

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 18.07.2025r.

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 ciecierzycy 50 indyk got 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 kompot wielooowocowy 250		Chleb zw. 60 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 2265kcal, Białko 96,6g, Tłuszcze 60,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.26,7g, Węglowodany 309,7g, w tym Cukry proste 106,6g, Błonnik 30,5g, 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 indyk got 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 wielooowocowy 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 2248kcal, Białko 100,2g, Tłuszcze 61,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.26,6g, Węglowodany 297,5g, w tym Cukry proste 104,8g, Błonnik 23,3g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Kasza jęczm 300 mleko glut jęcz Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z wędliny 30 soja mleko indyk got 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 wielooowocowy 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 2273kcal, Białko 100,2g, Tłuszcze 61,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.25,9g, Węglowodany 303,2g, w tym Cukry proste 110,4g, Błonnik 22g, Sól 7,1g						
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 indyk got 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 wielooowocowy 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 97,7g, Tłuszcze 49,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.16,2g, Węglowodany 294,8g, w tym Cukry proste 88g, Błonnik 21,4g, 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 indyk got 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 wielooowocowy 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 2361kcal, Białko 110,4g, Tłuszcze 71,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.32,5g, Węglowodany 292,8g, w tym Cukry proste 85,8g, 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 indyk got 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 wielooowocowy 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 2202kcal, Białko 116,1g, Tłuszcze 60g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.17,5g, Węglowodany 251,5g, w tym Cukry proste 54,3g, Błonnik 26,8g, 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 jęcz żyt pasta z wędliny 30 soja mleko indyk got 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 wielooowocowy 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 1839kcal, Białko 90,3g, Tłuszcze 55,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.15,9g, Węglowodany 214,7g, w tym Cukry proste 49,7g, Błonnik 22,5g, Sól 7,2g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasza jecz 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 2051kcal, Białko 110,4g, Tłuszcze 121,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.46,4g, Węglowodany 116,9g, w tym Cukry proste 34,5g, Błonnik 6,7g, Sól 4,3g

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw: ciasto drożdżowe 50 **mleko glut psz jaja orzechy** **Wart odżyw.** Energia 296kcal, Białko 10,5g, Tłuszcze 11g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.3,5g, Węglowodany 38,4g, w tym Cukry proste 16,9g, Błonnik 0,2g, Sól 0,2g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 19.07.2025r.

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 twaróg ze szczyp. 80 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30 rukola 10 jabłko 150		Solferino 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/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 pomidor. 150
Wart odżyw. Energia 2297kcal, Białko 98,8g, Tłuszcze 81,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.31g, Węglowodany 292,5g, w tym Cukry proste 80,6g, Błonnik 24,2g, Sól 6,9g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twaróg 80 mleko szynka kons 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 jabłko 150		Solferino 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 keczup 10 paróweczka drob 100 soja glut psz pomidor 80 sałata lod. 30	Sok pomidor. 150
Wart odżyw. Energia 2244kcal, Białko 95,9g, Tłuszcze 79,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.33,6g, Węglowodany 291,7g, w tym Cukry proste 84,2g, Błonnik 21,7g, Sól 7g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 80 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twaróg 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got150	Solferino 300 mleko glut psz seler Potrawka z kurczaka duszona 180 mleko glut psz seler ryż na sypko 200 bukiet jarzyn z olejem 100 woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 paróweczka drob 100 soja glut psz	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2281kcal, Białko 96,8g, Tłuszcze 78,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.33,5g, Węglowodany 296,4g, w tym Cukry proste 85,2g, Błonnik 21,4g, Sól 7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twaróg 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Solferino 300 mleko glut psz seler Potrawka z kurczaka duszona 180 mleko glut psz seler ryż na sypko 200 bukiet jarzyn z olejem 100 woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z kurczaka z jarzynami 80 seler	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2183kcal, Białko 94,5g, Tłuszcze 58,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.18,7g, Węglowodany 298,4g, w tym Cukry proste 88,3g, Błonnik 18,1g, 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 twaróg 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 kurczak got 30 soja	Solferino 300 mleko glut psz seler Potrawka z kurczaka duszona 180 mleko glut psz seler ryż na sypko 200 bukiet jarzyn z olejem 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 paróweczka drob 100 soja glut psz	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2440kcal, Białko 104,6g, Tłuszcze 87,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.39,2g, Węglowodany 311g, w tym Cukry proste 83,8g, Błonnik 22g, Sól 7,3g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt twaróg 80 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz kurczak got 30 soja	Solferino 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 masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 paróweczka drob 100 soja glut psz	Graham30 glut psz żyt kielb. krak. 30 soja gorc sał.zie 20
Wart odżyw. Energia 2189kcal, Białko 110,5g, Tłuszcze 73,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.25g, Węglowodany 269,6g, w tym Cukry proste 52,7g, Błonnik 24,6g, Sól 7,6g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt twaróg 80 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30		Solferino 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 masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 pasta z kurczaka z jarzynami 80 seler	Sok pomidor. 150
Wart odżyw. Energia 1812kcal, Białko 92,7g, Tłuszcze 58,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.18g, Węglowodany 231,4g, w tym Cukry proste 48,3g, Błonnik 21,4g, Sól 7,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Manna na ml. zmiKS z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Solferino 300 zmiKS z mięsem i żółtkiem 300 glut psz mleko jaja seler	budyń ml 150 mleko glut psz	Zupa jarzynowa zmiKS. z mięsem 300 seler glut psz	Sok pomidor. 150
Wart odżyw. Energia 2012kcal, Białko 110,4g, Tłuszcze 109g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.42,2g, Węglowodany 127,1g, w tym Cukry proste 50,6g, Błonnik 16g, Sól 5g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. budyń ml 150 **mleko glut psz Wart odżyw.** Energia 140kcal, Białko 4,5g, Tłuszcze 2,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz. 1,7g, Węglowodany 22,5g, w tym Cukry proste 14,7g, Błonnik 0g, Sól 0,3g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 20.07.2025r.

