

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 25.10.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Ryż na ml 300 mleko Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z ciecierzycy 50 szynka drob. 30 soja ogórek kons 50 gorcz rozszponka 10 banan 180		Koperkowa z lan. cias. 300 jaja glut psz seler Ryba smażona 110 ryba glut psz jaja ziemniaki got 200 surówka z pora z jabłkiem 120 jaja mleko gorcz kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja pomidor 80 sałata ziel 20	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2279kcal, Białko 96,7g, Tłuszcz 74,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28g, Węglowodany 318,5g, w tym Cukry proste 88,3g, Błonnik 25,1g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Ryż na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 glut psz soja seler mleko szynka drob. 30 soja roszponka 10 pomidor banan 180		Koperkowa z lan. cias. 300 jaja glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 marchewka oprósz.100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja pomidor 80 sałata ziel 20	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2242kcal, Białko 95,8g, Tłuszcz 74g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,4g, Węglowodany 304,9g, w tym Cukry proste 83,8g, Błonnik 23,4g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Ryż na ml 300 mleko Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 glut psz soja seler mleko szynka drob. 30 soja roszponka 10	banan 180	Koperkowa z lan. cias. 300 jaja glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 marchewka oprósz. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko+ dżem 25
Wart odżyw. Energia 2260kcal, Białko 95,1g, Tłuszcz 73,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,4g, Węglowodany 309,6g, w tym Cukry proste 90,5g, Błonnik 21,1g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Ryż na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 szynka drob. 30 soja sopočka 30 soja rozszponka 10	Jabłko got 150	Koperkowa z lan. cias. 300 jaja glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 200 marchewka oprósz. 100 glut psz kompot wieloow. 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2187kcal, Białko 96g, Tłuszcz 58,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,2g, Węglowodany 300,1g, w tym Cukry proste 81,1g, Błonnik 21g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Ryż na ml 300 mleko Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 glut psz soja seler mleko szynka drob. 30 soja roszponka 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Koperkowa z lan. cias. 300 jaja glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 200 marchewka oprósz. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2370kcal, Białko 103,9g, Tłuszcz 84,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34g, Węglowodany 310.4g, w tym Cukry proste 78,5g, Błonnik 20,5g, 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 pasztet dr 40 glut psz soja seler mleko szynka drob. 30 soja rozszponka 10	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 pasta z ciecierzycy 50	Koperkowa z lan. cias. 300 jaja glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 200 marchewka oprósz. 100 glut psz rukola z olejem 10 kompot wieloowocowy b/c 250	Kefir nat 200 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got 60 soja szynka got 60 soja	Graham30 glut psz żyty pasta z kurcz z jarz 50 sel
Wart odżyw. Energia 2194kcal, Białko 108,4g, Tłuszcz 75,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23g, Węglowodany 254,7g, w tym Cukry proste 53,5g, Błonnik 37,3g, 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 szynka drob. 30 soja sopočka 30 soja rozszponka 10		Koperkowa z lan. cias. 300 jaja glut psz seler Ryba duszona w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 200 marchewka oprósz. 100 glut psz rukola z olejem 10 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 1821kcal, Białko 88,6g, Tłuszcz 61,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,5g, Węglowodany 215,7g, w tym Cukry proste 46,8g, Błonnik 28,5g, Sól 7g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Ryż na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Koperkowa z lan. cias. 300 zmiks z mięsem i żółt. 300 glut psz jaja seler	Kefir 150 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	manna na ml 200 ml glut psz
Wart odżyw. Energia 2127kcal, Białko 109,3g, Tłuszcz 133,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.56,4g, Węglowodany 115,6g, w tym Cukry proste 16,6g, Błonnik 6,1g, Sól 3,6g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. owsianka z owocami na ml 200 **mleko glut psz glut żyt glut ows** **Wart odżyw.** Energia 280kcal, Białko 12,6g, Tłuszcz 6,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.2,2g, Węglowodany 42,4g, w tym Cukry proste 12g, Błonnik 3,8g, Sól 0,2g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 26.10.2024r.

