

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 31.05.2024r.

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 ciecierzycy 50 polędwica dr 30 soja ogórek ziel. 50 sałata lod 30 banan 180		Krem z białych warzyw z grzankami 300 glut psz seler Ryba smażona w sosie greckim 100/100 ryba glut psz seler ziemniaki got 200 roszonek z olejem 20 kompot wielowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja pomidor 80 szpinak 20	Kefir nat 200 mleko
Wart Odzyw. Energia 2252kcal, Białko 96g, Tłuszcz 73,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,3g, Węglowodany 283,7g, Cukry proste 93,2g, Błonnik 28,8g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 glut psz soja seler mleko polędwica dr 30 soja pomidor 80 sałata lodowa 30 banan 180		Krem z białych warzyw z grzankami 300 glut psz seler Ryba duszona w sosie włas.80/100 ryba mleko glut psz ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z pieca konw z masłem 100 mleko roszonek z olejem 20 kompot wielowocowy 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 Odzyw. Energia 2280kcal, Białko 90,8g, Tłuszcz 78,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,4g, Węglowodany 284,9g, Cukry proste 79,6g, Błonnik 25,6g, Sól 6g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet dr 40 glut psz soja seler mleko polędwica dr 30 soja sałata ziel 20	banan 180	j.w.		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 Odzyw. Energia 2266kcal, Białko 89,7g, Tłuszcz 79,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,8g, Węglowodany 283,8g, Cukry proste 79,8g, Błonnik 17,4g, Sól 6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (nisko-tłuszczowa) (3)	Kasza jagl na ml 300 mleko Bułka psz.100 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 polędwica dr 30 soja tuńczyk 50 ryba sałata ziel 20	Jabłko got 150	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart Odzyw. Energia 2202kcal, Białko 99g, Tłuszcz 63,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,3g, Węglowodany 277,2g, Cukry proste 70,2g, Błonnik 16,2g, Sól 6,1g						
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 pasztet dr 40 glut psz soja seler mleko polędwica dr 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 tuńczyk 50 ryba	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart Odzyw. Energia 2406kcal, Białko 103,8g, Tłuszcz 88g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.39g, Węglowodany 284,2g, Cukry proste 69,7g, Błonnik 17,7g, Sól 6,5g						
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 glut psz soja seler mleko polędwica dr 30 soja sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 pasta z ciecierzycy 50	j.w. kompot wielowocowy 250 b/c	Kefir nat 200 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got 60 soja	Graham30 glut psz żyty kurcz got 30 soj sał.ziel.20
Wart Odzyw. Energia 2170kcal, Białko 100,7g, Tłuszcz 69,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,6g, Węglowodany 233,7g, Cukry proste 46,6g, Błonnik 31,2g, Sól 6,7g						
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 polędwica dr 30 soja tuńczyk 50 ryba sałata lodowa 30		j.w. kompot wielowocowy 250 b/c		Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart Odzyw. Energia 1809kcal, Białko 92,4g, Tłuszcz 59,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,1g, Węglowodany 199,3g, Cukry proste 41,1g, Błonnik 26,2g, Sól 5,8g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasza jagl na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa koperkowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Kisiel owoc 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Kefir nat 200 mle
Wart Odzyw. Energia 2069kcal, Białko 104,2g, Tłuszcz 131,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.55,5g, Węglowodany 124,3g, Cukry proste 57,1g, Błonnik 5,2g, Sól 2,4g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. kisiel owoc z jabłkiem tartym 170
kw.Tłuszcz.0,04g, Węglowodany 20,6g, Cukry proste 12,5g, Błonnik 0,6g, Sól 0g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

Wart Odzyw. Energia 88kcal, Białko 0,08g, Tłuszcz 0,08g, w tym Nasycone

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 1.06.2024r.

