

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 28.06.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Lane cias na ml 300 mle glut psz jaja Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 mleko glut psz soja seler sopočka 30 soja ogórek ziel 50 rukola 20 banan 180		Krupnik 300 seler glut jęczm Kotlet z ryby smażony 110 ryba jaja glut psz ziemniaki got. 200 surówka z kiszzonej kapusty z olejem 120 gorcz kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka drob. 60 soja sałata lodowa 30 papryka czerw 50	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2297kcal, Białko 93,5g, Tłuszcz 81,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,6g, Węglowodany 306,6g, Cukry proste 83g, Błonnik 26,8g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Lane cias na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 mleko glut psz soja seler sopočka 30 soja pomidor 80 roszonek 20 banan 180		Krupnik 300 seler glut jęczm Pulpet z ryby duszony w sosie 100/100 ryba jaja glut psz seler ziemniaki got.200 marchewka opr. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka drob. 60 soja sałata lodowa 30 pomidor 80	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2254kcal, Białko 92,5g, Tłuszcz 65,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,4g, Węglowodany 325,7g, Cukry proste 85,5g, Błonnik 22,5g, Sól 6,7g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Lane cias na ml 300 mle glut psz jaja Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 mleko glut psz soja seler sopočka 30 soja roszonek 20	banan 180	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob. 60 soja	Kefir nat 200 mleko + dżem 25
Wart odżyw. Energia 2270kcal, Białko 92,1g, Tłuszcz 65,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,4g, Węglowodany 331,3g, Cukry proste 91,2g, Błonnik 19,4g, Sól 6,7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Lane cias na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 polędwica dr 30 soja mleko sopočka 30 soja roszo 20	Jabłko got 150	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob. 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2193kcal, Białko 93,3g, Tłuszcz 48,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,8g, Węglowodany 321,9g, Cukry proste 80,1g, Błonnik 18,3g, Sól 6,6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Lane cias na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 mleko glut psz soja seler sopočka 30 soja roszonek 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 polędw dr 30 soja mle	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob. 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2340kcal, Białko 98,1g, Tłuszcz 73,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,7g, Węglowodany 333,2g, Cukry proste 79g, Błonnik 21,2g, 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 pasztet dr 40 mleko glut psz soja seler sopočka 30 soja rukola 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 polędwica dr 30 soja mleko	Krupnik 300 seler glut jęczm Pulpet z ryby duszony w sosie 100/100 ryba jaja glut psz seler ziemniaki got.200 marchewka opr. 100 glut psz surówka z kiszzonej kapusty z olejem 120 gorcz kompot wieloowocowy b/c 250	Kefir nat 200 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka drob. 60 soja	Graham30 glut psz żyt ser b 50 mleko sał.lod 30
Wart odżyw. Energia 2173kcal, Białko 100g, Tłuszcz 56,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22,5g, Węglowodany 267,4g, Cukry proste 52,1g, Błonnik 35,7g, Sól 7,3g						
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 polędwica dr 30 soja mleko sopočka 30 soja rukola 20		j.w.		Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka drob. 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 1827kcal, Białko 85,5g, Tłuszcz 47,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,9g, Węglowodany 245,3g, Cukry proste 48,3g, Błonnik 31g, Sól 6,3g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Lane ciasto na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	krupnik zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut jęczm jajko seler	Kefir nat 200 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Ryż na ml 200 mle
Wart odżyw. Energia 2029kcal, Białko 95,2g, Tłuszcz 121,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.54g, Węglowodany 114,5g, Cukry proste 36,4g, Błonnik 6,6g, Sól 3,7g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. Kisel owoc. z jabłkiem 170 **Wart odżyw.** Energia 88kcal, Białko 0,08g, Tłuszcz 0,08g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.0,04g, Węglowodany 20,6g, Cukry proste 12,5g, Błonnik 0,6g, Sól 0g **Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.**

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 29.06.2024r.