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 twarożek ze szczyp. 80 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30 rukola 10 jabłko 150		Barszcz czerwony z fasolą 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Chleb zw. 70 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 warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2377kcal, Białko 87,8g, Tłuszcz 79g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.32,2g, Węglowodany 305,8g, w tym Cukry proste 83,4g, Błonnik 23g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 jabłko 150		Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 keczup 10 paróweczka drob 100 soja glut psz pomidor 80 sałata lod. 30	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2293kcal, Białko 84,5g, Tłuszcz 63,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.31g, Węglowodany 321,6g, w tym Cukry proste 96,9g, Błonnik 22,1g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got150	Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 paróweczka drob 100 soja glut psz	Kisiel blysk. 150
Wart odżyw. Energia 2313kcal, Białko 82,5g, Tłuszcz 62,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.31g, Węglowodany 330,7g, w tym Cukry proste 100,1g, Błonnik 20,7g, Sól 7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z kurczaka z jarzynami 80 seler	Kisiel blysk. 150
Wart odżyw. Energia 2191kcal, Białko 79,6g, Tłuszcz 43,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.20,9g, Węglowodany 324,1g, w tym Cukry proste 99,3g, Błonnik 20,2g, 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 twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 kurczak got 30 soja	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 paróweczka drob 100 soja glut psz	Kisiel blysk. 150
Wart odżyw. Energia 2322kcal, Białko 86,7g, Tłuszcz 71g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.35,8g, Węglowodany 328,4g, w tym Cukry proste 93,6g, Błonnik 21,3g, 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 twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 kurczak got 30 soja	Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Ryż brązowy zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250	Sok warzywny 150 seler	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 paróweczka drob 100 soja glut psz	Graham30 glut psz żyty kielb. żywiec 30 soj gorc sał.zie 20
Wart odżyw. Energia 2205kcal, Białko 102,5g, Tłuszcz 57,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.26,4g, Węglowodany 266,8g, w tym Cukry proste 56,2g, Błonnik 36,4g, 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 szynka kons 30 soja rzodkiewka 30		Barszcz czerwony 300 mleko glut psz seler Ryż brązowy zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 mleko jogurt nat 150 mleko woda z cytryną 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 pasta z kurczaka z jarzynami 80 seler	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 1803kcal, Białko 79,8g, Tłuszcz 43g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.20g, Węglowodany 240,2g, w tym Cukry proste 52,5g, Błonnik 33,7g, Sól 7,2g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Manna na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Barszcz czerwony 300 zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz glut żytni jaja seler	budyń ml 150 mle glut psz	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok warz 150 seler
Wart odżyw. Energia 2091kcal, Białko 103,9g, Tłuszcz 130,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.56,8g, Węglowodany 115,7g, w tym Cukry proste 29,9g, Błonnik 9,6g, Sól 4,8g						

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, w tym Cukry proste 8,7g, Błonnik 0,1g, Sól g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 27.10.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 kakao na ml 250 mleko filet z ind 30 soja jajko got 50 jaja ogórek ziel 50 szpinak 10 mandarynka 100		Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko z kurczaka pieczone konwek. 150 seler ziemniaki got 200 mizeria ze śmietana 120 mleko herbata owoc 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 sopocka 60 soja marchew tarta z olejem 30 sałata ziel 20	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2230kcal, Białko 98,3g, Tłuszcze 97,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.35,4g, Węglowodany 246,6g, w tym Cukry proste 74g, Błonnik 24,8g, Sól 7,3 g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 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 mandarynka 100		Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko z kurczaka dusz w sosie włas, 150 glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 sopocka 60 soja marchew tarta z olejem 30 sałata ziel 20	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2228kcal, Białko 95,8g, Tłuszcze 95,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,7g, Węglowodany 255,7g, w tym Cukry proste 75,8g, Błonnik 19,7g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko filet z ind 30 soja pasta z jaja 50 jaja sałata ziel 20	mandarynka 100	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Potrawka z kurczaka 150 glut psz seler mleko 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 sopocka 60 soja	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2222kcal, Białko 94,6g, Tłuszcze 88,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,2g, Węglowodany 258,7g, w tym Cukry proste 75,8g, Błonnik 19g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 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	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko z kurczaka dusz w sosie włas, 150 glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło ¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Jabłko pieczone 150
Wart odżyw. Energia 2187kcal, Białko 94,3g, Tłuszcze 67,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22,6g, Węglowodany 271,4g, w tym Cukry proste 82,2g, Błonnik 21,5g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 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	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko z kurczaka dusz w sosie włas, 150 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 sopocka 60 soja	Jabłko pieczone 150
Wart odżyw. Energia 2345kcal, Białko 99,5g, Tłuszcze 92,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.38g, Węglowodany 282,7g, w tym Cukry proste 80,5g, Błonnik 20,6g, Sól 7,4g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 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 ziel 50 szynka kons 30 soja	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko z kurczaka dusz w sosie włas, 150 glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz mizeria z jogurtem nat 100 mleko herbata owoc 250	Marchew tarta z olejem 30	Graham 80 glut psz żyt masło ¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 sopocka 60 soja	Graham 30 glut psz żyt szyn dr 30 soja sał.ziel.
Wart odżyw. Energia 2196kcal, Białko 108g, Tłuszcze 87,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,3g, Węglowodany 229,7g, w tym Cukry proste 41,4g, Błonnik 32,4g, Sól 7,5g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 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		Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko z kurczaka dusz w sosie włas, 150 glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz mizeria z jogurtem nat 100 mleko herbata owoc 250		Graham 80 glut psz żyt masło ¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 sopocka 60 soja	Marchew tarta z olejem 30
Wart odżyw. Energia 1821kcal, Białko 88,8g, Tłuszcze 80,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,8g, Węglowodany 202,1g, w tym Cukry proste 37,1g, Błonnik 27,8g, Sól 7,3g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Makaron na ml. zmiiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Ziemniaczana 300 zmiiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler mleko	kisiel owoc 150	Zupa jarzynowa zmiiks. z mięsem 300 seler glut psz mle	Ryż na ml 200 mle
Wart odżyw. Energia 2068kcal, Białko 103g, Tłuszcze 131,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.54,8g, Węglowodany 111,3g, w tym Cukry proste 15,2g, Błonnik 4,5g, Sól 4,4g						

