

SP ZOZ Olawa		JADŁOSPIS na dzień 21.05.2026r.				
DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01) (C01) (P01)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata b/c 250 ser żółty 30 mleko kurczak got 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 pomarańcza 100		grochowa 300 glut psz seler Bouet strogonoff z wieprz. duszony 180 mleko glut psz seler kasza jęczm. na sypko 200 glut jęczm sałatka szwedzka z olejem 100 gorcz herbata owoc 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 30 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 kiełbasa szyn. 60 soja papryka kons 50 gorcz sałata lod. 30	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2340kcal, Białko 100,8g, Tłuszcze 97,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.32,8g, Węglowodany 274,6g, w tym Cukry proste 60g, Błonnik 36,3g, Sód 2,9g						
ŁATWOSTRAWNA (D02) (C02) (P02)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 pomarańcza 100		kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 szynka biała 60 soja pomidor 80 sałata lod. 30	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2266kcal, Białko 100,4g, Tłuszcze 81,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.32,1g, Węglowodany 247g, w tym Cukry proste 59,2g, Błonnik 32,1g, Sód 2,7g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02/1)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20	pomarańcza 100	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. siekane duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 szynka biała 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2235kcal, Białko 99,6g, Tłuszcze 80,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.32g, Węglowodany 243,1g, w tym Cukry proste 56,7g, Błonnik 30g, Sód 2,6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (D05)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata b/c250 twarożek 80 mleko kurcza got 30 soja sałata ziel 20	arbuz 150	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszo w sosie 90/100 mle glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz herb owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło¾ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 szynka biała 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2171kcal, Białko 98,4g, Tłuszcze 67,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.23,8g, Węglowodany 253g, w tym Cukry proste 65g, Błonnik 26,7g, Sód 2,8g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz jajko got 50 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 szwedzka z olejem 100 gorcz herbata owoc 250	Sok warzyw 150 seler	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka biała 60 soja	Graham30 glut psz żył parów 50 soja glut psz sał.lod 30
Wart odżyw. Energia 2206kcal, Białko 111g, Tłuszcze 85,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.26,8g, Węglowodany 241,8g, w tym Cukry proste 54,8g, Błonnik 32,2g, Sód 3,2g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt 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 szwedzka z olejem 100 gorcz herbata owoc 250		Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka biała 60 soja	Sok warzyw 150 seler
Wart odżyw. Energia 1890kcal, Białko 93,8g, Tłuszcze 72,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.22,5g, Węglowodany 209,7g, w tym Cukry proste 52g, Błonnik 28,1g, Sód 2,8g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	zacierka na ml na ml. zmięks z żółtkiem i masłem 300 glut mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa kalafiorowa zmięks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Sok warzyw 150 seler	Zupa jarzynowa zmięks. z mięsem 300 seler glut psz	Ryż na ml 200 mle
Wart odżyw. Energia 2013kcal, Białko 121,5g, Tłuszcze 112,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.47,8g, Węglowodany 121,4g, w tym Cukry proste 37,1g, Błonnik 8g, Sód 1,8g						
Dodatek dla ciężar. i położnic.(S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jajko got 50 jaja sałata ziel 20					
Wart odżyw. Energia 226kcal, Białko 8,7g, Tłuszcze 14,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.7,3g, Węglowodany 19g, w tym Cukry proste 0,6g, Błonnik 0,5g, Sód 0,1g						
Dodatek dla dzieci, ZOL_u, Hospicjum, położnic i ciężar.(P)	Jogurt owoc 150 mleko					
Wart odżyw. Energia 123kcal, Białko 4,2g, Tłuszcze 3,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.2,4g, Węglowodany 18g, w tym Cukry proste 18g, Błonnik 0g, Sód 0g						
Wielkości porcji wyrażone sa w g lub ml.						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa		JADŁOSPIS na dzień 22.05.2026r.				
DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01) (C01) (P01)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata b/c 250 pasta z fasoli 50 filet z ind 30 soja papryka kons 50 gorcz sałata lodowa 30 banan 180		Pomidorowa z makar. 300 glut psz seler mleko Ryba smażona 100 ryba glut psz jaja ziemniaki got. 200 surówka z pora i jabłka z majon. 120 mleko jaja gorcz kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 30 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 szynka kons. 60 soja sałata ziel.20 marchew tarta z olejem 30	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2336kcal, Białko 97,1g, Tłuszcze 73,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.25,3g, Węglowodany 316,4g, w tym Cukry proste 102,5g, Błonnik 34,4g, Sód 2,9g						
ŁATWOSTRAWNA (D02) (C02) (P02)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 parówka wieprz 50 soja filet z ind 30 soja pomidor 80 sałata lodowa 30 banan 180		Pomidorowa z makar. 300 glut psz seler mleko Ryba dusz. w jarzynach 80/100 ryba glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 roszonek z olejem 10 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 szynka kons. 60 soja sałata ziel 20 marchew tarta z olejem 30	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2271kcal, Białko 91,2g, Tłuszcze 77,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28,4g, Węglowodany 270,4g, w tym Cukry proste 103,5g, Błonnik 27,8g, Sód 2,7g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02/1)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 parówka wieprz 50 soja filet z ind 30 soja sałata ziel 20	banan 180	Pomidorowa z makar. 300 glut psz seler mleko Ryba dusz. w jarzynach 80/100 ryba glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 roszonek z olejem 10 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 szynka kons. 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2276kcal, Białko 89,4g, Tłuszcze 73g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28g, Węglowodany 283,9g, w tym Cukry proste 110,4g, Błonnik 25,3g, Sód 2,6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (D05)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata b/c 250 filet z ind 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Pomidorowa z makar. 300 glut psz seler mleko Ryba dusz. w jarzynach 80/100 ryba glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 roszonek z olejem 10 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 szynka kons. 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2170kcal, Białko 84,4g, Tłuszcze 50,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.18g, Węglowodany 266,3g, w tym Cukry proste 94,5g, Błonnik 24,3g, Sód 2,7g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt parówka wieprz 50 soja filet z ind 30 soja sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz sopocka 30 soja	Pomidorowa z makar. 300 glut psz seler mleko Ryba dusz. w jarzynach 80/100 ryba glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 roszonek z olejem 10 kompot wieloowocowy b/c 250	Sok warz 150 seler	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka kons. 60 soja	Graha 30 glut psz żyt szynk dr 30 soja sał. ziel 20
Wart odżyw. Energia 2184kcal, Białko 95,4g, Tłuszcze 64,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.22g, Węglowodany 247,3g, w tym Cukry proste 80,2g, Błonnik 35,2g, Sód 3,1g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt filet z ind 30 soja sałata lodowa 30		Pomidorowa z makar. 300 glut psz seler mleko Ryba dusz. w jarzynach 80/100 ryba glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 roszonek z olejem 10 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka kons. 60 soja	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 1874kcal, Białko 82g, Tłuszcze 58,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.19,7g, Węglowodany 211,6g, w tym Cukry proste 76,3g, Błonnik 27,5g, Sód 2.8g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	Kasza jęczm na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko glut jęcz jaja	Bulion mięs. 200 seler	Pomidorowa z makaronem 300 zmiks.z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler mleko	budyń ml 150 mleko glut psz	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok warz 150 seler
Wart odżyw. Energia 2050kcal, Białko 108,5g, Tłuszcze 106g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.33,7g, Węglowodany 122,9g, w tym Cukry proste 55,7g, Błonnik 6,3g, Sód 1,3g						
Dodatek dla ciężar. i położnic.(S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko sopocka 30 soja sałata ziel 20					
Wart odżyw. Energia 187kcal, Białko 7,6g, Tłuszcze 10,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.6,5g, Węglowodany 18,5g, w tym Cukry proste 0,4g, Błonnik 0,5g, Sód 0,4g						
Dodatek dla dzieci, ZOL_u, Hospicjum, położnic i ciężar.(P)	Budyń ml 150 mleko glut psz					
Wart odżyw. Energia 147kcal, Białko 5,5g, Tłuszcze 3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.1,4g, Węglowodany 23,1g, w tym Cukry proste 21,1g, Błonnik 0g, Sód 0,02g						
Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa		JADŁOSPIS na dzień 23.05.2026r.				
DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01) (C01) (P01)	Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko jajko got 1 szt jaja szynka got 30 soja pomidor 80 rukola 10 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęczm glut żyt mandarynka 100		żurek 300 mleko glut psz glut żyt seler Gulasz z żołądków drob. 180 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 sałatka z sał. lodowej z soczewicą i olejem 100 woda z cytryną 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żyty 30 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 połudwica z ind.60 soja pasta warzyw. 50 seler sałata lod.30	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2259kcal, Białko 99,6g, Tłuszcze 82,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.26,4g, Węglowodany 220,5g, w tym Cukry proste 47,5g, Błonnik 24,9g, Sód 2,9g						
ŁATWOSTRAWNA (D02) (C02) (P02)	Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko jajko got 1 szt jaja szynka got 30 soja kawa z ml b/c 250 mleko glut jęczm glut żyt pomidor 80 roszponka 10 mandarynka 100		żurek 300 mleko glut psz glut żyt seler Potrawka drob.dusz. 180 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 sałatka z sał. lodowej z olejem 100 woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 połudwica z ind.60 soja pasta warzyw. 50 seler sałata lod.30	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2248kcal, Białko 109,6g, Tłuszcze 82,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.25,6g, Węglowodany 214,8g, w tym Cukry proste 45,6g, Błonnik 23,5g, Sód 2,9g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02/1)	Bułka 80 glut psz masło 15 mleko pasta z jajka got 1 szt jaja szynka got 30 soja kawa z ml b/c 250 mleko glut jęczm glut żyt roszponka 10	mandarynka 100	żurek 300 mleko glut psz glut żyt seler Potrawka drob.dusz. mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 marchewka oprósz. z olejem 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 połędwica z ind.60 soja	Skyr wanil.150 mleko
Wart odżyw. Energia 2244kcal, Białko 107,8g, Tłuszcze 80,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.25,2g, Węglowodany 227,8g, w tym Cukry proste 60g, Błonnik 21,4g, Sód 2,8g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (D05)	Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko pasta z białka got 1 szt jaja szynka got 30 jaja kawa z ml b/c 250 mleko glut jęczm glut żyt roszponka 10	Jabłko got 150	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Potrawka drob.dusz. mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 marchewka oprósz. z olejem 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 połędwica z ind.60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2170kcal, Białko 108,8g, Tłuszcze 62,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.15,7g, Węglowodany 223g, w tym Cukry proste 57,4g, Błonnik 20,9g, Sód 2,8g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P)	Graham 60 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 got 30 soja roszponka 10	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz ser żółty 30 mleko	żurek 300 mleko glut psz glut żyt seler Potrawka drob.dusz. 180 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 sałatka z sał. lodowej z soczewicą i olejem 100 woda z cytryną 250	Skyr nat 150 mleko	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 połędwica z ind.60 soja	Graha 30 glut psz żyty szyn kons 30 soja sał.lo
Wart odżyw. Energia 2218kcal, Białko 121,3g, Tłuszcze 76,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.22,1g, Węglowodany 228,5g, w tym Cukry proste 55,7g, Błonnik 27,4g, Sód 3,2g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Graham 60 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 got 30 soja roszponka 10		żurek 300 mleko glut psz glut żyt seler Potrawka drob.dusz. 180 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 sałatka z sał. lodowej z soczewicą i olejem 100 woda z cytryną 250		Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 połędwica z ind.60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1906kcal, Białko 105,5g, Tłuszcze 66,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.16,3g, Węglowodany 206,7g, w tym Cukry proste 51,6g, Błonnik 23,5g, Sód 2,1g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	manna na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	żurek zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz glut żyt jaja seler	Skyr nat 150 mleko	Zupa ziemniaczana zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Ryż na ml 200 mlek
Wart odżyw. Energia 2040kcal, Białko 126,9g, Tłuszcze 103,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.33,7g, Węglowodany 138,5g, w tym Cukry proste 42,6g, Błonnik 8,4g, Sód 1,7g						
Dodatek dla ciężar. i położnic.(S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 ser biały 50 mleko roszponka 10					
Wart odżyw. Energia 212kcal, Białko 10,9g, Tłuszcze 10,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.7g, Węglowodany 15,7g, w tym Cukry proste 2,4g, Błonnik 0,4g, Sód 0,1g						
Dodatek dla dzieci, ZOL_u, Hospicjum, położnic i ciężar.(P)	Chałka 50 mleko glut psz jaja mleko 200 mleko					
Wart odżyw. Energia 235kcal, Białko 9,7g, Tłuszcze 5,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.2,1g, Węglowodany 37,4g, w tym Cukry proste 12,2g, Błonnik 1g, Sód 0,1g						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

JADŁOSPIS na dzień 24.05.2026r.

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

JADŁOSPIS na dzień 25.05.2026r.

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

JADŁOSPIS na dzień 26.05.2026r.

