

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 15.11.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	owsianka na ml 300 mleko Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z ciecierzycy 50 szynka drob. 30 soja ogórek kons 50 gorcz rozszponka 10 banan 180		Grysikowa 300 glut psz seler Ryba smażona 110 ryba glut psz jaja ziemniaki got 200 surówka z pora z jabłkiem 120 jaja mleko gorcz kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja pomidor 80 salata ziel 20	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2312kcal, Białko 99,2g, Tłuszcz 75,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28g, Węglowodany 323,8g, w tym Cukry proste 88,5g, Błonnik 28,4g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	owsianka na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 glut psz soja seler mleko szynka drob. 30 soja rozszponka 10 pomidor banan 180		Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 marchewka oprósz.100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja pomidor 80 salata ziel 20	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2242kcal, Białko 93,9g, Tłuszcz 73,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,8g, Węglowodany 309,9g, w tym Cukry proste 83,8g, Błonnik 22,8g, Sól 7g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	owsianka na ml 300 mleko Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 glut psz soja seler mleko szynka drob. 30 soja rozszponka 10	banan 180	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 marchewka oprósz. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko+ dżem 25
Wart odżyw. Energia 2260kcal, Białko 92,4g, Tłuszcz 73,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,8g, Węglowodany 316,5g, w tym Cukry proste 90,3g, Błonnik 21,2g, Sól 7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	owsianka na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 szynka drob. 30 soja sopočka 30 soja rozszponka 10	Jabłko got 150	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 200 marchewka oprósz. 100 glut psz kompot wieloow. 250		Bułka psz.100 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2192kcal, Białko 95,4g, Tłuszcz 57,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,2g, Węglowodany 320,5g, w tym Cukry proste 84,8g, Błonnik 20,2g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	owsianka na ml 300 mleko Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 glut psz soja seler mleko szynka drob. 30 soja rozszponka 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 200 marchewka oprósz. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2392kcal, Białko 102g, Tłuszcz 84,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,2g, Węglowodany 317,4g, w tym Cukry proste 78,7g, Błonnik 21,2g, Sól 7,2g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasztet dr 40 glut psz soja seler mleko szynka drob. 30 soja rozszponka 10	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 pasta z ciecierzycy 50	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 200 marchewka oprósz. 100 glut psz rukola z olejem 10 kompot wieloowocowy b/c 250	Kefir nat 200 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got 60 soja szynka got 60 soja	Graham30 glut psz żyty pasta z kurcz z jarz 50 sel
Wart odżyw. Energia 2182kcal, Białko 106,2g, Tłuszcz 71,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,9g, Węglowodany 256,9g, w tym Cukry proste 52,8g, Błonnik 34,7g, Sól 7,5g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt szynka drob. 30 soja sopočka 30 soja rozszponka 10		Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 200 marchewka oprósz. 100 glut psz rukola z olejem 10 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 1821kcal, Białko 87,7g, Tłuszcz 59,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,5g, Węglowodany 222,5g, w tym Cukry proste 46,7g, Błonnik 28,1g, Sól 7g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Owsiaka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Grysikowa 300 glut psz seler zmiks z mięsem i żółt. 300 glut psz jaja seler	Kefir 150 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	manna na ml 200 ml glut psz
Wart odżyw. Energia 2157kcal, Białko 112,3g, Tłuszcz 137,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57,9g, Węglowodany 119,3g, w tym Cukry proste 28,3g, Błonnik 8,8g, Sól 3,7g						

