

SP ZOZ Olawa
JADŁOSPIS na dzień 20.09.2024r.

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 twarożek ze szczyp.80 mleko polędwica z ind 30 soja mleko rzodkiewka 30 szpinak 10 banan 180		Krupnik 300 glut jęcz 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 2305kcal, Białko 100,2g, Tłuszcze 75g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,5g, Węglowodany 296g, w tym Cukry proste 92,7g, Błonnik 25,1g, Sól 6,9g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarożek 80 mleko polędwica z ind 30 soja mleko pomidor 80 sałata ziel 20 banan 180		Krupnik 300 glut jęcz 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 2283kcal, Białko 98g, Tłuszcze 67,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,7g, Węglowodany 315g, w tym Cukry proste 92g, Błonnik 22,1g, Sól 6,8g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniiona (P3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarożek 80 mleko polędwica z ind 30 soja mleko sałata ziel 20	banan 180	Krupnik 300 glut jęcz 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 2263kcal, Białko 96,5g, Tłuszcze 67,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,6g, Węglowodany 312,1g, w tym Cukry proste 88,4g, Błonnik 17,5g, Sól 6,8g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 twarożek 80 mleko polędwica z ind 30 soja mleko sałata ziel 20	Jabłko got 150	Krupnik 300 glut jęcz 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 2204kcal, Białko 98,8g, Tłuszcze 56,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22,1g, Węglowodany 304,7g, w tym Cukry proste 77,9g, Błonnik 20,4g, Sól 6,8g						
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 twarożek 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	Krupnik 300 glut jęcz 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 2419kcal, Białko 104,5g, Tłuszcze 77g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.35,2g, Węglowodany 314,6g, w tym Cukry proste 76,5g, Błonnik 21g, Sól 7,2g,						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt twarożek 80 mleko polędwica z ind 30 soja mleko rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 szynka got 30 soja	Krupnik 300 glut jęcz 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 2204kcal, Białko 107,4g, Tłuszcze 68,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,9g, Węglowodany 254,2g, w tym Cukry proste 48,9g, Błonnik 36,3g, Sól 7,5g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt twarożek 80 mleko polędwica z ind 30 soja mleko rzodkiewka 30		Krupnik 300 glut jęcz 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 1824kcal, Białko 90,2g, Tłuszcze 59,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,7g, Węglowodany 216,6g, w tym Cukry proste 43,7g, Błonnik 30,6g, Sól 7,3g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Makaron na ml 300 na ml. zmiks z zółtkiem i masłem 300 glut mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Krupnik 300 zmiks z mięsem i zółtkiem 300 glut jęczm jaja seler	Jogurt natur. 150 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Ryż na ml 200 mle
Wart odżyw. Energia 2113kcal, Białko 107,2g, Tłuszcze 134,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57,6g, Węglowodany 112,7g, w tym Cukry proste 27,2g, Błonnik 8,7g, Sól 3,6g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. chałka drożdżowa 50 **mleko glut psz jaja** + mleko 200 **mleko** **Wart odżyw.** **Wart odżyw.** Energia 270kcal, Białko 10,5g, Tłuszcze 7,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 3,8g, Węglowodany 38,4g,w tym Cukry proste 5,5g, Błonnik 0,9g, Sól 0,4g

SP ZOZ Oława
JADŁOSPIS na dzień 21.09.2024r.

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 arbus 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 95,7g, 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 arbus 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 2250kcal, Białko 90,7g, Tłuszcz 49,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,6g, Węglowodany 298,7g, Cukry proste 83,2g, Błonnik 21,9g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt szynka got 60 soja roszonek 10	arbus 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 79,5g, Tłuszcz 47,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,2g, Węglowodany 303g, Cukry proste 87,7g, Błonnik 19,5g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (nisko-tłuszczowa) (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 80,8g, Tłuszcz 39,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,6g, Węglowodany 309,5g, Cukry proste 96,5g, Błonnik 15,5g, Sól 6,9g						
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 96,2g, Tłuszcz 57,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,7g, Węglowodany 329g, Cukry proste 92,2g, Błonnik 15,6g, Sól 7,3g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt 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 żyt szyn kons 30 soja sał.ziel 20
Wart odżyw. Energia 2183kcal, Białko 99,6g, Tłuszcz 41,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,7g, Węglowodany 263,4g, Cukry proste56,4 g, Błonnik 32,9g, Sól 7,4g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt 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 1759kcal, Białko 81,3g, Tłuszcz 40,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20g, Węglowodany 238.6g, Cukry proste 50,4g, Błonnik 26,4g, Sól 6,9g						
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 2084kcal, Białko 106,4g, Tłuszcz 135,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.56,6g, Węglowodany 113,8g, Cukry proste 29,5g, Błonnik 6,9g, Sól 4g						

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

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 22.09.2024r.