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa		JADŁOSPIS na dzień 27.05.2026r.				
DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01) (C01) (P01)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata b/c 250 serek wiejski lekki 150 mleko parówka wp. 50 soja keczup 10 rzodkiewka 30 sałata lodowa 30 jabłko 150		Brokułowa z ziemn.300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka dusz. w sosie koper.150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 ćwikła z chrzanem 120 kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 30 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 szynka drob. 60 soja ogórek ziel.50 rukola 10	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2289kcal, Białko 99,2g, Tłuszcze 76,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.32,3g, Węglowodany 273,9g, w tym Cukry proste 79,5g, Błonnik 26,6g, Sód 2,8g						
ŁATWOSTRAWNA (D02) (C02) (P02)	Owsianka 300 na ml mleko glut ows Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 serek wiejski lekki 150 mleko parówka wp. 50 soja keczup 10 pomidor 80 sałata lodowa 30 jabłko 150		Brokułowa z ziemn.300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka dusz. w sosie koper.150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki opr. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 soja szynka drob. 60 soja pomidor 80 sałata ziel 20	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2321kcal, Białko 99,3g, Tłuszcze 82,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.32,2g, Węglowodany 266,9g, w tym Cukry proste 80,4g, Błonnik 24,3g, Sód 2,8g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02/1)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 serek wiejski lekki 150 mleko parówka wp. 50 soja sałata ziel 20	jabłko got.150	Brokułowa z ziemn.300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka dusz. w sosie koper.150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki opr. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 szynka drob. 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2291kcal, Białko 98,3g, Tłuszcze 82,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.32,2g, Węglowodany 262,1g, w tym Cukry proste 76,3g, Błonnik 22,1g, Sód 2,7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (D05)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata b/c 250 serek wiejski lekki 150 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Brokułowa z ziemn.300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka dusz. w sosie koper.150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki opr. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 szynka drob. 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2177kcal, Białko 97,4g, Tłuszcze 59,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.20,5g, Węglowodany 267g, w tym Cukry proste 78,2g, Błonnik 21g, Sód 2,8g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt serek wiejski lekki 150 mleko parówka wp. 50 soja sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz szynka got 30 soja	Brokułowa z ziemn.300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka dusz. w sosie koper.150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki opr. 100 glut psz rukola z olejem 10 kompot wieloowocowy 250	Sok warzywny 150 seler	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka drob. 60 soja	Graham30 glut psz żył sopoc 30 soja sał.ziel 20
Wart odżyw. Energia 2210kcal, Białko 109,9g, Tłuszcze 76,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.25,2g, Węglowodany 245,1g, w tym Cukry proste 64g, Błonnik 29,3g, Sód 3,3g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt serek wiejski lekki 150 mleko szynka kons 30 soja sałata lodowa 30		Brokułowa z ziemn.300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka dusz. w sosie koper.150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki opr. 100 glut psz rukola z olejem kompot wieloowocowy 250		Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka drob. 60 soja	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 1945kcal, Białko 93,7g, Tłuszcze 71,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.23,5g, Węglowodany 208,9g, w tym Cukry proste 60,1g, Błonnik 26g, Sód 2,8g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	Owsianka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja glut ows	Bulion mięs. 200 seler	Zupa brokułowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	Mus owoc- warzyw. 100	Zupa grysikowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok warz 150 seler
Wart odżyw. Energia 2022kcal, Białko 97,3g, Tłuszcze 90,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.33g, Węglowodany 109,5g, w tym Cukry proste 38,5g, Błonnik 12,5g, Sód 1,7g						
Dodatek dla ciężar. i położnic.(S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko szynka got 30 soja sałata ziel 20					
Wart odżyw. Energia 178kcal, Białko 7,9g, Tłuszcze 9,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.5,8g, Węglowodany 18,5g, w tym Cukry proste 0,4g, Błonnik 0,5g, Sód 0,3g						
Dodatek dla dzieci, ZOL_u, Hospicjum, położnic i ciężar.(P)	Mus warzyw-owoc.100					
Wart odżyw. Energia 72kcal, Białko 0,3g, Tłuszcze 0,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.0,1g, Węglowodany 11g, w tym Cukry proste 9,5g, Błonnik 1,5g, Sód 0g						
Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml

SP ZOZ Olawa		JADŁOSPIS na dzień 28.05.2026r.				
DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01) (C01) (P01)	makaron na ml 300 mle glut psz Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata b/c 250 pasta z tuńczyka 50 ryba kurczak got 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 truskawki 100		Solferino 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm. pęczak na sypko 200 glut jęczm sałatka z ogórka kisz z olejem 120 gorcz herbata owoc 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 30 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 kiełbasa krakow. 30 soja ser biały kraj 50 mle papryka kons 50 gorcz sałata lod. 30	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2290kcal, Białko 107,7g, Tłuszcze 81,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.31,5g, Węglowodany 270,5g, w tym Cukry proste 82,4g, Błonnik 35,7g, Sód 3,1g						
ŁATWOSTRAWNA (D02) (C02) (P02)	makaron na ml 300 mle glut psz Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pasta z tuńczyka 50 ryba kurczak got 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 truskawki 100		Solferino 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm kukini dusz 100 glut psz herb owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 szynka got 30 soja ser biały kraj 50 mle pomid 80 sałata lod. 30	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2257kcal, Białko 109,5g, Tłuszcze 79,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.31,2g, Węglowodany 250,6g, w tym Cukry proste 75,8g, Błonnik 29,9g, Sód 2,9g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02/1)	makaron na ml 300 mle glut psz Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pasta z tuńczyka 50 ryba kurczak got 30 soja sałata ziel 20 truskawki 100		Solferino 300 mleko glut psz seler Bitki schab. siekane duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm kukinia dusz 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 szynka got 30 soja ser biały kraj 50 mle	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2235kcal, Białko 107,7g, Tłuszcze 79,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.31,2g, Węglowodany 245,7g, w tym Cukry proste 72,9g, Błonnik 26,9g, Sód 2,8g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (D05)	makaron na ml 300 mle glut psz Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata b/c 250 pasta z tuńczyka 50 ryba kurczak got 30 soja sałata ziel 20 Jabłko got 150		Solferino 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm kukinia dusz 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 szynka got 30 soja ser biały kraj 50 mle	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2180kcal, Białko 106,5g, Tłuszcze 66,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.23,4g, Węglowodany 260,4g, w tym Cukry proste 84g, Błonnik 24,2g, Sód 2,8g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P)	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 50 ryba kurczak got 30 soja sałata ziel	Graham 30 glut psz żył ogórek kisz 50 gorcz jajko 1 szt jaja	Solferino 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm kukinia dusz 100 glut psz sałatka z ogórka kisz z olejem 120 gorcz herbata owoc b/c 250	Sur. z marchwi i jabłka z olejem 130	Graham 60 glut psz żył masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got 30 soja ser biały kraj 50 mle	Graham30 glut psz żył parów 50 soja glut psz sał.lod 30
Wart odżyw. Energia 2276kcal, Białko 113,8g, Tłuszcze 93,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.26,1g, Węglowodany 257,2g, w tym Cukry proste 64,3g, Błonnik 38,3g, Sód 3,4g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	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 50 ryba kurczak got 30 soja sałata ziel 20		Solferino 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm kukinia dusz 100 glut psz sałatka z ogórka kisz z olejem 120 gorcz herbata owoc b/c 250		Graham 60 glut psz żył masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 30 soja ser biały kraj 50 mle	Sur. z marchwi i jabłka z olejem 130
Wart odżyw. Energia 2000kcal, Białko 99g, Tłuszcze 81,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.22,7g, Węglowodany 212,7g, w tym Cukry proste 61,1g, Błonnik 35,8g, Sód 2,8g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	makaron na ml na ml. zmiks z żółtkiem i masł 300 glut mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa solferino zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Sok warzyw 150 seler	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Ryż na ml 200 mle

Wart odżyw. Energia 2027kcal, Białko 102,7g, Tłuszcze 103,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.39g, Węglowodany 121,6g, w tym Cukry proste 55,5g, Błonnik 16,8g, Sód 1,6g	
Dodatek dla ciężar., położnic (S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jajko got. jaja sał.ziel 20
Wart odżyw. Energia 226kcal, Białko 8,7g, Tłuszcze 14,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.7,3g, Węglowodany 19g, w tym Cukry proste 0,6g, Błonnik 0,5g, Sód 0,1g	
Dodatek dla dzieci, ZOL-u, Hospicjum, położnic i ciężar. (P)	Jogurt owoc.150 mleko
Wart odżyw. Energia 123kcal, Białko 4,2g, Tłuszcze 3,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.2,4g, Węglowodany 18g, w tym Cukry proste 18g, Błonnik 0g, Sód 0g	
Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.	