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 brzoskwinia 120		Ryżowa 300 seler kotlet z indyka smaż. 110 jaja mleko glut psz ziemniaki got 200 marchewka dusz. z groszkiem 120 glut psz herbata owoc 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 sopočka 60 soja pomidor 80 sałata ziel z olejem 20	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2291kcal, Białko 99,7g, Tłuszcze 76,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.30,7g, Węglowodany 281,7g, w tym Cukry proste 84,3g, Błonnik 22,1g, Sól 6,9g						
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 brzoskwinia 120		Ryżowa 300 seler pierś z indyka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 marchewka dusz. 100 glut psz herbata j owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 sopočka 60 soja pomidor 80 sałata ziel z olejem 20	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2257kcal, Białko 94,2g, Tłuszcze 80,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.30,5g, Węglowodany 270,4g, w tym Cukry proste 86g, Błonnik 18,5g, Sól 7g						
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	brzoskwinia 120	Ryżowa 300 seler Potrawka z indyka 150 glut psz seler mleko ziemniaki got 200 marchewka 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 2251kcal, Białko 92,9g, Tłuszcze 76,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.31,2g, Węglowodany 269,2g, w tym Cukry proste 85,1g, Błonnik 17,9g, Sól 6,8g						
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	Ryżowa 300 seler pierś z indyka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 marchewka 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 2192kcal, Białko 93,9g, Tłuszcze 58,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.19,2g, Węglowodany 268,7g, w tym Cukry proste 79,7g, Błonnik 17,6g, Sól 6,6g						
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	Ryżowa 300 seler pierś z indyka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 marchewka 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 2300kcal, Białko 99,1g, Tłuszcze 83,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.36,4g, Węglowodany 278,8g, w tym Cukry proste 78,7g, Błonnik 19,4g, Sól 7g						
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	Ryżowa 300 seler pierś z indyka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 marchewka dusz. 100 glut psz surówka z młodej kapus. z jogur nat.120 mleko herbata owoc b/c 250	Jogurt nat 150 mleko	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 2204kcal, Białko 106,1g, Tłuszcze 75g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.22,5g, Węglowodany 258,3g, w tym Cukry proste 57,3g, Błonnik 24,9g, Sól 7,3g						
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		Ryżowa 300 seler pierś z indyka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 marchewka 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	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1840kcal, Białko 91,7g, Tłuszcze 69,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.20,6g, Węglowodany 229,2g, w tym Cukry proste 51,7g, Błonnik 21g, Sól 6,7g						
PŁYNNĄ WZMOC. ZMIKS. (14)	Makaron na ml. zmięks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Ryżowa 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 2016kcal, Białko 120,8g, Tłuszcze 109g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.42,9g, Węglowodany 130,1g, w tym Cukry proste 42,9g, Błonnik 4,4g, Sól 3,7g						

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 g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 21.07.2025r.

