

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 16.05.2025r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Kasza jęczm na ml 300 mleko Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z fasoli z majer. 50 szynka drob 30 soja ogórek kons 50 gorcz roszponka 10 banan 180		Pieczarkowa z łazankami glut psz seler mleko Ryba smażona po grecku 100/100 ryba glut psz seler ziemniaki got 200 rukola z olejem 10 kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 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 2275kcal, Białko 102,3g, Tłuszcze 67,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.27,9g, Węglowodany 334,1g, w tym Cukry proste 106,3g, Błonnik 33,7g, Sól 7,3g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z wędliny 30 soja mleko szynka drob 30 soja roszponka 10 pomidor banan 180		Makaronowa glut psz seler mleko 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 250 szynka got 60 soja pomidor 80 salata ziel 20	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2237kcal, Białko 100,3g, Tłuszcze 66,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.27,9g, Węglowodany 303,9g, w tym Cukry proste 108,7g, Błonnik 26,1g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Kasza jęczm 300 mleko glut jęcz Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z wędliny 30 soja mleko szynka drob 30 soja roszponka 10	banan 180	Makaronowa glut psz seler mleko 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 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko+ dżem 25
Wart odżyw. Energia 2226kcal, Białko 99,6g, Tłuszcze 65,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28,9g, Węglowodany 310,5g, w tym Cukry proste 113,7g, Błonnik 22,7g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pasta z wędliny 30 soja mleko szynka drob 30 soja roszponka 10	Jabłko got 150	Makaronowa glut psz seler mleko Ryba duszona w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2184kcal, Białko 98,9g, Tłuszcze 54,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.18,8g, Węglowodany 302,5g, w tym Cukry proste 90,4g, Błonnik 21,7g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Bułka psz 80 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasta z wędliny 30 soja mleko szynka drob 30 soja roszponka 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Makaronowa glut psz seler mleko 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 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2336kcal, Białko 108,8g, Tłuszcze 75,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.35,6g, Węglowodany 302,6g, w tym Cukry proste 87,2g, Błonnik 22,7g, Sól 7,3g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z wędliny 30 soja mleko szynka drob 30 soja roszponka 10	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz ser biały 50 mleko	Makaronowa glut psz seler mleko Ryba duszona w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 rukola z olejem 10 kompot wieloowocowy b/c 250	Kefir nat 200 mleko	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 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 2212kcal, Białko 115,1g, Tłuszcze 65,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.20,3g, Węglowodany 265,5g, w tym Cukry proste 53,7g, Błonnik 29,6g, Sól 7,5g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z wędliny 30 soja mleko szynka drob 30 soja roszponka 10		Makaronowa glut psz seler mleko Ryba duszona w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 rukola z olejem 10 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 1800kcal, Białko 92,7g, Tłuszcze 57,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.18,6g, Węglowodany 217g, w tym Cukry proste 53,7g, Błonnik 25,8g, Sól 7,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasza jecz m na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja glut jęcz	Bulion mięs. 200 seler	Makaronowa 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 2091kcal, Białko 112,1g, Tłuszcze 123,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.48,9g, Węglowodany 117,1g, w tym Cukry proste 36,7g, Błonnik 6,8g, Sól 4,3g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw: ciasto drożdżowe 50 **mleko glut psz jaja orzechy** **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 17.05.2025r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarówek 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 ryż brązowy na sypko 200 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 250 polędwica z ind 60 soja mleko papryka kons 50 gor sał lod 30	Sok pomidor. 150
Wart odżyw. Energia 2299kcal, Białko 96,4g, Tłuszcze 69g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.26,5g, Węglowodany 277,5g, w tym Cukry proste 90,2g, Błonnik 26,5g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarówek 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 ryż na sypko 200 sałatka z sałaty lodowej z olejem 100 woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 polędwica z ind 60 soja mleko pomidor 80 sałata lod. 30	Sok pomidor. 150
Wart odżyw. Energia 2233kcal, Białko 96,9g, Tłuszcze 67g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.29,8g, Węglowodany 302,5g, w tym Cukry proste 83,9g, Błonnik 22,1g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 80 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarówek 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got150	Barszcz czerwony 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 masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 polędwica z ind 60 soja mleko	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2268kcal, Białko 95,7g, Tłuszcze 66,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.30,8g, Węglowodany 309,6g, w tym Cukry proste 90g, Błonnik 18,4g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarówek 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 250 pomidor b/sk 100 polędwica z ind 60 soja mleko	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2193kcal, Białko 96,8g, Tłuszcze 55,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.19g, Węglowodany 312g, w tym Cukry proste 91,2g, Błonnik 18,7g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 80 glut psz masło15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarówek 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 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 masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 polędwica z ind 60 soja mleko	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2367kcal, Białko 102,2g, Tłuszcze 74,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.34,5g, Węglowodany 320,6g, w tym Cukry proste 88,8g, Błonnik 20,6g, Sól 7,5g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt twarówek 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 ryż brązowy na sypko 200 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 kielb. krak. 30 soja gorc sał.zie 20
Wart odżyw. Energia 2193kcal, Białko 112,2g, Tłuszcze 60,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.20,6g, Węglowodany 249,3g, w tym Cukry proste 53,2g, Błonnik 26,7g, Sól 7,7g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt twarówek 80 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30		Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Potrawka z kurczaka duszona 180 mleko glut psz seler ryż brązowy na sypko 200 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 1815kcal, Białko 93,2g, Tłuszcze 55,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.19g, Węglowodany 210,8g, w tym Cukry proste 46,8g, Błonnik 23,8g, Sól 7,1g						
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 mleko glut psz	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok pomidor. 150
Wart odżyw. Energia 2061kcal, Białko 112,9g, Tłuszcze 112,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.43,2g, Węglowodany 112g, w tym Cukry proste 43,1g, Błonnik 11,2g, Sól 4,9g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. budyń ml 150 **mleko glut psz** **Wart odżyw.** Energia 120kcal, Białko 4,5g, Tłuszcze 2,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.1,7g, Węglowodany 2,3g, w tym Cukry proste g, Błonnik g, Sól g
Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 18.05.2025r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko filet z ind 30 soja jajko got 50 jaja ogórek ziel 50 szpinak 10 pomarańcza 100		pomidorowa z ryżem 300 glut psz seler mleko kotlet z indyka smaź. 110 jaja mleko glut psz ziemniaki got 200 surówka z młodej kapus. ze śmiet.120 mleko herbata owoc 250		Chleb zw. 60 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 2274kcal, Białko 91,6g, Tłuszcze 78,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.31,6g, Węglowodany 273,6g, w tym Cukry proste 87g, Błonnik 25,7g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.80 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 ryżem 300 glut psz seler mleko pierś z indyka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz herbata j owoc 250		Bułka psz.80 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 2247kcal, Białko 86,9g, Tłuszcze 72,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28,7g, Węglowodany 257,8g, w tym Cukry proste 86,3g, Błonnik 21,4g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Bułka 80 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 ryżem 300 glut psz seler mleko Potrawka z indyka 150 glut psz seler mleko ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopočka 60 soja	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2219kcal, Białko 87,7g, Tłuszcze 68g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28,3g, Węglowodany 266,9g, w tym Cukry proste 85,4g, Błonnik 20,8g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.80 glut psz masło ¼ 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 ryżem 300 glut psz seler mleko pierś z indyka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło ¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopočka 60 soja	Jabłko pieczone 150
Wart odżyw. Energia 2175kcal, Białko 92g, Tłuszcze 54,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.17,5g, Węglowodany 265,6g, w tym Cukry proste 82,1g, Błonnik 19,3g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 80 glut psz masło 15 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 ryżem 300 glut psz seler mleko pierś z indyka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopočka 60 soja	Jabłko pieczone 150
Wart odżyw. Energia 2317kcal, Białko 94,3g, Tłuszcze 81,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.35,6g, Węglowodany 273,4g, w tym Cukry proste 80,5g, Błonnik 22,5g, Sól 7,4g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żyt masło ¼ 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	pomidorowa z ryżem 300 glut psz seler mleko pierś z indyka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz surówka z młodej kapus. z jogur nat.120 mleko herbata owoc b/c 250	Marchew tarta z olejem 30	Graham 60 glut psz żyt masło ¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 sopočka 60 soja	Graham 30 glut psz żyty szyn dr 30 soja sał.ziel.
Wart odżyw. Energia 2194kcal, Białko 95,3g, Tłuszcze 74,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.20g, Węglowodany 248,5g, w tym Cukry proste 52,4g, Błonnik 27g, Sól 7,7g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żyt masło ¼ 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 ryżem 300 glut psz seler mleko pierś z indyka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz surówka z młodej kapus. z jogur nat.120 mleko herbata owoc b/c 250		Graham 60 glut psz żyt masło ¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 sopočka 60 soja	Marchew tarta z olejem 30
Wart odżyw. Energia 1826kcal, Białko 80,9g, Tłuszcze 68,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.17,6g, Węglowodany 212,9g, w tym Cukry proste 46g, Błonnik 23,9g, Sól 7,2 g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Makaron 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 2046kcal, Białko 122,3g, Tłuszcze 110,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.42,1g, Węglowodany 142,4g, w tym Cukry proste 62g, Błonnik 6,6g, Sól 4,6g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. kisiel owoc z jabłkiem 150 **Wart odżyw.** Energia 115kcal, Białko 0,08g, Tłuszcze 0,08g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.0,04g, Węglowodany 28,1g, w tym Cukry proste 27,7g, Błonnik 0,6g, Sól 0g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 19.05.2025r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Manna na ml 300 mleko glut psz Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 ser biały krojony 80 mleko szynka got 30 soja rzodkiewka 30 roszonek 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 250 kurczak got 60 soja ogórek kisz 50 gorcz sałata lodowa 30	Sok warzyw 150 seler
Wart odżyw. Energia 2248kcal, Białko 90,3g, Tłuszcze 66,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.30,7g, Węglowodany 315,5g, w tym Cukry proste 101,2g, Błonnik 31,8g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 ser biały krojony 80 mleko szynka got 30 soja pomidor 80 roszonek 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 250 kurczak got 60 soja pomidor 80 sałata lodowa 30	Sok warzyw 150 seler
Wart odżyw. Energia 2288kcal, Białko 107,7g, Tłuszcze 65g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.26,5g, Węglowodany 318,1g, w tym Cukry proste 101,6g, Błonnik 29,7g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 ser biały krojony 80 mleko szynka got 30 soja roszonek 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 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2313kcal, Białko 105,5g, Tłuszcze 63,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.26,3g, Węglowodany 332,5g, w tym Cukry proste 111g, Błonnik 26,4g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 ser biały krojony 80 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 mleko sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2195kcal, Białko 103,8g, Tłuszcze 51,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.16,4g, Węglowodany 327,5g, w tym Cukry proste 93,9g, Błonnik 24,7g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żółdkowego (wrzodowa) (4)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz 80 glut psz masło15 mleko herbata 250 ser biały krojony 80 mleko szynka got 30 soja roszonek 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 indyk got 30 soja	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 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2373kcal, Białko 111,3g, Tłuszcze 70,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.31,5g, Węglowodany 323,1g, w tym Cukry proste 93,2g, Błonnik 26,2g, Sól 7,5g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył ser biały krojony 80 mleko szynka got 30 soja rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żył ogórek kisz 50 gorcz indyk got 30 soja	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 wieloow. b/c 250	Sok warzyw 150 seler	Graham 60 glut psz żył 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 2199kcal, Białko 117,6g, Tłuszcze 59,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.18,6g, Węglowodany 267,5g, w tym Cukry proste 54,5g, Błonnik 29,7g, Sól 7,7g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył ser biały krojony 80 mleko szynka got 30 soja rzodkiew 30		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 wieloow, b/c 250		Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 kurczak got 60 soja	Sok warzyw 150 seler
Wart odżyw. Energia 1817kcal, Białko 102,2g, Tłuszcze 51,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.16,8g, Węglowodany 233,3g, w tym Cukry proste 48,6g, Błonnik 25,6g, 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 mleko	Sok warzyw 150 seler	Zupa ziemniaczana zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Makaron na ml 200 ml gl psz
Wart odżyw. Energia 2182kcal, Białko 119,5g, Tłuszcze 126,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.49,2g, Węglowodany 140,8g, w tym Cukry proste 33,4g, Błonnik 16,9g, Sól 5,1g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. deser z jogurtu nat. i galaretki 150 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 91kcal, Białko 3,6g, Tłuszcze 1g, w tym Nasycone kw.

Tłuszcz.0,7g, Węglowodany 16,7g, w tym Cukry proste 14,8g, Błonnik 0g, Sól 0,1g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 20.05.2025r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z makreli ze szczyp.50 ryba polędwica dr 30 soja mleko sałata ziel 20 papryka czerw 50 kiwi 100		krupnik 300 glut jęczm seler udko z kurczaka piecz. konwekc. 150 seler ziemniaki got.200 sałatka z buraka i ceb.z olejem 120 woda z cytryną 250		Chleb zw. 60 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 2322kcal, Białko 98,7g, Tłuszcze 86,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.33,2g, Węglowodany 279,2g, w tym Cukry proste 80,5g, Błonnik 26,9g, Sól 7,3g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.80 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 udko z kurczaka dusz. w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz. 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja pasta warzywna 50 pomidor 80	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2255kcal, Białko 102,3g, Tłuszcze 81,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.32g, Węglowodany 272,2g, w tym Cukry proste 79,1g, Błonnik 23,2g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniiona (P3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 mozzarella 50 mleko polędwica dr 30 soja mleko sałata ziel 20	Kiwi 100	krupnik 300 glut jęczm seler udko z kurczaka dusz. w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko + dżem 25
Wart odżyw. Energia 2345kcal, Białko 99,4g, Tłuszcze 91,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.38,9g, Węglowodany 274,1g, w tym Cukry proste 83,7g, Błonnik 21,6g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.80 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 oprósz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2195kcal, Białko 101,4g, Tłuszcze 69,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.21,4g, Węglowodany 277,3g, w tym Cukry proste 82,7g, Błonnik 20,3g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz 80 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	krupnik 300 glut jęczm seler udko z kurczaka dusz. w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2444kcal, Białko 111,4g, Tłuszcze 91,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.38,9g, Węglowodany 291,3g, w tym Cukry proste 83g, Błonnik 23,9g, Sól 7,4g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęczm żyt pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko papryka czerw 50	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz mozzarella 30 mleko	krupnik 300 glut jęczm seler udko z kurczaka dusz. w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 roszponka z olejem 20 glut psz woda z cytryną 250	Jogurt nat 150 mleko	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka kons 60 soja	Graham30 glut psz żył filet z ind30 soja sał ziel 20
Wart odżyw. Energia 2200kcal, Białko 113,7g, Tłuszcze 81,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.25,7g, Węglowodany 243,5g, w tym Cukry proste 51,3g, Błonnik 25,7g, Sól 7,6g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęczm żyt pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko papryka czerw 50		krupnik 300 glut jęczm seler udko z kurczaka dusz. w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 roszponka z olejem 20 glut psz woda z cytryną 250		Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1809kcal, Białko 92,6g, Tłuszcze 71,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.21g, Węglowodany 205,2g, w tym Cukry proste 45,8g, Błonnik 23,3g, 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 2023kcal, Białko 104,6g, Tłuszcze 115,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.45,6g, Węglowodany 114,6g, w tym Cukry proste 43,2g, Błonnik 8,8g, Sól 3,7g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. mus owoc-warzyw. 100 **Wart odżyw.** Energia 72kcal, Białko 0,6g, Tłuszcze 0,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.0g,

Węglowodany 16g, w tym Cukry proste 15g, Błonnik 1,2g, Sól 0g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa
JADŁOSPIS na dzień 21.05.2025r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Płatki kukur.na ml 300 mleko Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj ze szczyp 50 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. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka drob 60 soja rzodkiewka 30 rukola 10	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2340kcal, Białko 109,9g, Tłuszcze 82,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.27,7g, Węglowodany 298,4g, w tym Cukry proste 74,5g, Błonnik 32g, Sól 7,3g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Płatki kukur.na ml 300 mleko Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj 50 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.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka drob 60 soja pomidor 80 roszponka 10	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2315kcal, Białko 110,5g, Tłuszcze 82,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.27,5g, Węglowodany 295,8g, w tym Cukry proste 70,3g, Błonnik 29,3g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniiona (P3)	Płatki kukur.na ml 300 mleko Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj 50 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.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Skyr wanil. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 23200kcal, Białko 106,6g, Tłuszcze 82,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.24,4g, Węglowodany 302,6g, w tym Cukry proste 78,3g, Błonnik 28,7g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskołuszczowa) (3)	Płatki kukur.na ml 300 mleko Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pasta z białka jaj 50 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.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2205kcal, Białko 111,3g, Tłuszcze 60,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.15,8g, Węglowodany 297,5g, w tym Cukry proste 69,3g, Błonnik 26,7g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Płatki kukur.na ml 300 mleko Bułka psz 80 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasta z jaj 50 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.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2406kcal, Białko 117,2g, Tłuszcze 90,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.33,2g, Węglowodany 306,6g, w tym Cukry proste 69,8g, Błonnik 28,4 Sól 7,5g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył pasta z jaj ze szczyp 50 jaja sopocka 30 soja sałata lod 30	Graham 30 glut psz żył ogórek kisz 50 gorcz 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 60 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 2218kcal, Białko 119,6g, Tłuszcze 82,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.18,9g, Węglowodany 251,2g, w tym Cukry proste 58g, Błonnik 34,6g, Sól 7,7g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył pasta z jaj ze szczyp 50 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 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka drob 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1906kcal, Białko 102,5g, Tłuszcze 77,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.18,2g, Węglowodany 232,8g, w tym Cukry proste 52,4g, Błonnik 28,1g, Sól 7,2g						
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 jajo 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 2036kcal, Białko 116,6g, Tłuszcze 114,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.43,8g, Węglowodany 137,1g, w tym Cukry proste 53,8g, Błonnik 9,1g, Sól 4,6g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. biszkopty 30 **glut psz jaja** mleko 200 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 211kcal, Białko 9,4g, Tłuszcze 5,5g, w tym Nasycone kw.

Tłuszcz.2,9g, Węglowodany 30,4g, w tym Cukry proste 21,4g, Błonnik 0,9g, Sól 0g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 22.05.2025r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 ser żółty 30 mleko kurczak got 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 mandarynka 100		grochowa 300 glut psz seler Bouet strogonoff z wieprz duszony 180 mleko glut psz seler kasza grycz. na sypko 200 sałatka z ogórka kisz z olejem 120 gorcz napój owoc 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 kielbasa szyn. 60 soja papryka kons 50 gorcz sałata lod. 30	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2456kcal, Białko 119,5g, Tłuszcze 83,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.33,1g, Węglowodany 327,9g, w tym Cukry proste 90,6g, Błonnik 35,7g, Sól 7,3g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twaróg 80 mleko kurczak got 30 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 napój ow 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja pomidor 80 sałata lod. 30	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2267kcal, Białko 99,5g, Tłuszcze 80,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.34,9g, Węglowodany 288,6g, w tym Cukry proste 83,7g, Błonnik 26,1g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twaróg 80 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20	kiwi 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 napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2251kcal, Białko 98,8g, Tłuszcze 80,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.34,9g, Węglowodany 285,5g, w tym Cukry proste 81,5g, Błonnik 22,5g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 twaróg 80 mleko kurczak got 30 soja 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 napój ow 250		Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2189kcal, Białko 98,6g, Tłuszcze 68,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.24g, Węglowodany 296,3g, w tym Cukry proste 88,7g, Błonnik 22,1g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz 80 glut psz masło15 mleko herbata 250 twaróg 80 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 Bułka psz 80 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 napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2426kcal, Białko 106,7g, Tłuszcze 94,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.42g, Węglowodany 290,8g, w tym Cukry proste 73,1g, Błonnik 24,7g, Sól 7,4g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żył masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył twaróg 80 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żył ogórek kisz 50 gorcz 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 60 glut psz żył masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got 60 soja	Graham30 glut psz żył parów 50 soja glut psz sał.lod 30
Wart odżyw. Energia 2200kcal, Białko 108,3g, Tłuszcze 95,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.30,7g, Węglowodany 220,2g, w tym Cukry proste 54,8g, Błonnik 26,4g, Sól 6,2g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żył masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył twaróg 80 mleko kurczak got 30 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 60 glut psz żył masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 soja	Sok warzyw 150 seler
Wart odżyw. Energia 1809kcal, Białko 88,9g, Tłuszcze 74,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.24,5g, Węglowodany 208,9g, w tym Cukry proste 49,6g, Błonnik 23,5g, Sól 7,2g						
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 2084kcal, Białko 95,1g, Tłuszcze 132,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.57,8g, Węglowodany 124,9g, Cukry proste 39,5g, Błonnik 8,6g, Sól 4,3g						

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, Tłuszcze 3,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 2,4g,

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.