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

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 28.10.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Owsianka owoc. na ml 300 mleko glut psz żyt ows Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 ser top. 50 mleko szynka got 30 soja rzodkiewka 30 roszonek 10 pomarańcza 100		Solferino 300 mleko glut psz seler Łazanki duszone z kapustą kiszoną i wędliną 350 soja gorcz glut psz kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 kurczak got 60 soja ogórek kisz 50 gorcz sałata lodowa 30	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2258kcal, Białko 84,4g, Tłuszcz 78,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,9g, Węglowodany 287,6g, w tym Cukry proste 66,9g, Błonnik 22g, Sól 7,7 g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Owsianka owoc. na ml 300 mleko glut psz żyt ows Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 ser biały krojony 50 mleko szynka got 30 soja pomidor 80 roszonek 10 pomarańcza 100		Solferino 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 kurczak got 60 soja pomidor 80 sałata lodowa 30	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2260kcal, Białko 100,3g, Tłuszcz 69,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,3g, Węglowodany 295,1g, w tym Cukry proste 65,8g, Błonnik 19,4g, Sól 7,4g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Owsianka owoc. na ml 300 mleko glut psz żyt ows Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 ser biały krojony 50 mleko szynka got 30 soja roszonek 10	Pomarańcza 100	Solferino 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2266kcal, Białko 97g, Tłuszcz 62,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,9g, Węglowodany 310,5g, w tym Cukry proste 70,3g, Błonnik 18g, Sól 7,4g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Owsianka owoc. na ml 300 mleko glut psz żyt ows Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 ser biały krojony 50 mleko szynka got 30 soja roszonek 10	Jabłko got 150	Solferino 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2204kcal, Białko 97,6g, Tłuszcz 50,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.17g, Węglowodany 317,7g, w tym Cukry proste 77,2g, Błonnik 20,6g, Sól 7,4g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Owsianka owoc. na ml 300 mleko glut psz żyt ows Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 ser biały krojony 50 mleko szynka got 30 soja roszonek 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 paszтет dr 40 glut psz seler soja mle	Solferino 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2468kcal, Białko 101,5g, Tłuszcz 76,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,9g, Węglowodany 332g, w tym Cukry proste 79,8g, Błonnik 21,2g, Sól 7,6g						
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 szynka got 30 soja rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 paszтет dr 40 glut psz seler soja mle	Solferino 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy b/c 250	Sok pomid 150	Graham 80 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 2006kcal, Białko 107,1g, Tłuszcz 62,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,1g, Węglowodany 238g, w tym Cukry proste 41,2g, Błonnik 27,6g, Sól 7,7g						
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 ser biały krojony 50 mle szynka got 30 soja rzodkiew 30		Solferino 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 kurczak got 60 soja	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 1824kcal, Białko 95,8g, Tłuszcz 52,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.17,6g, Węglowodany 216,9g, w tym Cukry proste 38,2g, Błonnik 23,5g, Sól 7,2g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	owsianka owoc. na ml. zmiks z żółtkiem i masł. 300 glut psz ows żyt mle jaja	Bulion mięs. 200 seler	Zupa solferino zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	Sok pomid 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2023kcal, Białko 91,1g, Tłuszcz 135,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.58,6g, Węglowodany 115,4g, w tym Cukry proste 33,1g, Błonnik 7,6g, Sól 3,7g						

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, w tym Cukry proste g, Błonnik g, Sól 0,1g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 29.10.2024r.

