

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 16.08.2024r.

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 twarózek ze szczyp.80 mleko polędwica z ind 30 soja mleko rzodkiewka 30 szpinak 10 banan 180		Grysikowa 300 glut psz seler Ryba smażona z sosem greckim 100/100 ryba glut psz seler ziemniaki got 200 rozszponka z olejem 15 kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko .herbata 250 schab pieczony własny 60 seler papryka kons 50 gorcz sałata .lod 30	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2290kcal, Białko 101g, Tłuszcz 75,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30g, Węglowodany 291,8g, Cukry proste 92g, Błonnik 26g, Sól 6,5g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarózek 80 mleko polędwica z ind 30 soja mleko pomidor 80 sałata ziel 20 banan 180		Grysikowa 300 glut psz seler Ryba dusz w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 marchewka oprósz.100 glut psz rozszponka z olejem 15 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 schab pieczony własny 60 seler pomidor 80 sałata lod 30	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2268kcal, Białko 98,6g, Tłuszcz 67,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29g, Węglowodany 309,7g, Cukry proste 90g, Błonnik 23,2g, Sól 6,3g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarózek 80 mleko polędwica z ind 30 soja mleko sałata ziel 20	banan 180	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba dusz w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 marchewka oprósz.100 glut psz rozszponka z olejem 15 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 schab pieczony własny 60 seler	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2243kcal, Białko 97,6g, Tłuszcz 67,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29g, Węglowodany 306,7g, Cukry proste 87,6g, Błonnik 18,8g, Sól 6,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 twarózek 80 mleko polędwica z ind 30 soja mleko sałata ziel 20	Jabłko got 150	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba dusz w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 marchewka oprósz.100 glut psz rozszponka z olejem 15 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 schab pieczony własny 60 seler	Jogurt natur. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2191kcal, Białko 97,9g, Tłuszcz 56,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22,6g, Węglowodany 299,1g, Cukry proste 76,1g, Błonnik 17,2g, Sól 6,1g						
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 twarózek 80 mleko polędwica z ind 30 soja mleko sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 szynka got 30 soja	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba dusz w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 marchewka oprósz.100 glut psz rozszponka z olejem 15 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 schab pieczony własny 60 seler	Jogurt natur. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2400kcal, Białko 105,6g, Tłuszcz 78g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.35,7g, Węglowodany 310g, Cukry proste 75,5g, Błonnik 18,8g, 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 twarózek 80 mleko polędwica z ind 30 soja mleko rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 szynka got 30 soja	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba dusz w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 marchewka oprósz.100 glut psz rozszponka z olejem 15 kompot wieloowocowy b/c 250	Jogurt natur. 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 schab pieczony własny 60 seler	Graham30 glut psz żyty jajko 50 jaja sał.lod 30
Wart odżyw. Energia 2192kcal, Białko 107,5g, Tłuszcz 64g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,6g, Węglowodany 255,5g, Cukry proste 49,8g, Błonnik 33,2g, Sól 7,2g						
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 twarózek 80 mleko polędwica z ind 30 soja mleko rzodkiewka 30		Grysikowa 300 glut psz seler Ryba dusz w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 marchewka oprósz.100 glut psz rozszponka z olejem 15 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 schab pieczony własny 60 seler	Jogurt natur. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1822kcal, Białko 92,3g, Tłuszcz 55,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22,5g, Węglowodany 215,8g, Cukry proste 42,3g, Błonnik 28,7g, Sól 6,6g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Makaron na ml 300 na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Zupa grysikowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	Jogurt natur. 150 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Ryż na ml 200 mle
Wart odżyw. Energia 2090kcal, Białko 108,1g, Tłuszcz 135,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57,7g, Węglowodany 116,8g, Cukry proste 25,4g, Błonnik 5,3g, 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 Olawa

JADŁOSPIS na dzień 17.08.2024r.