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 roszponka 10 arbuz 150		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/żyty 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 2262kcal, Białko 92,2g, Tłuszcze 69,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.31,3g, Węglowodany 292,7g, w tym Cukry proste 78g, Błonnik 31,4g, Sól 7,3g						
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 roszponka 10 arbuz 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 masło 15 mleko herbata 250 kurczak got 60 soja pomidor 80 sałata lodowa 30	Sok warzyw 150 seler
Wart odżyw. Energia 2252kcal, Białko 102,9,5g, Tłuszcze 66g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.27,6g, Węglowodany 294,4g, w tym Cukry proste 80g, Błonnik 26,7g, Sól 7,1g						
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 roszponka 10	arbuz 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 masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2266kcal, Białko 102,6g, Tłuszcze 64,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.26,8g, Węglowodany 308g, w tym Cukry proste 84,4g, Błonnik 24,3g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.80 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 ser biały krojony 80 mleko szynka got 30 soja roszponka 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 masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2200kcal, Białko 103g, Tłuszcze 51g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.15,3g, Węglowodany 317,4g, w tym Cukry proste 93,2g, Błonnik 22,5g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (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 roszponka 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 2426kcal, Białko 110,9g, Tłuszcze 72,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.31,6g, Węglowodany 334,6g, w tym Cukry proste 94,8g, Błonnik 26,8g, Sól 7,3g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt ser biały krojony 80 mleko szynka got 30 soja rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt 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 żyt masło ^{3/4} 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 2214kcal, Białko 117,5g, Tłuszcze 59,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.18,7g, Węglowodany 264,5g, w tym Cukry proste 58,2g, Błonnik 25,1g, Sól 7,5g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt ser biały krojony 80 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 mleko sałata ziel z olejem 20 kompot wieloow, b/c 250		Graham 60 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 kurczak got 60 soja	Sok warzyw 150 seler
Wart odżyw. Energia 1816kcal, Białko 100,5g, Tłuszcze 50,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.15g, Węglowodany 230,9g, w tym Cukry proste 52,5g, Błonnik 22,4g, Sól 7,2g						
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 2095kcal, Białko 115,5g, Tłuszcze 122,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.48g, Węglowodany 138,4g, w tym Cukry proste 36g, Błonnik 7,4g, Sól 3,5g						

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 22.07.2025r.

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 żył 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 2313kcal, Białko 96,1g, Tłuszcze 85,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.32,4g, Węglowodany 276,5g, w tym Cukry proste 78,7g, Błonnik 25,9g, Sól 7,2g						
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 2280kcal, Białko 100,7g, Tłuszcze 80,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.31,3g, Węglowodany 276,7g, w tym Cukry proste 77,5g, Błonnik 22,2g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (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 2370kcal, Białko 97,7g, Tłuszcze 90,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.38,1g, Węglowodany 277,9g, w tym Cukry proste 81,4g, Błonnik 20,6g, Sól 7,3g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 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 dusz. 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2190kcal, Białko 99,6g, Tłuszcze 67,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.20,8g, Węglowodany 280,8g, w tym Cukry proste 80,6g, Błonnik 20,3g, Sól 7,2g						
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 Bułka psz 80 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 2473kcal, Białko 109,8g, Tłuszcze 90,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.38,9g, Węglowodany 295,8g, w tym Cukry proste 81,4g, Błonnik 22,9g, 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 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko papryka czerw 50	Graham 30 glut psz żył 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 żył masło ³ / ₄ 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 2201kcal, Białko 111,5g, Tłuszcze 80,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.25g, Węglowodany 251g, w tym Cukry proste 52g, Błonnik 26,1g, Sól 7,6g						
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 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 żył masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1834kcal, Białko 91g, Tłuszcze 70,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.20,2g, Węglowodany 215,7g, w tym Cukry proste 45,2g, Błonnik 21,3g, Sól 7,1g						
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 2027kcal, Białko 109,4g, Tłuszcze 122,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.46,1g, Węglowodany 108,8g, w tym Cukry proste 40,7g, Błonnik 8,8g, Sól 4,5g						