SP ZOZ Oława		JADŁOSPIS na dzień 29.05.2026r.				
DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01) (C01) (P01)	Płatki kukur. na ml 300 mleko Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata b/c 250 pasta z ciecierzycy 50 filet z ind 30 soja papryka czerw 50 sałata lodowa 30 banan 180		Pieczarkowa z makar.. 300 glut psz seler mleko Kotlet z ryby smaż 120 ryba glut psz jaja ziemniaki got. 200 surówka z młodej kapusty z olejem 120 kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żyty 30 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 szynka kons. 60 soja sałata ziel.20 marchew tarta z olejem 30	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2379kcal, Białko 91,2g, Tłuszcze 85,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.25,8g, Węglowodany 316,5g, w tym Cukry proste 98g, Błonnik 35,1g, Sód 2,9g						
ŁATWOSTRAWNA (D02) (C02) (P02)	Płatki kukur. na ml 300 mleko Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 parówka wieprz 50 soja indyk got 30 soja pomidor 80 sałata lodowa 30 banan 180		Makaronowa 300 mleko glut psz seler Pulpet z ryby dusz. w jarzynach 100/100 ryba glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 roszponka z olejem 10 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 szynka kons. 60 soja sałata ziel 20 marchew tarta z olejem 30	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2291kcal, Białko 91,1g, Tłuszcze 76,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28,6g, Węglowodany 285g, w tym Cukry proste 98g, Błonnik 28,7g, Sód 3,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P02/1)	Płatki kukur. na ml 300 mleko Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 parówka wieprz 50 soja indyk got 30 soja sałata ziel 20 nanan 180		Makaronowa 300 mleko glut psz seler Pulpet z ryby dusz. w jarzynach 100/100 ryba glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 roszponka z olejem 10 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 szynka kons. 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2296kcal, Białko 88,6g, Tłuszcze 73g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28,3g, Węglowodany 298,4g, w tym Cukry proste 105,4g, Błonnik 24,9g, Sód 2,9g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (D05)	Płatki kukur. na ml 300 mleko Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata b/c 250 indyk got 30 soja sałata ziel 20 jabłko got 150		Makaronowa 300 mleko glut psz seler Pulpet z ryby dusz. w jarzynach 100/100 ryba glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 roszponka z olejem 10 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 szynka kons. 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2174kcal, Białko 87,2g, Tłuszcze 50,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.16,8g, Węglowodany 278,4g, w tym Cukry proste 89,2g, Błonnik 22,1g, Sód 2,8g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P)	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt parówka wieprz 50 soja indyk got 30 soja sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz sopocka 30 soja	Makaronowa 300 mleko glut psz seler Pulpet z ryby dusz. w jarzynach 100/100 ryba glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 surówka z młodej kapusty z olejem 120 kompot wieloowocowy b/c 250	Sok warzywny 150 seler	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka kons. 60 soja	Graha 30 glut psz żyty szynk dr 30 soja sał. ziel 20
Wart odżyw. Energia 2211kcal, Białko 99g, Tłuszcze 70,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.22,2g, Węglowodany 260,7g, w tym Cukry proste 78,9g, Błonnik 38,8g, Sód 3,4g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt indyk got 30 soja		Makaronowa 300 mleko glut psz seler Pulpet z ryby dusz. w jarzynach 100/100 ryba glut psz seler mleko ziemniaki got. 200		Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka kons.	Sok warzywny

(D03)	sałata lodowa 30		surówka z młodej kapusty z olejem 120 kompot wieloowocowy b/c250		60 <i>soja</i>	150 <i>seler</i>
Wart odżyw. Energia 1923kcal, Białko 85,6g, Tłuszcze 64,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.19,4g, Węglowodany 220,9g, w tym Cukry proste 75,6g, Błonnik 34,2g, Sód 3,1g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	Płatki kukur. na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 <i>mleko jaja</i>	Bulion mięs. 200 <i>seler</i>	Makaronowa 300 zmiks.z mięsem i żółtkiem 300 <i>glut psz jaja seler mleko</i>	budyń ml 150 <i>mleko glut psz</i>	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 <i>seler glut psz</i>	Sok warz 150 <i>seler</i>
Wart odżyw. Energia 2023kcal, Białko 108,7g, Tłuszcze 102,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.33,9g, Węglowodany 121,8g, w tym Cukry proste 65,8g, Błonnik 14,7g, Sód 1,8g						
Dodatek dla ciężar., położnic (S)	Bułka psz 30 <i>glut psz</i> masło 10 <i>mleko</i> sopocka 30 <i>soja</i> sał.lod 30					
Wart odżyw. Energia 188kcal, Białko 7,5g, Tłuszcze 10,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.6,5g, Węglowodany 14,1g, w tym Cukry proste 0,8g, Błonnik 0,4g, Sód 0,4g						
Dodatek dla dzieci, ZOL-u, Hospicjum, położnic i ciężar. (P)	Budyń ml.150 <i>mleko glut psz</i>					
Wart odżyw. Energia 147kcal, Białko 5,5g, Tłuszcze 3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.1,4g, Węglowodany 23,1g, w tym Cukry proste 21,1g, Błonnik 0g, Sód 0,02g						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława		JADŁOSPIS na dzień 30.05.2026r.				
DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01) (C01) (P01)	Chleb zw.60 graham 40 <i>glut psz żyt</i> masło 15 <i>mleko</i> jajko got 1 szt <i>jaja</i> szynka got 30 <i>soja</i> pomidor 80 rukola 10 kawa z ml b/c 250 <i>mleko glut jęczm glut żyt</i> kiwi 100		żurek 300 <i>mleko glut psz glut żyt seler</i> Fasolka dusz. po bretońsku z wędliną 250 <i>soja</i> ziemniaki got. 200 sałatka z sałaty lodowej z olejem 100 woda z cytryną 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żyty 30 <i>glut psz żyt jęcz soja</i> masło 15 <i>mleko</i> herbata b/c 250 polędwica z ind.60 <i>soja</i> pasta warzyw. 50 <i>seler</i> sałata lod.30	Skyr nat 150 <i>mleko</i>
Wart odżyw. Energia 2392kcal, Białko 112,3g, Tłuszcze 94,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.33,8g, Węglowodany 247,4g, w tym Cukry proste 49,2g, Błonnik 33g, Sód 3,1g						
ŁATWOSTRAWNA (D02) (C02) (P02)	Bułka psz.80 <i>glut psz</i> masło 15 <i>mleko</i> jajko got 1 szt <i>jaja</i> szynka got 30 <i>soja</i> kawa z ml b/c 250 <i>mleko glut jęczm glut żyt</i> pomidor 80 roszponka 10 kiwi 100		żurek 300 <i>mleko glut psz glut żyt seler</i> Potrawka drob.dusz. 180 <i>mleko glut psz seler</i> ziemniaki got. 200 sał.z sał. lodowej z olejem 100 woda z cytryną 250		Bułka psz.80 <i>glut psz</i> masło 15 <i>mleko</i> herbata b/c 250 polędwica z ind.60 <i>soja</i> pasta warzyw. 50 <i>seler</i> sałata lod.30	Skyr nat 150 <i>mleko</i>
Wart odżyw. Energia 2280kcal, Białko 109,2g, Tłuszcze 86,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.25,8g, Węglowodany 220,8g, w tym Cukry proste 47,8g, Błonnik 26,8g, Sód 2,9g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02/1)	Bułka 80 <i>glut psz</i> masło 15 <i>mleko</i> pasta z jajka got 1 szt <i>jaja</i> szynka got 30 <i>soja</i> kawa z ml b/c 250 <i>mleko glut jęczm glut żyt</i> roszponka 10 kiwi 100		żurek 300 <i>mleko glut psz glut żyt seler</i> Potrawka drob.dusz. <i>mleko glut psz seler</i> ziemniaki got. 200 marchewka oprósz. z olejem 100 <i>glut psz</i> woda z cytryną 250		Bułka psz.80 <i>glut psz</i> masło 15 <i>mleko</i> herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 polędwica z ind.60 <i>soja</i>	Skyr wanil.150 <i>mleko</i>
Wart odżyw. Energia 2265kcal, Białko 103,1g, Tłuszcze 82,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.25,6g, Węglowodany 223,7g, w tym Cukry proste 54,6g, Błonnik 21,9g, Sód 2,9g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (D05)	Bułka psz.80 <i>glut psz</i> masło¼ 10 <i>mleko</i> pasta z białka got 1 szt <i>jaja</i> szynka got 30 <i>jaja</i> kawa z ml b/c 250 <i>mleko glut jęczm glut żyt</i> roszponka 10 jabłko got 150		jarzynowa 300 <i>mleko glut psz seler</i> Potrawka drob.dusz.180 <i>mleko glut psz seler</i> ziemniaki got. 200 marchewka oprósz. z olejem 100 <i>glut psz</i> woda z cytryną 250		Bułka psz.80 <i>glut psz</i> masło¼ 10 <i>mleko</i> herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 polędwica z ind.60 <i>soja</i>	Skyr nat 150 <i>mleko</i>