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 jajecznica na parze ze szczyr 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 kielbasa 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, Tłuszcz 95,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,8g, Węglowodany 250,6g, Cukry proste 65,2g, Błonnik 26,5g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko jajecznica 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, Białko111,8 g, Tłuszcz 90g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,1g, Węglowodany 255,4g, Cukry proste 64,9g, Błonnik 23,4g, Sól 7g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko jajecznica 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 2214kcal, Białko 113,3g, Tłuszcz 81,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,6g, Węglowodany 257,5g, Cukry proste 63,4g, Błonnik 22,4g, Sól 6,9g						
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, Tłuszcz 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 jajecznica 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 119,4g, Tłuszcz 89,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.36g, Węglowodany 278,1g, 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 jajecznica 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 szynka dr 30 soja sał.lod 30
Wart odżyw. Energia 2200kcal, Białko 114,5g, Tłuszcz 79,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,9g, Węglowodany 241,4g, Cukry proste 43,8g, Błonnik 34,6g, Sól 7,4g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko kakao na ml b/c 250 mleko jabłko 150 jajecznica 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 1834kcal, Białko 109,9g, Tłuszcz 68g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22g, Węglowodany 203,7g, Cukry proste 39,6g, Błonnik 27,8g, 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, Tłuszcz 128,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.55,8g, Węglowodany 110,3g, Cukry proste 34,4g, Błonnik 8,3g, Sól 3,5g						

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

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 23.09.2024r.

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 roszonek 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 olejem 130 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 2304kcal, Białko 89,2g, Tłuszcz 78,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28g, Węglowodany 295,1g, Cukry proste 82,4g, Błonnik 28,4g, Sól 7,2g						
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 olejem 130 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 2329kcal, Białko 87,8g, Tłuszcz 62,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,4g, Węglowodany 337,2g, Cukry proste 74g, Błonnik 24,5g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (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 2327kcal, Białko 85,3g, Tłuszcz 61,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,1g, Węglowodany 346,5g, Cukry proste 80,2g, Błonnik 22,1g, Sól 7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło 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 masło 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob. 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2200kcal, Białko 89g, Tłuszcz 43,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,5g, Węglowodany 346,3g, Cukry proste 80,6g, Błonnik 22,1g, Sól 6,9g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	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 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 2477kcal, Białko 93g, Tłuszcz 73,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.35,2g, Węglowodany 349,8g, Cukry proste 79,7g, Błonnik 22,7g, Sól 7,2g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło 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 olejem 130 kompot wieloowocowy b/c 250	Sok warz 150 seler	Graham 80 glut psz żyt masło 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka drob. 60 soja	Graham 30 glut psz żyt mozzarell 30 mleko sał.ziel 20
Wart odżyw. Energia 2194kcal, Białko 108,6g, Tłuszcz 60,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,7g, Węglowodany 286,3g, Cukry proste 44,4g, Błonnik 37,2g, Sól 7,3 g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło 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 olejem 130 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka drob. 60 soja	Sok warz 150 seler
Wart odżyw. Energia 1809kcal, Białko 83,6g, Tłuszcz 42,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,2g, Węglowodany 250g, Cukry proste 39,7g, Błonnik 32g, Sól 6,7g						
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 mleko 200 mle	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok warz 150 seler
Wart odżyw. Energia 2122kcal, Białko 106,5g, Tłuszcz 125,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.56,2g, Węglowodany 116,7g, Cukry proste 30,3g, Błonnik 7,8g, Sól 4,5g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. biszkopty 30 **glut psz jaja** mleko 200 **mleko** **Wart odżyw.** **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 24.09.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Lane ciastka 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 lodowa 30		Grycikowa 300 glut psz 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 2263kcal, Białko 118,5g, Tłuszcze 70,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,4g, Węglowodany 280,6g, Cukry proste 67,2g, Błonnik 24,6g, Sól 7,8g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Lane ciastka 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 lodowa 30		Grycikowa 300 glut psz 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 roszponka 10	Kefir nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2236kcal, Białko 118,9g, Tłuszcze 63,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,9g, Węglowodany 287,3g, Cukry proste 71,2g, Błonnik 21,7g, Sól 7,5g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Lane ciastka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twaróg 80 mleko szynka kons 30 soja roszponka 10		Grycikowa 300 glut psz 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 2252kcal, Białko 112,3g, Tłuszcze 63,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,6g, Węglowodany 300,9g, Cukry proste 81,1g, Błonnik 20,8g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Lane ciastka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło ¼ 10 mleko herbata 250 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba galantyna z ind 50 soja roszponka 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 masło ¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Kefir nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2189kcal, Białko 118,3g, Tłuszcze 51,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,1g, Węglowodany 291,4g, Cukry proste 77,5g, Błonnik 21,4g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Lane ciastka 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 roszponka 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 szynka kons 30 soja	Grycikowa 300 glut psz 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 2351kcal, Białko 122,5g, Tłuszcze 71,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,9g, Węglowodany 308,2g, Cukry proste 76,9g, Błonnik 18,7g, Sól 7,6g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło ¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba galantyna z ind 50 soja rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 szynka kons 30 soja	Grycikowa 300 glut psz 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 żyt masło ¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 sopocka 60 soja	Graham 30 glut psz żyt polęd dr 30 soja roszpon 10
Wart odżyw. Energia 2200kcal, Białko 128,2g, Tłuszcze 61,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,3g, Węglowodany 260,9g, Cukry proste 51,5g, Błonnik 32,5g, Sól 7,9g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło ¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba galantyna z ind 50 soja rzodkiewka 30		Grycikowa 300 glut psz 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 żyt masło ¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 sopocka 60 soja	Kefir nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1817kcal, Białko 107,8g, Tłuszcze 57,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,7g, Węglowodany 224,6g, Cukry proste 45,9g, Błonnik 26,8g, Sól 7,2g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Lane ciastka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Grycikowa 300 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 2094kcal, Białko 108,8g, Tłuszcze 130,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.55,7g, Węglowodany 117,9g, Cukry proste 40,9g, Błonnik 6,4g, Sól 4g						