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 23.07.2025r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Kasza jagl.na ml 300 mleko Chleb zw.60 graham 30 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. 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 2308kcal, Białko 106,7g, Tłuszcze 83g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.29,6g, Węglowodany 290,6g, w tym Cukry proste 84g, Błonnik 33,7g, Sól 6, 8g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza jagl.na ml 300 mleko Bułka psz.80 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.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka drob 60 soja pomidor 80 roszponka 10	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2267kcal, Białko 107,6g, Tłuszcze 82,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.29,4g, Węglowodany 285,3g, w tym Cukry proste 81g, Błonnik 32,6g, Sól 6,6g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniiona (P3)	Kasza jagl.na ml 300 mleko Bułka 80 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.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Skyr wanil. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2281kcal, Białko 102,3g, Tłuszcze 81,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.29,4g, Węglowodany 291,5g, w tym Cukry proste 88g, Błonnik 31,4g, Sól 6,4g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Kasza jagl.na ml 300 mleko Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 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.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2184kcal, Białko 107,8g, Tłuszcze 60,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.16,9g, Węglowodany 291,4g, w tym Cukry proste 81,4g, Błonnik 26,7g, Sól 6,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Kasza jagl.na ml 300 mleko Bułka psz 80 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.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2432kcal, Białko 115,2g, Tłuszcze 92,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.34,2g, Węglowodany 299,7g, w tym Cukry proste 89,4g, Błonnik 31,5g, Sól 6,8g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt jajecznicza na parze 70 jaja sopocka 30 soja sałata lod 30	Graham 30 glut psz żyt 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 żyt masło ³ / ₄ 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 116,5g, Tłuszcze 82,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.19,7g, Węglowodany 256,8g, w tym Cukry proste 58g, Błonnik 34,3g, Sól 7g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt 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 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka drob 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1885kcal, Białko 99g, Tłuszcze 78,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.17g, Węglowodany 220,8g, w tym Cukry proste 53g, Błonnik 28,3g, Sól 6,7g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasza jagl. 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	biskopity 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 4,3g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. biskopity 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 0,06g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 24.07.2025r.

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 sał. ziel 20 nektaryna 120		fasolowa 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 kiełbasa szyn. 60 soja papryka kons 50 gorcz sałata lod. 30	mus owoc-warzyw. 100
Wart odżyw. Energia 2396kcal, Białko 109,5g, Tłuszcze 83,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.33,6g, Węglowodany 320,4g, w tym Cukry proste 89,9g, Błonnik 35,5g, Sól 6,8g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 nektaryna 120		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	mus owoc-warzyw. 100
Wart odżyw. Energia 2285kcal, Białko 100g, Tłuszcze 81,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.35,7g, Węglowodany 297,9g, w tym Cukry proste 83,8g, Błonnik 25,1g, Sól 6,3g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20	nektaryna 120	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	mus owoc-warzyw. 100
Wart odżyw. Energia 2269kcal, Białko 100,3g, Tłuszcze 81,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.35,4g, Węglowodany 294,5g, w tym Cukry proste 82,6g, Błonnik 23,8g, Sól 6,3g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 twarożek 80 mleko kurczak got 30 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 napój ow 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2189kcal, Białko 99,5g, Tłuszcze 68,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.24,7g, Węglowodany 300,3g, w tym Cukry proste 87,2g, Błonnik 20g, 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 twarożek 80 mleko kurczak got 30 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 napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2420kcal, Białko 106,1g, Tłuszcze 93,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.41,8g, Węglowodany 310,3g, w tym Cukry proste 85,6g, Błonnik 22,4g, Sól 7,4g						
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 twarożek 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 wieloowoc b/c 250	Sok warzyw 150 seler	Graham 60 glut psz żył masło¼ 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 2233kcal, Białko 110,1g, Tłuszcze 88,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28,5g, Węglowodany 268,7g, w tym Cukry proste 59,3g, Błonnik 25,3g, Sól 7,6g						
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 twarożek 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 wieloowoc b/c 250		Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 soja	Sok warzyw 150 seler
Wart odżyw. Energia 1880kcal, Białko 92,2g, Tłuszcze 75,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.24,1g, Węglowodany 230,5g, w tym Cukry proste 55g, Błonnik 22,3g, Sól 7,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	zacierka na ml na ml. zmiłs z żółtkiem i masłem 300 glut mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa kalafiorowa zmiłs z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Sok warzyw 150 seler	Zupa jarzynowa zmiłs. z mięsem 300 seler glut psz	Ryż na ml 200 mle
Wart odżyw. Energia 2029kcal, Białko 123,9g, Tłuszcze 124g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.47,1g, Węglowodany 123,8g, w tym Cukry proste 37,7g, Błonnik 8,8g, Sól 5,1g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. jogurt owoc 150 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 123kcal, Białko 4,2g, Tłuszcze 3,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.2,5g, Węglowodany 18g, w tym Cukry proste 18g, Błonnik 0g, Sól 0,2g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.