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

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 16.11.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek ze szczyp. 80 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30 rukola 10 jabłko 150		Barszcz czerwony z fasolą 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 keczup 10 paróweczka drob 100 soja glut psz papryka kons 50 gor sałata lod. 30	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2303kcal, Białko 87,6g, Tłuszcz 69,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,6g, Węglowodany 305,7g, w tym Cukry proste 82,6g, Błonnik 24,8g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 jabłko 150		Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 keczup 10 paróweczka drob 100 soja glut psz pomidor 80 sałata lod. 30	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2288kcal, Białko 85,5g, Tłuszcz 62,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,9g, Węglowodany 321,1g, w tym Cukry proste 94,2g, Błonnik 18,7g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got150	Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 paróweczka drob 100 soja glut psz	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2313kcal, Białko 82g, Tłuszcz 62,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,9g, Węglowodany 330,7g, w tym Cukry proste 100,5g, Błonnik 17,2g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z kurczaka z jarzynami 80 seler	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2190kcal, Białko 79,6g, Tłuszcz 40,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19g, Węglowodany 334,8g, w tym Cukry proste 102,5g, Błonnik 17,5g, Sól 7,1g						
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 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 kurczak got 30 soja	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 paróweczka drob 100 soja glut psz	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2438kcal, Białko 88,8g, Tłuszcz 71,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.36,7g, Węglowodany 345,2g, w tym Cukry proste 100g, 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 twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 kurczak got 30 soja	Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Ryż brązowy zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250	Sok warzywny 150 seler	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 paróweczka drob 100 soja glut psz	Graham30 glut psz żyty kiełb. żywiec 30 soj gorc sał.zie 20
Wart odżyw. Energia 2196kcal, Białko 102,8g, Tłuszcz 57,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,3g, Węglowodany 266,7g, w tym Cukry proste 54,2g, Błonnik 38,7g, Sól 7,5g						
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 80 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30		Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Ryż brązowy zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 pasta z kurczaka z jarzynami 80 seler	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 1803kcal, Białko 80,1g, Tłuszcz 41,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,4g, Węglowodany 236,7g, w tym Cukry proste 50,1g, Błonnik 34,3g, Sól 7,2g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Manna na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Barszcz czerwony 300 zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz glut żytni jaja seler	budyń ml 150 mle glut psz	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok warz 150 seler
Wart odżyw. Energia 2117kcal, Białko 104,9g, Tłuszcz 129,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.56,1g, Węglowodany 123,6g, w tym Cukry proste 33,5g, Błonnik 9,6g, Sól 4,5g						