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

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 25.09.2024r.

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 wielooowoc. 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, Tłuszcz 100,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33g, Węglowodany 278,5g, Cukry proste 74,6g, Błonnik 25,1g, Sól 7,3g						
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 wielooowoc. 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, Tłuszcz 84,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32g, Węglowodany 279,6g, Cukry proste 77,8g, Błonnik 22,4g, Sól 7g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (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 wielooowoc. 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, Tłuszcz 84,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,1g, Węglowodany 273,6g, Cukry proste 74,5g, Błonnik 18,4g, Sól 7g						
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 wielooowoc. 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, Tłuszcz 66,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,7g, Węglowodany 284,3g, Cukry proste 81,5g, Błonnik 20,3g, Sól 7,1g						
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 wielooowoc. 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, Tłuszcz 93,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.37,2g, Węglowodany 296,7g, Cukry proste 80,6g, Błonnik 21g, Sól 7,3g						
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 wielooowoc. 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, Tłuszcz 86,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,8g, Węglowodany 231g, Cukry proste 49,2g, Błonnik 35,1g, Sól 7,5g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt 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 wielooowoc. 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, Tłuszcz 81,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,8g, Węglowodany 206,3g, Cukry proste 41,6g, Błonnik 30,4g, Sól 6,9g						
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, Tłuszcz 143,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.61,2g, Węglowodany 104,7g, Cukry proste 26,4g, Błonnik 6g, Sól 3,4g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. deser z jogurtu nat. i galaretki 150 **mleko** **Wart odżyw.** **Wart odżyw.** Energia 48kcal, Białko 2,3g, Tłuszcz 1,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.1g, Węglowodany 6,2g, Cukry proste 6g, Błonnik g, Sól 0,1g **Wielkości porcji wyrażone są w g lub m**

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 26.09.2024r.

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 łopatkami 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/żył 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 2407kcal, Białko 102,8g, Tłuszcz 92,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.36,5g, Węglowodany 298,5g, Cukry proste 83g, Błonnik 26,6g, Sól 7,3g						
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 2278kcal, Białko 97,5g, Tłuszcz 81,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,7g, Węglowodany 308,4g, Cukry proste 78,3g, Błonnik 29,6g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (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 2292kcal, Białko 97,3g, Tłuszcz 80,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,4g, Węglowodany 311,3g, Cukry proste 84,9g, Błonnik 25,3g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 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 masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 mleko	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2211kcal, Białko 97,3g, Tłuszcz 68,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,7g, Węglowodany 308,4g, Cukry proste 76,6g, Błonnik 22,5g, Sól 7,2g						
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 glut 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 2331kcal, Białko 102,3g, Tłuszcz 84,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.35,9g, Węglowodany 297,4g, Cukry proste 77,7g, Błonnik 26,2g, Sól 7,3g						
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 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 masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got 60 mleko	Graham30 glut psz żył pasta z jaj 50 jaj sał.zie 20
Wart odżyw. Energia 2194kcal, Białko 116,7g, Tłuszcz 75g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,7g, Węglowodany 262,2g, Cukry proste 46,9g, Błonnik 38,7g, Sól 7,4g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żył masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył 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 żył masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 mleko	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1863kcal, Białko 90,6g, Tłuszcz 66,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,6g, Węglowodany 230,7g, Cukry proste 42,6g, Błonnik 33,1g, Sól 7,1g						
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 2013kcal, Białko 97,4g, Tłuszcz 132,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.60g, Węglowodany 114,8g, Cukry proste 26,7g, Błonnik 6,7g, Sól 3,9g						

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