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 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 Gulasz duszony z żołądków z kurczaka 180 mleko glut psz seler ziemniaki got.200 ćwikła z chrzanem 120 SO2 woda z cytryną 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko .herbata 250 szynka kons 60 soja pasta z groszku ziel 50 pomidor 80	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2258kcal, Białko 102,6g, Tłuszcze 81,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28g, Węglowodany 308,5g, w tym Cukry proste 73,3g, Błonnik 26,9g, Sól 7,4g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 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 Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprasz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja pasta warzywna 50 pomidor 80	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2231kcal, Białko 100,3g, Tłuszcze 75,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29g, Węglowodany 293,6g, w tym Cukry proste 72,9g, Błonnik 23,7g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 mozarella 50 mleko polędwica dr 30 soja mleko sałata ziel 20	Kiwi 100	krupnik 300 glut jęczm seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprasz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko + dżem 25
Wart odżyw. Energia 2293kcal, Białko 102,9g, Tłuszcze 85,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,1g, Węglowodany 297,7g, w tym Cukry proste 77,2g, Błonnik 20,3g, Sól 7,4g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko sałata ziel 20	Jabłko got 150	krupnik 300 glut jęczm seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprasz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2195kcal, Białko 99,8g, Tłuszcze 62g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,9g, Węglowodany 300,2g, w tym Cukry proste 77,6g, Błonnik 19,3g, Sól 7g						
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 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	krupnik 300 glut jęczm seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprasz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2393kcal, Białko 107,4g, Tłuszcze 83,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.35,5g, Węglowodany 311,4g, w tym Cukry proste 75g, Błonnik 19,7g, Sól 7,2g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko papryka czerw 50	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 mozarella 30 mleko	krupnik 300 glut jęczm seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprasz. 100 roszponka z olejem 20 glut psz woda z cytryną 250	Jogurt nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka kons 60 soja	Graham30 glut psz żyt filet z 30 soja sał ziel 20
Wart odżyw. Energia 2193kcal, Białko 115,6g, Tłuszcze 68,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,6g, Węglowodany 255,6g, w tym Cukry proste 49,6g, Błonnik 35,5g, 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 z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko papryka czerw 50		krupnik 300 glut jęczm seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprasz. 100 roszponka z olejem 20 glut psz woda z cytryną 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1826kcal, Białko 92,4g, Tłuszcze 58,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21g, Węglowodany 219,7g, w tym Cukry proste 43,8g, Błonnik 30,7g, 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 jaja seler	Mus owoc – warzyw 100	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Jogurt nat 150 mle
Wart odżyw. Energia 2056kcal, Białko 103,3g, Tłuszcze 133,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.56,9g, Węglowodany 111,6g, w tym Cukry proste 21,4g, Błonnik 10,4g, Sól 3,7g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. mus owoc-warzyw. 100 **Wart odżyw.** **Wart odżyw.** Energia 84kcal, Białko 3,1g, Tłuszcze 1,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.1,1g, Węglowodany 13,9g, w tym Cukry proste 8,7g, Błonnik 0,1g, Sól 0g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 30.10.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Płatki kukur.na ml 300 mleko Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 jajecznic 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 wieloowoc. 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyty 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 2323kcal, Białko 109,9g, Tłuszcz 81g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,7g, Węglowodany 284,5g, w tym Cukry proste 70,2g, Błonnik 26,3g, Sól 7,4g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Płatki kukur.na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajecznic 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 wieloowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka drob 60 soja pomidor 80 roszponka 10	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2287kcal, Białko 109,7g, Tłuszcz 76,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,1g, Węglowodany 288,9g, w tym Cukry proste 72g, Błonnik 21,9g, Sól 7,4g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Płatki kukur.na ml 300 mleko Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajecznic 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 wieloowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Skyr wanil. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2293kcal, Białko 105,8g, Tłuszcz 75g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,4g, Węglowodany 294,5g, w tym Cukry proste 78,8g, Błonnik 20,5g, Sól 7,3g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Płatki kukur.na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 jajecznic 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 wieloowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2204kcal, Białko 104,2g, Tłuszcz 63,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,9g, Węglowodany 288,6g, w tym Cukry proste 70,7g, Błonnik 21g, Sól 7,3g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Płatki kukur.na ml 300 mleko Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 jajecznic 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 wieloowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2445kcal, Białko 117,9g, Tłuszcz 85,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.39,8g, Węglowodany 301,6g, w tym Cukry proste 70,8g, Błonnik 20,7g, Sól 7,5g						
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 jajecznic na parze 70 jaja sopocka 30 soja sałata lod 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 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 wieloowoc. b/c 250	Skyr nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka drob 60 soja	Graham30 glut psz żyty tofu 30 soja rukola 10
Wart odżyw. Energia 2206kcal, Białko 118g, Tłuszcz 74,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28g, Węglowodany 246,9g, w tym Cukry proste45,2 g, Błonnik 35,2g, Sól 7,6g						
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 jajecznic 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 wieloowoc. b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka drob 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1982kcal, Białko 101,5g, Tłuszcz 71g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,2g, Węglowodany 217,5g, w tym Cukry proste 41,8g, Błonnik 29,7g, Sól 7,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Płatki kukur. na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Zupa szpinakowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	biszkopty 30 glut psz jaja mleko 200 ml	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	manna na ml200 glu psz mle
Wart odżyw. Energia 2162kcal, Białko 114,7g, Tłuszcz 134,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.56,2g, Węglowodany 135,3g, w tym Cukry proste 28,6g, Błonnik 10,5g, Sól 3,9g						