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

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 17.11.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 kakao na ml 250 mleko filet z ind 30 soja jajko got 50 jaja ogórek ziel 50 szpinak 10 pomarańcza 100		pomidorowa z makar 300 glut psz seler mleko pierś z kurczaka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 mizeria ze śmietana 120 mleko herbata owoc 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 sopočka 60 soja marchew tarta z olejem 30 sałata ziel 20	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2244kcal, Białko 98,1g, Tłuszcze 82,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,1g, Węglowodany 257,8g, w tym Cukry proste 76,2g, Błonnik 22,7g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko filet z ind 30 soja kakao na ml 250 mleko filet z ind 30 soja jajko got 50 jaja pomidor 80 sałata lod 30 pomarańcza 100		pomidorowa z makar.300 glut psz seler mleko pierś z kurczaka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 sopočka 60 soja marchew tarta z olejem 30 sałata ziel 20	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2252kcal, Białko 95,3g, Tłuszcze 82g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,6g, Węglowodany 267,2g, w tym Cukry proste 78,1g, Błonnik 17,1g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko filet z ind 30 soja pasta z jaja 50 jaja sałata ziel 20	pomarańcza 100	pomidorowa z makar 300 glut psz seler mleko Potrawka z kurczaka 150 glut psz seler mleko ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopočka 60 soja	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2235kcal, Białko 95g, Tłuszcze 73,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,2g, Węglowodany 267,4g, w tym Cukry proste 78,4g, Błonnik 16,6g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko kakao na ml 250 mleko filet z ind 30 soja pasta z białka 50 jaja sałata ziel 20	Jabłko got 150	pomidorowa z makar.300 glut psz seler mleko pierś z kurczaka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopočka 60 soja	Jabłko pieczone 150
Wart odżyw. Energia 2192kcal, Białko 92,1g, Tłuszcze 52,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.17g, Węglowodany 276g, w tym Cukry proste 83,6g, Błonnik 17,3g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko kakao na ml 250 mleko filet z ind 30 soja jajko got 50 jaja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 szynka kons 30 soja	pomidorowa z makar.300 glut psz seler mleko pierś z kurczaka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopočka 60 soja	Jabłko pieczone 150
Wart odżyw. Energia 2355kcal, Białko 99,2g, Tłuszcze 77,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,9g, Węglowodany 293,6g, w tym Cukry proste 82,9g, Błonnik 21,7g, Sól 7,4g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kakao na ml b/c 250 mleko filet z ind 30 soja jajko got 50 jaja sałata lod 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 szynka kons 30 soja	pomidorowa z makar.300 glut psz seler mleko pierś z kurczaka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz mizeria z jogurtem nat 100 mleko herbata owoc 250	Marchew tarta z olejem 30	Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 sopočka 60 soja	Graham30 glut psz żyt szyn dr 30 soja sał.ziel.
Wart odżyw. Energia 2195kcal, Białko 105,7g, Tłuszcze 70,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,7g, Węglowodany 244,7g, w tym Cukry proste 43,7g, Błonnik 34,9g, Sól 7,6g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kakao na ml b/c 250 mleko filet z ind 30 soja jajko got 50 jaja sałata lod 30		pomidorowa z makar.300 glut psz seler mleko pierś z kurczaka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz mizeria z jogurtem nat 100 mleko herbata owoc 250		Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 sopočka 60 soja	Marchew tarta z olejem 30
Wart odżyw. Energia 1840kcal, Białko 90,5g, Tłuszcze 66,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19g, Węglowodany 214,2g, w tym Cukry proste 38,5g, Błonnik 28,8g, Sól 7,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Makarony na ml. zmięks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Pomidorowa 300 zmięks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler mleko	kisiel owoc 150	Zupa jarzynowa zmięks. z mięsem 300 seler glut psz mle	Ryż na ml 200 mle
Wart odżyw. Energia 2137kcal, Białko 109,4g, Tłuszcze 128,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.55,8g, Węglowodany 125,4g, w tym Cukry proste 30,6g, Błonnik 6,1g, Sól 4,4g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. kisiel owoc z jabłkiem 150 **Wart odżyw.** Energia 88kcal, Białko 0,08g, Tłuszcze 0,008g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.0,04g, Węglowodany 20,6g, w tym Cukry proste 12,5g, Błonnik 0,6g, Sól g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 18.11.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Manna na ml 300 mleko glut psz Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 ser topiony 50 mleko szynka got 30 soja rzodkiewka 30 roszonek 10 mandarynka 100		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Łazanki duszone z kapustą kiszoną i wędliną 350 soja gorcz glut psz kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 kurczak got 60 soja ogórek kisz 50 gorcz sałata lodowa 30	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2287kcal, Białko 82,4g, Tłuszcz 76,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32g, Węglowodany 294,7g, w tym Cukry proste 67,3g, Błonnik 21,2g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 ser biały krojony 50 mleko szynka got 30 soja pomidor 80 roszonek 10 mandarynka 100		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 kurczak got 60 soja pomidor 80 sałata lodowa 30	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2304kcal, Białko 98,9g, Tłuszcz 68,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,8g, Węglowodany 317,5g, w tym Cukry proste 72,4g, Błonnik 21,6g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 ser biały krojony 50 mleko szynka got 30 soja roszonek 10	mandarynka 100	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2311kcal, Białko 95,4g, Tłuszcz 66,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,8g, Węglowodany 325,9g, w tym Cukry proste 76,1g, Błonnik 19,8g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 ser biały krojony 50 mleko szynka got 30 soja roszonek 10	Jabłko got 150	