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 jajecznicza na parze ze szczyp 70 jaja filet z ind 30 soja szpinak 20 pomidor 80 kiwi 100		Fasolowa 300 glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 jogurt nat 150 mleko kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko .herbata 250 schab piecz własny 60 sałata ziel 20 marchew tarta z olejem 30	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2298kcal, Białko 86,5g, Tłuszcz 84,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31g, Węglowodany 288,6g, Cukry proste 80,6g, Błonnik 19,6g, Sól 6,9g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt jajecznicza na parze 70 jaja filet z ind 30 soja sałata lodowa 30 pomidor 80 kiwi 100		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 jogurt nat 150 mleko kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 schab piecz własny 60 sałata ziel 20 marchew tarta z olejem 30	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2252kcal, Białko 78,3g, Tłuszcz 71,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,3g, Węglowodany 293,3g, Cukry proste 80,7g, Błonnik 17,5g, Sól 6,4g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt jajecznicza na parze 70 jaja filet z ind 30 soja sałata ziel 20	kiwi 100	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 jogurt nat 150 mleko kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 schab piecz własny 60	Kisiel błyskaw. 150
Wart odżyw. Energia 2290kcal, Białko 75,1g, Tłuszcz 69,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,6g, Węglowodany 311g, Cukry proste 88,3g, Błonnik 15,4g, Sól 6,3g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt pasta z białka jaja 50 jaja filet z ind 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 jogurt nat 150 mleko kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 schab piecz własny 60	Kisiel błyskaw. 150
Wart odżyw. Energia 2182kcal, Białko 74,3g, Tłuszcz 44,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,1g, Węglowodany 314g, Cukry proste 95,4g, Błonnik 16,3g, Sól 5,7g						
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 jajecznicza na parze 70 jaja filet z ind 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 szynka got 30 soja	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 jogurt nat 150 mleko kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 schab piecz własny 60	Kisiel błyskaw. 150
Wart odżyw. Energia 2399kcal, Białko 81,5g, Tłuszcz 77,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.36,4g, Węglowodany 329,4g, Cukry proste 94g, Błonnik 16,7g, Sól 6,3g						
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 jajecznicza na parze 70 jaja filet z ind 30 soja szpinak 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 szynka got 30 soja	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Ryż brązowy zapiekany z jabłkami i cynamonem b/c 300 jogurt nat 150 mleko kompot wieloowoc. b/c 250 marchew tarta z olejem 30	Sok pomid 150	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 schab piecz własny 60	Graham30 glut psz żył kurcz got 30 soj sal.ziel 20
Wart odżyw. Energia 2179kcal, Białko 89,7g, Tłuszcz 61,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,4g, Węglowodany 266,5g, Cukry proste 57,6g, Błonnik 31,1g, Sól 6,3g						
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 jajecznicza na parze 70 jaja filet z ind 30 soja szpinak 20		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Ryż brązowy zapiekany z jabłkami i cynamonem b/c 300 jogurt nat 150 mleko kompot wieloowoc. b/c 250 marchew tarta z olejem 30		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 schab piecz własny 60	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 1836kcal, Białko 72,8g, Tłuszcz 57,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,1g, Węglowodany 238,5g, Cukry proste 54,2g, Błonnik 26,3g, Sól 5,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Manna na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa jarzynowa 300 zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	ciasto drożdż. 50 mle glut psz jaja mlek 200 mleko	Zupa ziemniaczana zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2098kcal, Białko 101,9g, Tłuszcz 134,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.53,8g, Węglowodany 127,3g, Cukry proste 29,2g, Błonnik 8,2g, Sól 3,7g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. ciasto drożdż. 50 **mleko glut psz jaja** mleko 200 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 289kcal, Białko 10,1g, Tłuszcz 11g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.2,7g, Węglowodany 38,4g, Cukry proste 7,5g, Błonnik 0,2g, Sól 0,2g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 30.06.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko kakao na 250 mleko twarożek ze szczyb. 80 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30 sałata ziel 20 jabłko 150		Pomidorowa z makaronem 300 mleko glut psz seler Pierś z indyka duszona 90/100 mleko seler glut psz 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 kurczak got 60 soja pomidor 80 sałata lodowa 30	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2247kcal, Białko 115,1g, Tłuszcz 67,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,6g, Węglowodany 281,5g, Cukry proste 76,7g, Błonnik 25,3g, Sól 6,8g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 jabłko 150		Pomidorowa z makar.300 mleko glut psz seler Pierś z indyka duszona 90/100 mleko seler glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 kurczak got 60 soja pomidor 80 sałata lodowa 30	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2277kcal, Białko 109,6g, Tłuszcz 65,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,4g, Węglowodany 275,6g, Cukry proste 77,4g, Błonnik 23,8g, Sól 6,3g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kakao na 250 mleko twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Pomidorowa z makar.300 mleko glut psz seler Pierś z indyka duszona siekana 90/100 mleko seler glut psz 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 kurczak got 60 soja	Skyr wanil. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2284kcal, Białko 106,4g, Tłuszcz 65,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,4g, Węglowodany 281,4g, Cukry proste 85,8g, Błonnik 17,4g, Sól 5,8g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko kakao na 250 mleko twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Pomidorowa z makaronem 300 mleko glut psz seler Pierś z indyka duszona 90/100 mleko seler glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2175kcal, Białko 105,5g, Tłuszcz 53,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,4g, Węglowodany 299g, Cukry proste 89,3g, Błonnik 16g, Sól 6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko kakao na ml 250 mleko twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 szynka dr 30 soja	Pomidorowa z makaronem 300 mleko glut psz seler Pierś z indyka duszona 90/100 mleko seler glut psz ziemniaki got 100 cukinia dusz 100 glut psz herbata owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2348kcal, Białko 113,7g, Tłuszcz 74,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 32,5g, Węglowodany 285,5g, Cukry proste 73,3g, Błonnik 16,6g, Sól 7g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kakao na ml b/c 250 mleko twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 szynka dr 30 soja	Pomidorowa z makar.300 mleko glut psz seler Pierś z indyka duszona 90/100 mleko seler glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz mizeria z jogurtem nat.120 mleko herbata owoc b/c 250	Skyr nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 kurczak got 60 soja	Graham30 glut psz żył parów 50 sał.lod. 30
Wart odżyw. Energia 2214kcal, Białko 119,6g, Tłuszcz 68,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24g, Węglowodany 245,5g, Cukry proste 46,9g, Błonnik 31,9g, Sól 7,3g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kakao na ml b/c 250 mleko twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30		Pomidorowa z makar.300 mleko glut psz seler Pierś z indyka duszona 90/100 mleko seler glut psz 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 kurczak got 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1833kcal, Białko 104,3g, Tłuszcz 52g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,1g, Węglowodany 218,8g, Cukry proste 42,1g, Błonnik 26,7g, Sól 5,8g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Ryż na ml. zmiKS z żółtkiem i masłem 300 mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa pomidorowa 300 zmiKS z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Suchary 30 glut psz soj mleko 200 ml	Zupa jarzynowa zmiKS. z mięsem 300 seler glut psz	Manna na ml 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2024kcal, Białko 115,6g, Tłuszcz 123,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.54,2g, Węglowodany 115,5g, Cukry proste 42,3g, Błonnik5,6 g, Sól 3,5g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. Mus owoc warzyw. 100 **Wart odżyw.** Energia 58kcal, Białko 0,6g, Tłuszcz 0,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.0,05g, Węglowodany 12,2g, Cukry proste 11,5g, Błonnik 1,7g, Sól 0g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława
JADŁOSPIS na dzień 1.07.2024r.

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 makreli ze szczyp.50 ryba polędwica z ind. 50 soja mleko ogórek kisz 50 roszponka 20 arbus 150		Szpinakowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi gotowane z masłem 350 (8 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 sopocka 60 soja papryka kons 50 sałata ziel 20	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2353kcal, Białko 96g, Tłuszcze 75,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 31,7g, Węglowodany 309,4g, Cukry proste 60,9g, Błonnik 24,3g, Sól 7,3g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka 50 polędwica z ind. 50 soja mleko pomidor 80 roszponka 20 arbus 150		Szpinakowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi gotowane 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 sopocka 60 soja pomidor 80 sałata ziel 20	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2255kcal, Białko 102,6g, Tłuszcze 57g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 25,2g, Węglowodany 321,3g, Cukry proste 61,8g, Błonnik 19,2g, Sól 7g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 polędwica z ind. 50 soja mleko szynka kons 30 soja roszp. 20	arbus 150	Szpinakowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi gotowane z masłem 350 (8 szt) mleko glut psz jaja marchewka opr.z olejem 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2211kcal, Białko 94,5g, Tłuszcze 46,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 24,6g, Węglowodany 341,4g, Cukry proste 68,4g, Błonnik 16,9g, Sól 6,6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka 50 polędw z ind. 50 soja mleko roszp. 20	Jabłko got 150	Szpinakowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi gotowane z masłem 350 (8 szt) mleko glut psz jaja marchewka opr.z olejem 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2200kcal, Białko 102g, Tłuszcze 34,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 17g, Węglowodany 344,7g, Cukry proste 78,6g, Błonnik 21,3g, Sól 6,5g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka 50 polędwica z ind. 50 soja mleko roszponka 20	Bułka psz 30 Bułka psz masło 10 mleko jabłko got 150 szynka kons 30 soja	Szpinakowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi gotowane z masłem 350 (8 szt) mleko glut psz jaja marchewka opr.z olejem 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2441kcal, Białko 108g, Tłuszcze 55,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,3g, Węglowodany 352,4g, Cukry proste 77,5g, Błonnik 21,5g, Sól 7,4g						