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, w tym Cukry proste 10,8g, Błonnik 0,3g, Sól 0,2g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 31.10.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 ser żółty 30 mleko galantyna z ind 50 soja pomid 80 sałata ziel 20 mandarynka 100		Fasolowa 300 glut psz seler Bouef strogonoff z wieprz duszony 180 mleko glut psz seler kasza pęczak na sypko 200 glut jęczm sałatka z ogórka kisz z olejem 120 gorcz kisiel do picia 250		Chleb zw. 70 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	Jabłko piecz 150
Wart odżyw.	Energia 2393kcal, Białko 109,7g, Tłuszcz 87,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,8g, Węglowodany 299,8g, w tym Cukry proste 76,9g, Błonnik 35g, Sól 7,1g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarożek 50 mleko galantyna z ind 50 soja pomidor 80 sałata ziel 20 mandarynka 100		kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz kisiel do picia 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja pomidor 80 sałata lod. 30	Jabłko piecz 150
Wart odżyw.	Energia 2272kcal, Białko 95,5g, Tłuszcz 89g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,9g, Węglowodany 293,1g, w tym Cukry proste 66,5g, Błonnik 29,2g, Sól 7,2g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarożek 50 mleko paróweczka dr 50 soja glut psz sałata ziel 20	mandarynka 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 kisiel do picia 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw.	Energia 2277kcal, Białko 96,4g, Tłuszcz 85,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,8g, Węglowodany 295,7g, w tym Cukry proste 62,4g, Błonnik 26,6g, Sól 7,4g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 twarożek 50 mleko galantyna z ind 50 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 kisiel do picia 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw.	Energia 2217kcal, Białko 99,7g, Tłuszcz 68g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23g, Węglowodany 307,6g, w tym Cukry proste 70,9g, Błonnik 20,6g, Sól 7,1g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	zacierka na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 twarożek 50 mleko galantyna z ind 50 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 kisiel do picia 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw.	Energia 2480kcal, Białko 107,7g, Tłuszcz 93,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.36,8g, Węglowodany 318,5g, w tym Cukry proste 70,6g, Błonnik 21,1g, Sól 7,5g					
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 50 mleko galantyna z ind 50 soja sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 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 b/c 250	Sok warzyw 150 seler	Graham 80 glut psz żyt 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 2259kcal, Białko 109,4g, Tłuszcz 87,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,5g, Węglowodany 268,4g, w tym Cukry proste 48,5g, Błonnik 38,2g, Sól 7,7g					
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył twarożek 50 mleko galantyna z ind 50 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 sał. z ogórka kisz z olejem 120 gorcz kompot b/c 250		Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 soja	Sok warzyw 150 seler
Wart odżyw.	Energia 1924kcal, Białko 95,4g, Tłuszcz 69,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22g, Węglowodany 236,6g, w tym Cukry proste 44,6g, Błonnik 32,7g, Sól 7,1g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	zacierka na ml na ml. zmiłs z żółtkiem i masłem 300 glut mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Zupa kalafiorowa zmiłs z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	Sok warzyw 150 seler	Zupa jarzynowa zmiłs. z mięsem 300 seler glut psz	Ryż na ml 200 mle
Wart odżyw.	Energia 2078kcal, Białko 95g, Tłuszcz 130,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57,8g, Węglowodany 110,5g, w tym Cukry proste 19,9g, Błonnik 8,5g, Sól 4,8g					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. jogurt owoc 150 **mleko**
kw.Tłuszcz.2,4g, Węglowodany 18g, w tym Cukry proste 18g, Błonnik 0g, Sól 0,2g

Wart odżyw. **Wart odżyw.** Energia 123kcal, Białko 4,2g, Tłuszcz 3,8g, w tym Nasycone
Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml