacierka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa ryżowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Jogurt nat 150 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2053kcal, Białko 88,2g, Tłuszcz 134,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.58,2g, Węglowodany 101,3g, Cukry proste 39,7g, Błonnik 5,6g, Sól 3,8g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. deser z jogurtu natur. i galaretki 150 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 48kcal, Białko 2,3g, Tłuszcz 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 18.07.2024r

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 pasta z jaj 50 jaja kielbasa szynkowa 30 soja gorcz papryka czerw 50 rukola 10 nektarynka 120		Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Bitki schabowe duszone 90/100 mleko glut psz seler makaron razowy got 200 glut psz sałatka z buraka i ceb. z olejem 120 napój owoc 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 kurczak got 60 soja ogórek ziel 50 sałata ziel 20	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2366kcal, Białko 115,6g, Tłuszcze 85,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,6g, Węglowodany 288,6g, Cukry proste 73,3g, Błonnik 23,2g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj 50 jaja szynka kons 30 soja pomidor 80 roszonek 10 nektarynka 120		Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Bitki schabowe duszone 90/100 mleko glut psz seler makaron got 200 glut psz buraczki opr.100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 kurczak got 60 soja pomidor 80 sałata ziel 20	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2338kcal, Białko 112,5g, Tłuszcze 76,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,8g, Węglowodany 306g, Cukry proste 71,1g, Błonnik 18,5g, Sól 6,8g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj 50 jaja szynka kons 30 soja roszonek 10	nektarynka 120	Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Bitki schabowe siekane duszone 90/100 mleko glut psz seler makaron got 200 glut psz buraczki opr.100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Skyr wanil.150 mleko
Wart odżyw. Energia 2356kcal, Białko 108,7g, Tłuszcze 76,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,8g, Węglowodany 314g, Cukry proste 79,6g, Błonnik 15,1g, Sól 6,8g						
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 szynka kons 30 soja roszonek 10	Jabłko got 150	Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Bitki schabowe duszone 90/100 mleko glut psz seler makaron got 200 glut psz buraczki opr.100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2230kcal, Białko 109,9g, Tłuszcze 58,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,2g, Węglowodany 311,4g, Cukry proste 76,8g, Błonnik 17,5g, Sól 6,4g						
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 pasta z jaj 50 jaja szynka kons 30 soja roszonek 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Bitki schabowe duszone 90/100 mleko glut psz seler makaron got 200 glut psz buraczki opr.100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2488kcal, Białko 119,4g, Tłuszcze 86,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.36,2g, Węglowodany 327,7g, Cukry proste 77,9g, Błonnik 17,8g, Sól 6,7g						
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 kons 30 soja papryka czerw 50	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 ser biały 50 mleko	Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Bitki schabowe duszone 90/100 mleko glut psz seler makaron razowy got 200 glut psz buraczki opr.100 glut psz sałata lodowa z olejem kompot wieloowoc b/c 250	Skyr nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 kurczak got 60 soja	Graham30 glut psz żyty szyn got 30 soj sał.ziel 20
Wart odżyw. Energia 2196kcal, Białko 124,3g, Tłuszcze 68,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,7g, Węglowodany 266,4g, Cukry proste 48g, Błonnik 30g, Sól 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 pasta z jaj 50 jaja szynka kons 30 soja papryka czerw 50		Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Bitki schabowe duszone 90/100 mleko glut psz seler makaron razowy got 200 glut psz buraczki opr.100 glut psz sałata lodowa z olejem kompot wieloowoc b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 kurczak got 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1921kcal, Białko 105,7g, Tłuszcze 64,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22,4g, Węglowodany 234,4g, Cukry proste 44,7g, Błonnik 25,1g, Sól 6,5g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasza jęczm na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut jęczm mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa szpinakowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Mus owoc- warz 100	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2047kcal, Białko 115,3g, Tłuszcze 134,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.58,7g, Węglowodany 118,4g, Cukry proste 46,3g, Błonnik 6,1g, Sól 3,9g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. mus owoc-warzyw 100 **Wart odżyw.** Energia 58kcal, Białko 0,6g, Tłuszcze 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