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 polędwica z ind. 50 soja mleko roszponka 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 szynka kons 30 soja	Szpinakowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi gotowane z masłem 350 (8 szt) mleko glut psz jaja surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowocowy b/c 250	Sok warzywny 150 seler	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 sopocka 60 soja	Graham30 glut psz żyt pasz dr 40 soja seler mle glut psz
Wart odżyw. Energia 2196kcal, Białko 112,3g, Tłuszcze 51,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,3g, Węglowodany 263,4g, Cukry proste 43,5g, Błonnik 34,3g, 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 pasta z tuńczyka 50 polędwica z ind. 50 soja mleko roszponka 20		Szpinakowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Leniwe pierogi gotowane 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 masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 sopocka 60 soja	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 1827kcal, Białko 94,9g, Tłuszcze 42,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.17,5g, Węglowodany 248,3g, Cukry proste 38,3g, Błonnik 28,4g, Sól 6,7g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasza jagl na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut mleko jajo	Bulion mięs. 200 seler	Zupa szpinakowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajo seler	Sok warz. 150 seler	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Ryż na ml 200 mle
Wart odżyw. Energia 2070kcal, Białko 92,1g, Tłuszcze 126,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 56,7g, Węglowodany 125,6g, Cukry proste 58,4g, Błonnik 7,6g, Sól 4,2g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. budyń ml 150 mleko glut psz **Wart odżyw.** Energia 84kcal, Białko 3,1g, Tłuszcze 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 Oława

JADŁOSPIS na dzień 2.07.2024r.

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 fasoli 50 kielbasa krakow. 50 soja gorcz pomidor 80 sałata lodowa 30 brzoskwinia 120		Ogórkowa z ryżem 300 mleko glut psz seler Kotlet pożarki z kurczaka smażony 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 sałatka z buraka i ceb. 120 woda z cytr. 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko .herbata 250 filet z indyka pieczony 60 soja rzodkiewka 30 szpinak 20	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2391kcal, Białko 111,3g, Tłuszcze 94,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,2g, Węglowodany 282,5g, Cukry proste 78,4g, Błonnik 25,7g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarożek 50 mleko szynka got 30 soja pomidor 80 sałata lodowa 30 brzoskwinia 120		Ryżowa 300 seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz woda z cytr. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka pieczony 60 soja pomidor 80 pasta warzywna 50	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2268kcal, Białko 106,4g, Tłuszcze 78,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,2g, Węglowodany 303,4g, Cukry proste 79,1g, Błonnik 22,7g, Sól 6,8g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarożek 50 mleko szynka got 30 soja roszonek 20	Brzoskwinia 120	Ryżowa 300 seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz woda z cytr. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka pieczony 60 soja	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2240kcal, Białko 106g, Tłuszcze g, 77,3w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29g, Węglowodany 283,5g, Cukry proste 74,7g, Błonnik 20,4g, Sól 6,5g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 twarożek 50 mleko szynka got 30 soja roszonek 20	Jabłko got 150	Ryżowa 300 seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz woda z cytr. 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka pieczony 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2188kcal, Białko 106,2g, Tłuszcze 68,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22,1g, Węglowodany 291,4g, Cukry proste 65,8g, Błonnik 19,4g, Sól 6,4g						
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 50 mleko szynka got 30 soja roszonek 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 kurczak got 30 soja	Ryżowa 300 seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz woda z cytr. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka pieczony 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2409kcal, Białko 116,1g, Tłuszcze 89,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.35,1g, Węglowodany 303,8g, Cukry proste 64,9g, Błonnik 20,5g, Sól 6,9g						
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 szynka got 30 soja sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 kurczak got 30 soja	Ryżowa 300 seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz roszonek z olejem 20 woda z cytr. 250	Jogurt nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 filet z indyka pieczony 60 soja	Graham 30 glut psz żyt szyn kon 30 soj szpin 20