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 pasta z makreli ze szczyp. 50 ryba szynka got 30 soja ogórek kisz 50 gorcz rukola 10 arbuz 150		Grochowa z wędliną 300 glut psz seler soja Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 jogurt nat 150 mleko kompot wieloowoc.250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko .herbata 250 keczup 10 paróweczka drob 100 soja glut psz pomidor 80 sałata ziel 20	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2369kcal, Białko 95,8g, Tłuszcz 64,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,5g, Węglowodany 307,5g, Cukry proste 83,6g, Błonnik 30,4g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt pasta z tuńczyka 50 ryba szynka got 30 soja pomidor 80 roszonek 10 arbuz 150		Zurek lekki z wędliną 300 mleko glut psz seler soja Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 jogurt nat 150 mleko kompot wieloowoc.250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 keczup 10 paróweczka drob 100 soja glut psz pomidor 80 sałata ziel 20	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2249kcal, Białko 91,7g, Tłuszcz 50,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,5g, Węglowodany 306g, Cukry proste 83,2g, Błonnik 21,9g, Sól 7g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt szynka got 60 soja roszonek 10	arbuz 150	Zurek lekki z wędliną 300 mleko glut psz seler soja Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 jogurt nat 150 mleko kompot wieloowoc.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 2251kcal, Białko 80,1g, Tłuszcz 48,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,2g, Węglowodany 312,5g, Cukry proste 88,7g, Błonnik 19,5g, Sól 6,7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt pasta z tuńczyka 50 ryba szynka got 30 soja roszonek 10	Jabłko got 150	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler soja Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 jogurt nat 150 mleko kompot wieloowoc.250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2184kcal, Białko 79g, Tłuszcz 41,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19g, Węglowodany 314,2g, Cukry proste 92g, Błonnik 15,5g, 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 pasta z tuńczyka 50 ryba szynka got 30 soja roszonek 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler soja Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 jogurt nat 150 mleko kompot wieloowoc.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 2419kcal, Białko 96,1g, Tłuszcz 58g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 32,7g, Węglowodany 329g, Cukry proste 93,2g, Błonnik 15,6g, 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 pasta z tuńczyka 50 ryba szynka got 30 soja rukola 10	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 tofu 30 soja	Zurek lekki z wędliną 300 mleko glut psz seler soja Ryż brązowy zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 jogurt nat 150 mleko kompot wieloowoc. b/c 250	Sok pomid 150	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 paróweczka drob 100 soja glut psz	Graham30 glut psz żyty szyn kons 30 soja sał.ziel 20
Wart odżyw. Energia 2204kcal, Białko 99,6g, Tłuszcz 43,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,9g, Węglowodany 263,4g, Cukry proste 57,4g, Błonnik 32,2g, Sól 7,1g						
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 tuńczyka 50 ryba szynka got 30 soja rukola 10		Zurek lekki z wędliną 300 mleko glut psz seler soja Ryż brązowy zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 jogurt nat 150 mleko kompot wieloowoc b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka drob 60 soja glut psz	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 1885kcal, Białko 84,7g, Tłuszcz 36,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,8g, Węglowodany 240,4g, Cukry proste 50,5g, Błonnik 26,7g, Sól 6,5g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Manna na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Żurek 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 pomid 150
Wart odżyw. Energia 2093kcal, Białko 107,6g, Tłuszcz 134,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.56,2g, Węglowodany 113,8g, Cukry proste 29,5g, Błonnik 6,3g, Sól 3,1g						

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 0g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 18.08.2024r.

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 jajecznicza na parze ze szczyz 70 jaja filet z indyka piecz 30 soja papryka czerw 50 sałata ziel 20 brzoskwinia 120		Pomidorowa z makaronem 300 mleko glut psz seler kurczak duszony w sosie curry 180 glut psz mleko seler ziemniaki got 200 mizeria ze śmietaną 120 mleko herbata owoc 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 kiełbasa krakowska podsusz. 60 soja gorc sałata lodowa 30 marchew tarta z olejem 30	Serek wiejski lekki 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2284kcal, Białko 112,4g, Tłuszcze 95,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,7g, Węglowodany 249,8g, Cukry proste 64,5g, Błonnik 26,5g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko jajecznicza na parze 70 jaja filet z indyka piecz 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 brzoskwinia 120		Pomidorowa z makar.300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka duszona w sosie koperk. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja sałata lodowa 30 marchew tarta z olejem 30	Serek wiejski lekki 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2244kcal, Białko 111,6g, Tłuszcze 90g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,6g, Węglowodany 254,5g, Cukry proste 64,3g, Błonnik 23,4g, Sól 7g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko jajecznicza na parze 70 jaja filet z indyka piecz 30 soja sałata ziel 20	brzoskwinia 120	Pomidorowa z makar.300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka duszona siekana w sosie koperk. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz herbata 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Serek wiejski lekki 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2215kcal, Białko 111,3g, Tłuszcze 81,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,2g, Węglowodany 258,9g, Cukry proste 64,3g, Błonnik 20,3g, Sól 6,8g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko kakao na ml 250 mleko pasta z białka 50 jaja filet z indyka piecz 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Pomidorowa z makar.300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka duszona w sosie koperk. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz herbata 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Serek wiejski lekki 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2175kcal, Białko 109,7g, Tłuszcze 56,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,7g, Węglowodany 265,8g, Cukry proste 75,8g, Błonnik 18,6g, Sól 6,8g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko kakao na ml 250 mleko jajecznicza na parze 70 jaja filet z indyka piecz 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 sopock 30 soja	Pomidorowa z makar.300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka duszona w sosie koperk. 90/100 mleko glut psz seler 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 szynka kons 60 soja	Serek wiejski lekki 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2375kcal, Białko 119,9g, Tłuszcze 89,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.36g, Węglowodany 279,4g, Cukry proste 70g, Błonnik 17,5g, Sól 7,2g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko kakao na ml b/c 250 mleko jabłko 150 jajecznicza na parze 70 jaja filet z indyka piecz 30 soja papryka czerw 50	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 sopocka 30 soja	Pomidorowa z makar.300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka duszona w sosie koperk. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz mizeria z jogurtem nat.120 mleko herbata owoc b/c 250	Marchew tarta z olejem 30	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka kons 60 soja	Graham30 glut psz żyt galant dr 30 soja sał.lod 30
Wart odżyw. Energia 2200kcal, Białko 114,5g, Tłuszcze 78,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,9g, Węglowodany 248,6g, Cukry proste 44,5g, Błonnik 33,6g, Sól 7,3g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko kakao na ml b/c 250 mleko jabłko 150 jajecznicza na parze 70 jaja filet z indyka piecz 30 soja papryka czerw 50		Pomidorowa z makar.300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka duszona w sosie koperk. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz mizeria z jogurtem nat.120 mleko herbata owoc b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka kons 60 soja	Serek wiejski lekki 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1853kcal, Białko 109,9g, Tłuszcze 68,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22g, Węglowodany 206,5g, Cukry proste 40,5g, Błonnik 28,8g, Sól 6,9g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Ryż na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Zupa pomidorowa 300 zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	mus owoc-warzyw 100	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Kasza kuk na ml 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2126kcal, Białko 109,3g, Tłuszcze 128,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.55,8g, Węglowodany 110,3g, Cukry proste 24,4g, Błonnik 8,3g, Sól 3,4g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. mus owoc- warzyw 100 **Wart odżyw.** Energia 53kcal, Białko 0,7g, Tłuszcze g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.0g, Węglowodany 11,7g, Cukry proste 11,6g, Błonnik 1,7g, Sól 0g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 19.08.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Kasza jagl na ml 300 mleko Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z fasoli 50 sopocka 30 soja pomidor 80 roszponka 10 jabłko 150		Kapuśniak z młodej kapusty 300 mleko glut psz seler Naleśniki smażone z serem 350 (2 szt) mleko glut psz jaja surówka z marchwi i jabłka z olejem130 kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko .herbata 250 szynka drob. 60 soja ogórek ziel 50 sałata ziel 20	Sok warz 150 seler
Wart odżyw. Energia 2297kcal, Białko 88,3g, Tłuszcz 78g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.27,9g, Węglowodany 295,6g, Cukry proste 83g, Błonnik 28,4g, Sól 6,6g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet drob 40 mleko glut psz seler soja sopocka 30 soja pomidor 80 roszonek 10 jabłko 150		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi got. z masłem 350 (8 szt) mleko glut psz jaja surówka z marchwi i jabłka z olejem130 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka drob. 60 soja pomidor 80 sałata ziel 20	Sok warz 150 seler
Wart odżyw. Energia 2322kcal, Białko 87,8g, Tłuszcz 62,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28,1g, Węglowodany 336g, Cukry proste 74,6g, Błonnik 24,4g, Sól 6,5g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet drob 40 mleko glut psz seler soja sopocka 30 soja roszonek 10	Jabłko got 150	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi got.z masłem 350 (8 szt) mleko glut psz jaja marchewka got z olejem 100 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob. 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2333kcal, Białko 85,4g, Tłuszcz 61,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28,1g, Węglowodany 345,5g, Cukry proste 82,2g, Błonnik 22,7g, Sól 6,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 sopocka 60 soja roszonek 10	Jabłko got 150	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi got. z masłem 350 (8 szt) mleko glut psz jaja marchewka got z olejem 100 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob. 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2189kcal, Białko 88,3g, Tłuszcz 44,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.18,4g, Węglowodany 321,3g, Cukry proste 82g, Błonnik 21,7g, Sól 6,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasztet drob 40 mleko glut psz seler soja sopocka 30 soja roszonek 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 jajko 50 jaja	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi got. z masłem 350 (8 szt) mleko glut psz jaja marchewka got z olejem 100 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob. 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2458kcal, Białko 93,4g, Tłuszcz 74,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.34,9g, Węglowodany 343,8g, Cukry proste 81,5g, Błonnik 22,3g, 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 pasztet drob 40 mleko glut psz seler soja sopocka 30 soja roszonek 10	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 jajko 50 jaja	Kapuśniak z młodej kapusty 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi got.z masłem 350 (8 szt) mleko glut psz jaja surówka z marchwi i jabłka z olejem130 kompot wieloowocowy b/c 250	Sok warz 150 seler	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka drob. 60 soja	Graham30 glut psz żyt mozzarell 30 mleko sał.ziel 20
Wart odżyw. Energia 2200kcal, Białko 106g, Tłuszcz 62,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.27,5g, Węglowodany 272,4g, Cukry proste 44g, Błonnik 36,9g, Sól 7,2g						
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 sopocka 60 soja roszonek 10		Kapuśniak z młodej kapusty 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi got.z masłem 350 (8 szt) mleko glut psz jaja surówka z marchwi i jabłka z olejem130 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka drob. 60 soja	Sok warz 150 seler
Wart odżyw. Energia 1805kcal, Białko 83,2g, Tłuszcz 43g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.18,6g, Węglowodany 249,5g, Cukry proste 41,1g, Błonnik 32g, Sól 7g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasza jagl. na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Zupa jarzynowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	biszkopty 30 glut psz jaja mleko200 mle	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok warz 150 seler
Wart odżyw. Energia 2025kcal, Białko 88,8g, Tłuszcz 129,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.56,2g, Węglowodany 116,5g, Cukry proste 30,2g, Błonnik 7,5g, Sól 4,7g						