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2215kcal, Białko 96,3g, Tłuszcz 53,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,9g, Węglowodany 332,8g, w tym Cukry proste 83,6g, Błonnik 21,8g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 ser biały krojony 50 mleko szynka got 30 soja roszonek 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 pasztet dr 40 glut psz seler soja mle	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2450kcal, Białko 99,6g, Tłuszcz 79,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.35,7g, Węglowodany 346,2g, w tym Cukry proste 82,5g, Błonnik 22,4g, 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 ser biały krojony 50 mleko szynka got 30 soja rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 pasztet dr 40 glut psz seler soja mle	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy b/c 250	Sok pomid 150	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 kurczak got 60 soja	Graham30 glut psz żyt jajko got 50 jaja sał.lod 30
Wart odżyw. Energia 2204kcal, Białko 104,9g, Tłuszcz 72,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,7g, Węglowodany 269,1g, w tym Cukry proste 57g, Błonnik 33,5g, Sól 7,5g						
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 mle szynka got 30 soja rzodkiew 30		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 kurczak got 60 soja	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 1828kcal, Białko 90,2g, Tłuszcz 58,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,1g, Węglowodany 238g, w tym Cukry proste 52,9g, Błonnik 28,6g, Sól 7,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	manna na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Zupa jarzynowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	Sok pomid 150	Zupa ziemniaczana zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Makaron na ml 200 ml gl psz
Wart odżyw. Energia 2060kcal, Białko 99,3g, Tłuszcz 138,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.58,2g, Węglowodany 110,9g, w tym Cukry proste 30g, Błonnik 8,6g, Sól 4,9g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. deser z jogurtu nat. i galaretki 150 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 79kcal, Białko 3,5g, Tłuszcz 1,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.1g, Węglowodany 12,7g, w tym Cukry proste 12,7g, Błonnik g, Sól 0g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 19.11.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z makreli ze szczyp.50 ryba polędwica dr 30 soja mleko sałata ziel 20 papryka czerw 50 kiwi 100		krupnik 300 glut jęczm seler Gulasz duszony z żołądków z kurczaka 180 mleko glut psz seler ziemniaki got.200 ćwikła z chrzanem 120 SO2 woda z cytryną 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja pasta z groszku ziel 50 pomidor 80	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2253kcal, Białko 101,6g, Tłuszcze 81,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,9g, Węglowodany 308,5g, w tym Cukry proste 73,3g, Błonnik 27,6g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko pomidor 80 sałata ziel 20 kiwi 100		krupnik 300 glut jęczm seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprasz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja pasta warzywna 50 pomidor 80	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2299kcal, Białko 102,3g, Tłuszcze 77,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,4g, Węglowodany 296,1g, w tym Cukry proste 73,8g, Błonnik 24,1g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 mozarella 50 mleko polędwica dr 30 soja mleko sałata ziel 20	Kiwi 100	krupnik 300 glut jęczm seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprasz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko + dżem 25
Wart odżyw. Energia 2316kcal, Białko 104g, Tłuszcze 85,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,4g, Węglowodany 296,7g, w tym Cukry proste 77,2g, Błonnik 23,3g, Sól 7,2g						
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 tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko sałata ziel 20	Jabłko got 150	krupnik 300 glut jęczm seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprasz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2195kcal, Białko 99,8g, Tłuszcze 61,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22g, Węglowodany 299,2g, w tym Cukry proste 76,6g, Błonnik 20g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydzieli soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko sałata ziel 20	Bułka psz 30 Bułka psz 100 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	krupnik 300 glut jęczm seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprasz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2442kcal, Białko 108,4g, Tłuszcze 83,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.35,9g, Węglowodany 314,3g, w tym Cukry proste 75,7g, Błonnik 22,1g, Sól 7,4g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko papryka czerw 50	Graham 30 glut psz żył ogórek ziel 50 mozarella 30 mleko	krupnik 300 glut jęczm seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprasz. 100 roszponka z olejem 20 glut psz woda z cytryną 250	Jogurt nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka kons 60 soja	Graham30 glut psz żył filet z 30 soja sał ziel 20
Wart odżyw. Energia 2203kcal, Białko 115,9g, Tłuszcze 68,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,6g, Węglowodany 254,6g, w tym Cukry proste 49,6g, Błonnik 35,6g, Sól 7,6g						
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 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko papryka czerw 50		krupnik 300 glut jęczm seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprasz. 100 roszponka z olejem 20 glut psz woda z cytryną 250		Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1826kcal, Białko 92,5g, Tłuszcze 61g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,7g, Węglowodany 218,5g, w tym Cukry proste 44,8g, Błonnik 29,8g, Sól 7,2g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	makaron na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	krupnik zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut jecz m jaja seler	Mus owoc – warzyw 100	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Jogurt nat 150 mle
Wart odżyw. Energia 2067kcal, Białko 102,3g, Tłuszcze 132,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.56,9g, Węglowodany 111,7g, w tym Cukry proste 39g, Błonnik 8,2g, Sól 3,7g						

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

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 20.11.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Płatki kukur.na ml 300 mleko Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 jajecznicza na parze ze szczyp 70 jaja sopocka 30 soja sałata lod. 30 ogórek ziel 50 jabłko 150		Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 surówka z czerw. kapusty z olejem 120 gorcz kompot wielooowoc. 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żył 40 glut psz żył jęcz soja masło 15 mleko .herbata 250 szynka drob 60 soja rzodkiewka 30 rukola 10	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2374kcal, Białko 109,5g, Tłuszcze 79g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,4g, Węglowodany 291,7g, w tym Cukry proste 73,9g, Błonnik 27,2g, Sól 7,3g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Płatki kukur.na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajecznicza na parze 70 jaja sopocka 30 soja sałata lod. 30 pomidor 80 jabłko 150		Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 kompot wielooowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka drob 60 soja pomidor 80 roszponka 10	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2317kcal, Białko 109,3g, Tłuszcze 72,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,5g, Węglowodany 295,7g, w tym Cukry proste 75,5g, Błonnik 22,8g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniiona (P3)	Płatki kukur.na ml 300 mleko Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajecznicza na parze 70 jaja sopocka 30 soja roszonek 10	jabłko got 150	Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 kompot wielooowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Skyr wanil. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2323kcal, Białko 105,1g, Tłuszcze 72,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,5g, Węglowodany 301,7g, w tym Cukry proste 82,3g, Błonnik 21,4g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Płatki kukur.na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 jajecznicza na parze 70 jaja sopocka 30 soja roszonek 10	Jabłko got 150	Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 kompot wielooowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2199kcal, Białko 109,1g, Tłuszcze 48,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.17,5g, Węglowodany 298,7g, w tym Cukry proste 75,2g, Błonnik 21,8g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Płatki kukur.na ml 300 mleko Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 jajecznicza na parze 70 jaja sopocka 30 soja roszonek 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 filet z ind 30 soja	Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 kompot wielooowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2453kcal, Białko 116,7g, Tłuszcze 81,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33g, Węglowodany 306,2g, w tym Cukry proste 73,3g, Błonnik 22g, Sól 7,3g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył jajecznicza na parze 70 jaja sopocka 30 soja sałata lod 30	Graham 30 glut psz żył ogórek ziel 50 filet z ind 30 soja	Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 surówka z czerw. kapusty z olejem 120 gorcz kompot wielooowoc. b/c 250	Skyr nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka drob 60 soja	Graham30 glut psz żył tofu 30 soja rukola 10
Wart odżyw. Energia 2206kcal, Białko 117,7g, Tłuszcze 73,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,9g, Węglowodany 247,4g, w tym Cukry proste 45,5g, Błonnik 35,2g, Sól 7,4g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył jajecznicza na parze 70 jaja sopocka 30 soja sałata lod 30		Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 surówka z czerw. kapusty z olejem 120 gorcz kompot wielooowoc. b/c 250		Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka drob 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1961kcal, Białko 101,3g, Tłuszcze 68,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,9g, Węglowodany 217,3g, w tym Cukry proste 41,5g, Błonnik 29,7g, Sól 7,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Płatki kukur. na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Zupa szpinakowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	biszkopty 30 glut psz jaja mleko 200 ml	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	manna na ml200 glu psz mle
Wart odżyw. Energia 2189kcal, Białko 112,1g, Tłuszcze 133,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57g, Węglowodany 145,9g, w tym Cukry proste 22g, Błonnik 8,6g, Sól 4,5g						

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

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 21.11.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 ser żółty 30 mleko galantyna z ind 50 soja pomidor 80 sał. ziel 20 mandarynka 100		grochowa 300 glut psz seler Bouet strogonoff z wieprz duszony 180 mleko glut psz seler kasza pęczak na sypko 200 glut jęczm sałatka z ogórka kisz z olejem 120 gorcz kisiel do picia 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 kiełbasa szyn. 60 soja papryka kons 50 gorcz sałata lod. 30	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2486kcal, Białko 114,7g, Tłuszcz 89,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,2g, Węglowodany 332g, w tym Cukry proste 64,2g, Błonnik 33,9g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarożek 50 mleko galantyna z ind 50 soja pomidor 80 sałata ziel 20 mandarynka 100		kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz kisiel do picia 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja pomidor 80 sałata lod. 30	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2299kcal, Białko 94,6g, Tłuszcz 88,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,6g, Węglowodany 299,3g, w tym Cukry proste 50,3g, Błonnik 28,9g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarożek 50 mleko paróweczka dr 50 soja glut psz sałata ziel 20	mandarynka 100	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. siekane duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz kisiel do picia 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2368kcal, Białko 92,9g, Tłuszcz 94g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,4g, Węglowodany 305,4g, w tym Cukry proste 58,7g, Błonnik 24,3g, Sól 7,3g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 twarożek 50 mleko galantyna z ind 50 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz kisiel 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2223kcal, Białko 93,6g, Tłuszcz 75,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23g, Węglowodany 311,3g, w tym Cukry proste 66,5g, Błonnik 25,4g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 twarożek 50 mleko galantyna z ind 50 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 jajko jaja	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz kisiel do picia 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2489kcal, Białko 100,9g, Tłuszcz 99,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.37,4g, Węglowodany 320,5g, w tym Cukry proste 64,9g, Błonnik 27,4g, 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 twarożek 50 mleko galantyna z ind 50 soja sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 jajko jaja	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz sałatka z ogórka kisz z olejem 120 gorcz kompot wielooowoc b/c 250	Sok warzyw 150 seler	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got 60 soja	Graham30 glut psz żyty parów 50 soja glut psz sał.lod 30
Wart odżyw. Energia 2235kcal, Białko 105,6g, Tłuszcz 97,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,7g, Węglowodany 255,5g, w tym Cukry proste 42,5g, Błonnik 39,5g, Sól 7,6g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt twarożek 50 mleko galantyna z ind 50 soja sałata ziel 20		kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz sałatka z ogórka kisz z olejem 120 gorcz kompot wielooowoc b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 soja	Sok warzyw 150 seler
Wart odżyw. Energia 1926kcal, Białko 87,6g, Tłuszcz 83,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22,5g, Węglowodany 226,9g, w tym Cukry proste 38g, Błonnik 25,8g, Sól 7,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	zacierka na ml na ml. zmiKS z żółtkiem i masłem 300 glut mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa kalafiorowa zmiKS z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Sok warzyw 150 seler	Zupa jarzynowa zmiKS z mięsem 300 seler glut psz	Ryż na ml 200 mle
Wart odżyw. Energia 2096kcal, Białko 106,3g, Tłuszcz 130,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.60,8g, Węglowodany 118,4g, w tym Cukry proste 18,7g, Błonnik 8,2g, Sól 5,1g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. jogurt owoc 150 **mleko**
Węglowodany 18g, w tym Cukry proste 18g, Błonnik 0g, Sól 0,2g

Wart odżyw. Energia 123kcal, Białko 4,2g, Tłuszcz 3,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.2,4g,

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.