Wart odżyw. Energia 2195kcal, Białko 121,4g, Tłuszcze 76,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,1g, Węglowodany 248,9g, Cukry proste 45,7g, Błonnik 31,6g, Sól 7,2g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt twarożek 50 mleko szynka got 30 soja sałata lodowa 30		Ryżowa 300 seler Potrawka z kurczaka got 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz roszonek z olejem 20 woda z cytr. 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 filet z indyka pieczony 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1862kcal, Białko 103,9g, Tłuszcze 69,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22g, Węglowodany 234,6g, Cukry proste 40,2g, Błonnik 27,7g, Sól 6g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	makaron na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa ryżowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	ciastka maśl 30 mle glut psz jaja mlek 200 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2078kcal, Białko 90,3g, Tłuszcze 135,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.60,7g, Węglowodany 125,4g, Cukry proste 31,6g, Błonnik 4,9g, Sól 3,8g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. ciastka maśl 30 **mleko glut psz jaja + mleko 200 mleko** **Wart odżyw.** Energia 243kcal, Białko 8,4g, Tłuszcze 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.**

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 3.07.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Kasza kuk na ml 300 mleko Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 jajko got 50 jaja kurczak got 30 soja rukola 20 papryka czerw 50 jabłko 150		Pieczarkowa z łazankami 300 mleko glut psz seler Bitki schab duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 surówka z młodej kapusty z olejem 120 kompot wieloowoc. 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja ogórek ziel 50 sałata ziel 20	Mus owoc – warzyw 100
Wart odżyw. Energia 2264kcal, Białko 93,8g, Tłuszcz 93,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,8g, Węglowodany 268,7g, Cukry proste 80,5g, Błonnik 26,1g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza kuk na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajko got 50 jaja kurczak got 30 soja pomidor 80 roszponka 20 jabłko 150		Koperkowa z lonym ciastem 300 glut psz seler jaja Bitki schab duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 sałatka z sał..lod. z olejem 100 kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja pomidor 80 sałata ziel. 20	Mus owoc – warzyw 100
Wart odżyw. Energia 2239kcal, Białko 90,5g, Tłuszcz 80,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,2g, Węglowodany 270,5g, Cukry proste 82.6g, Błonnik 23,5g, Sól 6,7g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Kasza kuk na ml 300 mleko Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jajka got 50 jaja kurczak got 30 soja roszponka 20	jabłko got 150	Koperkowa z lan. ciast. 300 glut psz seler jaja Bitki schab duszone siekane w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 bukiet jarzyn na parze z olejem 100 kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Mus owoc – warzyw 100
Wart odżyw. Energia 2210kcal, Białko 89,4g, Tłuszcz 74,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,4g, Węglowodany 270,3g, Cukry proste 77,8g, Błonnik 18,7g, Sól 6,5g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Kasza kuk na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pasta z białka got 50 jaja kurczak got 30 soja roszponka 20	Jabłko got 150	Koperkowa z lonym ciastem 300 glut psz seler jaja Bitki schab duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 bukiet jarzyn na parze z olejem 100 kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2177kcal, Białko 92,3g, Tłuszcz 58,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,5g, Węglowodany 284,5g, Cukry proste 86,3g, Błonnik 16,8g, Sól 6,7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Kasza kuk na ml 300 mleko Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 jajko got 50 jaja kurczak got 30 soja roszponka 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 sopoc 30 soja	Koperkowa z lonym ciastem 300 glut psz seler jaja Bitki schab duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 bukiet jarzyn na parze z olejem 100 kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2275kcal, Białko 98,7g, Tłuszcz 83,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.35,8g, Węglowodany 283,4g, Cukry proste 82g, Błonnik 18,4g, Sól 7,1g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt jajko got 50 jaja kurczak got 30 soja papryka czerw 50	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 sopocka 30 soja	Koperkowa z lan. ciast. 300 glut psz seler jaja Bitki schab duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 sałatka z sał..lod. z olejem 100 kompot wieloowoc. b/c 250	surówka z młodej kapusty z olejem 120	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka kons 60 soja	Graham30 glut psz żyt tofu 30 soja sał.ziel 20
Wart odżyw. Energia 2199kcal, Białko 99,9g, Tłuszcz 78,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,5g, Węglowodany 244,6g, Cukry proste 44,8g, Błonnik 33,7g, Sól 7,3g						
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 jajko got 50 jaja kurczak got 30 soja papryka czerw 50		Koperkowa z lan. ciast 300 glut psz seler jaja Bitki schab duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 sałatka z sał..lod. z olejem 100 kompot wieloowoc. b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka kons 60 soja	Graham30 glut psz żyt tofu 30 soja sał.ziel 20
Wart odżyw. Energia 1842kcal, Białko 90,2g, Tłuszcz 68,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22,5g, Węglowodany 212,6g, Cukry proste 36,9g, Błonnik 28g, Sól 6,3g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasza kuk na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Sucharki 30 glut psz soj mleko 200 ml	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Makaron na ml 200 ml gl psz
Wart odżyw. Energia 2086kcal, Białko 107,4g, Tłuszcz 134,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.58,9g, Węglowodany 124g, Cukry proste 44,8g, Błonnik 5.4g, Sól 3,7g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. deser z galaretki i jogurtu nat. 150 mleko 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 ml.**

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 4.07.2024r.