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

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 20.08..2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Lane cias na ml 300 mle glut psz jaja Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z sera i tuńczyka ze szczyp. 80 mleko ryba galantyna z ind 50 soja rzodkiewka 30 sałata lod. 30 arbusz 150		Krupnik 300 glut jęczm seler Rolada z indyka z pieca konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 surówka z czerwonej kapusty z olejem 120 gorcz woda z cytryną 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko .herbata 250 sopocka 60 soja pasta z groszku ziel 50 papryka czerw 50	Kefir nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2279kcal, Białko 117,2g, Tłuszcz 69,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,9g, Węglowodany 281,2g, Cukry proste 68,4g, Błonnik 25,2g, Sól 7,3g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Lane cias na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba galantyna z ind 50 soja pomidor 80 sałata lod. 30 arbusz 150		Krupnik 300 glut jęczm seler Rolada z indyka z pieca konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 buraczki opr. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 sopocka 60 soja pasta warzywna 50 seler roszonek 10	Kefir nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2241kcal, Białko 114,5g, Tłuszcz 63,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,5g, Węglowodany 288,5g, Cukry proste 73,7g, Błonnik 21,4g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Lane cias na ml 300 mle glut psz jaja Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twaróg 80 mleko szynka kons 30 soja roszonek 10	Arbusz 150	Krupnik 300 glut jęczm seler Rolada z indyka z pieca konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 buraczki opr. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Kefir nat 150 mleko + dżem 25
Wart odżyw. Energia 2210kcal, Białko 106,7g, Tłuszcz 62,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,7g, Węglowodany 295,4g, Cukry proste 78,8g, Błonnik 16,8g, Sól 6,8g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Lane cias na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba galantyna z ind 50 soja roszonek 10	Jabłko got 150	Krupnik 300 glut jęczm seler Rolada z indyka z pieca konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 buraczki opr. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Kefir nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2178kcal, Białko 114,5g, Tłuszcz 50,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,9g, Węglowodany 293,5g, Cukry proste 78,2g, Błonnik 20,1g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Lane cias na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba galantyna z ind 50 soja roszonek 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 szynka kons 30 soja	Krupnik 300 glut jęczm seler Rolada z indyka z pieca konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 buraczki opr. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Kefir nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2395kcal, Białko 122,6g, Tłuszcz 72g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,2g, Węglowodany 312,7g, Cukry proste 77,7g, Błonnik 20g, Sól 7,2g						
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 sera i tuńczyka 80 mleko ryba galantyna z ind 50 soja rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żył ogórek ziel 50 szynka kons 30 soja	Krupnik 300 glut jęczm seler Rolada z indyka z pieca konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 buraczki opr. 100 glut psz surówka z czerwonej kapusty z olejem 120 gorcz woda z cytryną 250	Kefir nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 sopocka 60 soja	Graham30 glut psz żył polęd dr 30 soja roszonek 10
Wart odżyw. Energia 2176kcal, Białko 124,1g, Tłuszcz 60,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,9g, Węglowodany 256,6g, Cukry proste 51,3g, Błonnik 34,8g, 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 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba galantyna z ind 50 soja rzodkiewka 30		Krupnik 300 glut jęczm seler Rolada z indyka z pieca konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 buraczki opr. 100 glut psz surówka z czerwonej kapusty z olejem 120 gorcz woda z cytryną 250		Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 sopocka 60 soja	Kefir nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1824kcal, Białko 106,2g, Tłuszcz 56,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,2g, Węglowodany 229g, Cukry proste 47,3g, Błonnik 30,1g, Sól 7g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Lane cias. na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Krupnik zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	kisiel owoc 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Kefir nat 150 mle
Wart odżyw. Energia 2037kcal, Białko 91,4g, Tłuszcz 133,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.58,7g, Węglowodany 118,5g, Cukry proste 40,7g, Błonnik 7,3g, Sól 3,9g						

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

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 21.08.2024r.

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 jajko got 1 szt jaja szynka kons 30 soja ogórek ziel 50 szpinak 10 nektaryna 120		Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko z kurczaka duszone w sosie własnym 150/100 glut psz ziemniaki got 200 sałatka z sałaty lodowej z ciecierz. z olejem 120 kompot wieloowoc. 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko .herbata 250 filet z indyka piecz. 60 soja pomidor 80 sałata lodowa 30	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2399kcal, Białko 98,4g, Tłuszcze 100,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33g, Węglowodany 278,5g, Cukry proste 74,6g, Błonnik 25,1g, Sól 6,9g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajko got 1 szt jaja szynka kons 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 nektaryna 120		Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko z kurczaka duszone w sosie własnym 150/100 glut psz ziemniaki got 200 sałatka z sałaty lodowej z olejem 100 kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka piecz. 60 soja pomidor 80 sałata lodowa 30	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2323kcal, Białko 95,4g, Tłuszcze 84,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32g, Węglowodany 279,6g, Cukry proste 77,8g, Błonnik 22,4g, Sól 6,6g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj 50 jaja szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Nektarynka 120	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Potrawka z kurczaka 180 glut psz mleko seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z pieca konw. z olejem 100kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka piecz. 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2266kcal, Białko 94,8g, Tłuszcze 84,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,1g, Węglowodany 273,6g, Cukry proste 74,5g, Błonnik 18,4g, Sól 6,6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 pasta z białka got 50 jaja szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Jabłko gotowane 150	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko z kurczaka duszone w sosie własnym 150/100 glut psz ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z pieca konw. z olejem 100 kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka piecz. 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2204kcal, Białko 93g, Tłuszcze 66,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,7g, Węglowodany 284,3g, Cukry proste 81,5g, Błonnik 20,3g, Sól 6,7g						
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 jajko got 1 szt jaja szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko z kurczaka duszone w sosie własnym 150/100 glut psz ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z pieca konw. z olejem 100 kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka piecz. 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2459kcal, Białko 102,2g, Tłuszcze 93,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.37,2g, Węglowodany 296,7g, Cukry proste 80,6g, Błonnik 21g, Sól 6,9g						
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 jajko got 1 szt jaja szynka kons 30 soja szpinak 10	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 ser biały 50 mleko	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko z kurczaka duszone w sosie własnym 150/100 glut psz ziemniaki got 200 sałatka z sałaty lodowej z ciecierz. z olejem 120 kompot wieloowoc. b/c 250	Sok pomid 150	Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 filet z indyka piecz. 60 soja	Graham30 glut psz żyt pasta z wędł 30 soja sał.lod 30
Wart odżyw. Energia 2204kcal, Białko 108,6g, Tłuszcze 86,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,8g, Węglowodany 231g, Cukry proste 49,2g, Błonnik 35,1g, Sól 6,9g						
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 jajko got 1 szt jaja szynka kons 30 soja szpinak 10		Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko z kurczaka duszone w sosie własnym 150/100 glut psz ziemniaki got 200 sałatka z sałaty lodowej z ciecierz. z olejem 120 kompot wieloowoc. b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 filet z indyka piecz. 60 soja	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 1913kcal, Białko 89,3g, Tłuszcze 81,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,8g, Węglowodany 206,3g, Cukry proste 44,5g, Błonnik 30,4g, Sól 6,5g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	manna na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Rosół z makaronem zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	Sok pomid 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Ryż na ml 200 mle
Wart odżyw. Energia 2101kcal, Białko 108,4g, Tłuszcze 143,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.61,2g, Węglowodany 104,7g, Cukry proste 26,4, Błonnik 6g, Sól 3,4g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. deser z jogurtu nat. i galaretki 150 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 48kcal, Białko 2,3g, Tłuszcze 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 Olawa