Wart odżyw. Energia 2171kcal, Białko 110,8g, Tłuszcze 63,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.16g, Węglowodany 229,8g, w tym Cukry proste 57,4g, Błonnik 20,2g, Sód 2,7g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P)	Graham 60 <i>glut psz żyt</i> masło¼ 10 <i>mleko</i> jabłko 150 kawa z ml b/c 250 <i>mleko glut jęcz żyt</i> jajko got 1 szt <i>jaja</i> szynka got 30 <i>soja</i> roszponka 10	Graham 30 <i>glut psz żyt</i> ogórek kisz 50 <i>gorcz</i> ser żółty 30	żurek 300 <i>mleko glut psz glut żyt seler</i> Potrawka drob.dusz 180 <i>mleko glut psz seler</i> ziemniaki got. 200 sał.z sał. lodowej z olejem woda z cytryną 250	Skyr nat 150 <i>mleko</i>	Graham 60 <i>glut psz żyt</i> masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 polędwica z ind.60 <i>soja</i>	Graha 30 <i>glut psz żyt</i> szyn kons 30

		<i>mleko</i>				<i>soja</i> sał.lo
Wart odżyw. Energia 2209kcal, Białko 121,7g, Tłuszcze 76,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.22,1g, Węglowodany 229,3g, w tym Cukry proste 55,4g, Błonnik 29,5g, Sód 3,3g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Graham 60 <i>glut psz żyt</i> masło¼ 10 <i>mleko</i> jabłko 150 kawa z ml b/c 250 <i>mleko glut jęcz żyt</i> jajko got 1 szt <i>jaja</i> szynka got 30 <i>soja</i> roszponka 10		żurek 300 <i>mleko glut psz glut żyt seler</i> Potrawka drob.dusz 180 <i>mleko glut psz seler</i> ziemniaki got. 200 sał.z sał. lodowej z olejem woda z cytryną 250		Graham 60 <i>glut psz żyt</i> masło¼ 10 <i>mleko</i> pomidor 80 herbata b/c 250 polędwica z ind.60 <i>soja</i>	Skyr nat 150 <i>mleko</i>
Wart odżyw. Energia 1933kcal, Białko 106,9g, Tłuszcze 67,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.16,7g, Węglowodany 208,5g, w tym Cukry proste 52,6g, Błonnik 24,4g, Sód 2,7g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	manna na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 <i>glut psz mleko jaja</i>	Bulion mięs. 200 <i>seler</i>	żurek zmiks z mięsem i żółtkiem 300 <i>glut psz glut żyt jaja seler</i>	Skyr nat 150 <i>mleko</i>	Zupa ziemniaczana zmiks. z mięsem 300 <i>seler glut psz</i>	Ryż na ml 200 <i>mlek</i>
Wart odżyw. Energia 2040kcal, Białko 126,9g, Tłuszcze 103,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.33,7g, Węglowodany 138,5g, w tym Cukry proste 42,6g, Błonnik 8,4g, Sód 1,7g						
Dodatek dla ciężar., położnic (S)	Bułka psz 30 <i>glut psz</i> masło 10 <i>mleko</i> ser biały 50 <i>mleko</i> sał.lod 30					
Wart odżyw. Energia 212kcal, Białko 10,9g, Tłuszcze 10,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.7g, Węglowodany 15,7g, w tym Cukry proste 2,4g, Błonnik 0,4g, Sód 0,1g						
Dodatek dla dzieci, ZOL-u, Hospicjum, położnic i ciężar. (P)	Ciasto drożdżowe 50 <i>mleko glut psz jaja orze</i> mleko 200 <i>mleko</i>					
Wart odżyw. Energia 294kcal, Białko 10,1g, Tłuszcze 11g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.2,7g, Węglowodany 38,4g, w tym Cukry proste 16,9g, Błonnik 0,2g, Sód 0,2g						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.