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 żółty 30 mleko parówka 50 rzodkiewka 30 szpinak 20 arbus 150		Kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Gulasz bogracz z indyka z ciecierzycą 180 mleko glut psz seler kasza grycz. na sypko 200 napój owoc 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 połędwica dr 60 soja mleko papryka kons 50 gorcz sałata lodowa 30	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2379kcal, Białko 109,4g, Tłuszcze 88,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.37,3g, Węglowodany 285,3g, Cukry proste 63,4g, Błonnik 23,7g, Sól 7,4g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaj Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 ser biały 50 mleko parówka 50 pomidor 80 sałata ziel 20 arbus 150		Kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka z jarzynami 180 mleko glut psz seler seler kasza jęczm. na sypko 200 glut jęczm napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 połędwica dr 60 soja mleko pomidor 80 sałata lodowa 30	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2262kcal, Białko 104,5g, Tłuszcze 75,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,1g, Węglowodany 293g, Cukry proste 65g, Błonnik 23,6g, Sól 7g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 ser biały 50 mleko parówka 50 sałata ziel 20	arbus 150	Kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka z jarzynami 180 mleko glut psz seler seler kasza jęczm. na sypko 200 glut jęczm napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica dr 60 soja mleko	Jogurt nat 150 mleko + dżem 25
Wart odżyw.	Energia 2277kcal, Białko 103,8g, Tłuszcze 75,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31g, Węglowodany 298,2g, Cukry proste 71g, Błonnik 22,2g, Sól 7g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (nisko-tłuszczowa) (3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 ser biały 50 mleko filet z ind 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka z jarzynami 180 mleko glut psz seler seler kasza jęczm. na sypko 200 glut jęczm napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica dr 60 soja mleko	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2190kcal, Białko 105,2g, Tłuszcze 51,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,9g, Węglowodany 303,2g, Cukry proste 74,2g, Błonnik 23,4g, Sól 6,9g					
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 50 mleko parówka 50 sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 filet z ind soja	Kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka z jarzynami 180 mleko glut psz seler seler kasza jęczm. na sypko 200 glut jęczm napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica dr 60 soja mleko	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 2435kcal, Białko 107,4g, Tłuszcze 82g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.36,8g, Węglowodany 309,2g, Cukry proste 71g, Błonnik 25,8g, Sól 7,3g					
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CIUKRZYCOWA 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 50 mleko parówka 50 szpinak 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 filet z ind soja	Kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Gulasz z bogracz indyka z ciecierzycą 180 mleko glut psz seler seler kasza jęczm. na sypko 200 glut jęczm + rozszponka z olejem 20 kompot wieloowocowy b/c 250	Jogurt nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 połędwica dr 60 soja mleko	Graham30 glut psz żyt pasta z jaj 50 jaja sał.lod.30
Wart odżyw.	Energia 2187kcal, Białko 115,2g, Tłuszcze 68,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,7g, Węglowodany 250,5g, Cukry proste 40,7g, Błonnik 36,7g, Sól 7,5g					
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CIUKRZ. 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 50 mleko filet z ind 30 soja szpinak 20		Kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka z ciecierzycą 180 mleko glut psz seler seler kasza jęczm. na sypko 200 glut jęczm + rozszponka z olejem 20 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 połędwica dr 60 soja mleko	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw.	Energia 1813kcal, Białko 97g, Tłuszcze 49,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,2g, Węglowodany 216,8g, Cukry proste 35,3g, Błonnik 26,7g, Sól 6,6g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Zacierka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa kalafiorowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	biszkopty 30 glut psz jaja mleko200 mle	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Jogurt nat 150 mle
Wart odżyw.	Energia 2085kcal, Białko 109,5g, Tłuszcze 132,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57,4g, Węglowodany 121g, Cukry proste 38,9g, Błonnik 8,2g, Sól 3,8g					

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. biszkopty 30 **glut psz jaja** mleko 200 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 214kcal, Białko 8,7g, Tłuszcze 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 m