JADŁOSPIS na dzień 22.08.2024r.

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 topiony 50 mleko kurczak got 30 soja rzodkiewka 30 roszonek 10 jabłko 150		Brokułowa 300 mleko glut psz seler Gulasz strogonoff z łopatki duszony 180 mleko glut psz seler kasza gryczana na sypko 200 sałatka z ogórka kisz z olejem 120 gorcz napój owoc 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 mleko papryka kons 50 gorcz rukola 10	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2447kcal, Białko 102,5g, Tłuszcz 92,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.36,8g, Węglowodany 309g, Cukry proste 88,9g, Błonnik 27,6g, 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 kurczak got 30 soja pomidor 80 roszonek 10 jabłko 150		Brokułowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. dusz. w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut psz jarzyna dusz. 100 glut psz seler napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 mleko pomidor 80 sałata ziel 20	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2331kcal, Białko 99,4g, Tłuszcz 80,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,9g, Węglowodany 319,5g, Cukry proste 84,8g, Błonnik 31,8g, Sól 6,8 g						
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 kurczak got 30 soja roszonek 10	jabłko got 150	Brokułowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. siekane w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut psz jarzyna dusz. 100 glut psz seler napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 mleko	Jogurt nat 150 mleko + dżem 25
Wart odżyw. Energia 2324kcal, Białko 98,7g, Tłuszcz 80,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,6g, Węglowodany 323,2g, Cukry proste 89,7g, Błonnik 30,3g, Sól 6,6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 ser biały krojony 50 mleko kurczak got 30 soja roszonek 10	Jabłko got 150	Brokułowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. dusz. w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut psz jarzyna dusz.100 glut psz seler napój ow owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 mleko	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2218kcal, Białko 98,5g, Tłuszcz 67,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24g, Węglowodany 319,5g, Cukry proste 81,1g, Błonnik 21,8g, Sól 6,7g						
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 kurczak got 30 soja roszonek 10	Bułka psz 30 Bułka psz masło 10 mleko jabłko got 150 tuńczyk 30 ryba	Brokułowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut psz jarzyna dusz. 100 glut psz seler napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 mleko	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2400kcal, Białko 103,9g, Tłuszcz 84,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.36,1g, Węglowodany 312,3g, Cukry proste 84g, Błonnik 22,6g, 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 ser biały krojony 50 mleko kurczak got 30 soja rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 tuńczyk 30 ryba	Brokułowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut psz jarzyna dusz. 100 glut psz seler sałatka z ogórka kisz z olejem 120 gorcz kompot b/c 250	Jogurt nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got 60 mleko	Graham30 glut psz żyt pasta z jaj 50 jaj sał.zie 20
Wart odżyw. Energia 2263kcal, Białko 118,3g, Tłuszcz 75,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,9g, Węglowodany 267,2g, Cukry proste 50,9g, Błonnik 36g, Sól 7,2g						
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 kurczak got 30 soja rzodkiewka 30		Brokułowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut psz jarzyna dusz. 100 glut psz seler sałatka z ogórka kisz z olejem 120 gorcz kompot b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 mleko	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1950kcal, Białko 93,2g, Tłuszcz 62,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,4g, Węglowodany 244,3g, Cukry proste 43,5g, Błonnik 31,2g, Sól 6,9g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Zacierka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Brokułowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	Jogurt nat 150 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Manna na ml 200 mle glut psz
Wart odżyw. Energia 2072kcal, Białko 97,2g, Tłuszcz 132,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.59,2g, Węglowodany 129,4g, Cukry proste 30,8g, Błonnik 6,9g, Sól 3,9g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. ciastka maśl. 30 **glut psz jaja mleko** 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.