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 szynka kons 30 soja papryka kons 50 gorcz sał.ziel 20 jabłko 150		Fasolowa z wędliną 300 glut psz seler soja Makaron z serem na słodko 300 mleko glut psz arbus 150 woda z cytr.250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 paróweczka drob 100 soja glut psz keczup 10 ogórek kisz 50 gorcz sałata lod 30	Mus owoc –warzyw 100
Wart Odżyw. Energia 2258kcal, Białko 93,1g, Tłuszcz 79,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,6g, Węglowodany 291,6g, Cukry proste 95,4g, Błonnik 29,6g, Sól 5,8g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt jajecznicza na parze 70 jaja szynka kons 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 jabłko 150		Jarzynowa z mięsem 300 mleko glut psz seler Makaron z serem na słodko 300 mleko glut psz arbus 150 woda z cytr.250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 paróweczka drob 100 soja glut psz keczup 10 pomidor 80 sałata lod. 30	Mus owoc –warzyw 100
Wart Odżyw. Energia 2230kcal, Białko 88,8g, Tłuszcz 70,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,9g, Węglowodany 299,3g, Cukry proste 92,7g, Błonnik 22,4g, Sól 5,5g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniiona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt jajecznicza na parze 70 jaja szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Jarzynowa z mięsem 300 mleko glut psz seler Makaron z serem na słodko 300 mleko glut psz arbus 150 woda z cytr.250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 paróweczka drob 100 soja glut psz	Mus owoc –warzyw 100
Wart Odżyw. Energia 2221kcal, Białko 88g, Tłuszcz 70,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,9g, Węglowodany 297,6g, Cukry proste 90,6g, Błonnik 17,1g, Sól 5,5g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (nisko-tłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt pasta z białka 50 jaja szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Jarzynowa z mięsem 300 mleko glut psz seler Makaron z serem na słodko 300 mleko glut psz jabłko got 150 woda z cytr.250		Bułka psz.100 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 polędwica dr 60 soja	Kisiel blysk. 150
Wart Odżyw. Energia 2192kcal, Białko 90,6g, Tłuszcz 39,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,4g, Węglowodany 302g, Cukry proste 99,8g, Błonnik 16,7g, Sól 5,4g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 glut psz masło ¹ / ₅ mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt jajecznicza na parze 70 jaja szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 paszt dr 40 glu psz soja seler mleko	Jarzynowa z mięsem 300 mleko glut psz seler Makaron z serem na słodko 300 mleko glut psz jabłko got 150 woda z cytr.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 2483kcal, Białko 97g, Tłuszcz 89,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.41,4g, Węglowodany 310,7g, Cukry proste 86g, Błonnik 16,9g, Sól 6,2g						
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 jajecznicza na parze 70 jaja szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 paszt dr 40 glu psz soja seler mleko	Jarzynowa z mięsem 300 mleko glut psz seler Makaron razowy z serem i cynamonem 300 mleko glut psz arbus 150 woda z cytr.250	Sok warzyw 150 seler	Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 paróweczka drob 100 soja glut psz	Graham30 glut psz żyt sopoc 30 soja sał.lod 30
Wart Odżyw. Energia 2204kcal, Białko 99,6g, Tłuszcz 66,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,9g, Węglowodany 266,2g, Cukry proste 49,6g, Błonnik 31,2g, Sól 6,8g						
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 jajecznicza na parze 70 jaja szynka kons 30 soja sał. ziel 20		Jarzynowa z mięsem 300 mleko glut psz seler Makaron razowy z serem i cynamonem 300 mleko glut psz arbus 150 woda z cytr.250		Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 polędwica dr 60 soja	Sok warzyw 150 seler
Wart Odżyw. Energia 1819kcal, Białko 85,6g, Tłuszcz 44,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,1g, Węglowodany 238,6g, Cukry proste 45,3g, Błonnik 26,5g, Sól 5,6g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	ryż na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa ziemniaczana zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Sok warzyw 150 seler	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Mus owoc –warz 100
Wart Odżyw. Energia 1963kcal, Białko 83,4g, Tłuszcz 130,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57,2g, Węglowodany 103,5g, Cukry proste 31,4g, Błonnik 8,7g, Sól 3,5g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. koktajl mleczno- truskawkowy 150 **mleko** **Wart Odżyw.** Energia 67kcal, Białko 3,8g, Tłuszcz 2,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.1,2g, Węglowodany 8,7g, Cukry proste 6,7g, Błonnik 1g, Sól 0,08g + DZIECI: wafelek 1 szt **mleko glut psz jaja orzechy** **Wart Odżyw.** Energia 209kcal, Białko 2,8g, Tłuszcz 10,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.4,8g, Węglowodany 24,4g, Cukry proste 14g, Błonnik 0,9g, Sól 0,08g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 2.06.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL	
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko ser żółty 30 mleko kurczak got 30 soja rzodkiewka 30 szpinak 20 pomarańcza 150		Krupnik 300 glut jęczm seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got. 200 sałatka z ogórka kisz. z papr. i olejem 130 gorcz 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 2241kcal, Białko 95,8g, Tłuszcz 74g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 30,3g, Węglowodany 286,5g, Cukry proste 89,7g, Błonnik 26,2g, Sól 6,9g							
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko twaróg 50 mleko kurczak got 30 soja pomidor 80 sałata lodowa 30 pomarańcza 150		Krupnik 300 glut jęczm seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja 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 2216kcal, Białko 94,6g, Tłuszcz 61,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 25,8g, Węglowodany 290,5g, Cukry proste 89,1g, Błonnik 21,3g, Sól 5,6g							
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Bułka 100 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko twaróg 50 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20	pomarańcza 150	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Jogurt owoc 150 mleko	
Wart Odżyw. Energia 2205kcal, Białko 93,7g, Tłuszcz 61,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz. 25,2g, Węglowodany 289,2g, Cukry proste 85,3g, Błonnik 19,2g, Sól 5,4g							
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko kakao na ml 250 mleko twaróg 50 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Jogurt nat 150 mleko	
Wart Odżyw. Energia 2179kcal, Białko 92,8g, Tłuszcz 50,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,3g, Węglowodany 290,4g, Cukry proste 81,8g, Błonnik 17g, Sól 5,4g							
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko kakao na ml 250 mleko twaróg 50 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 szynka kons 30 soja	j.w.		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Jogurt nat 150 mleko	
Wart Odżyw. Energia 2300kcal, Białko 101,2g, Tłuszcz 71g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,9g, Węglowodany 296,8g, Cukry proste 79,2g, Błonnik 19,6g, Sól 6g							
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 glut jęcz żyt twaróg 50 mleko kurczak got 30 soja sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 szynka kons 30 soja	j.w		Surówka z marchwi i jabłka z olejem 130	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 sopocka 60 soja	Graham30 glut psz żyty jajko jaja sał.ziel 20
Wart Odżyw. Energia 2195kcal, Białko 102,6g, Tłuszcz 63,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,7g, Węglowodany 245,7g, Cukry proste 42,8g, Błonnik 34,5g, Sól 6,1g							
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kakao ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt twaróg 50 mleko kurczak got 30 soja sałata lodowa 30		j.w.		Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 sopocka 60 soja	Jogurt nat 150 mleko	
Wart Odżyw. Energia 1836kcal, Białko 91,7g, Tłuszcz 49,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.17g, Węglowodany 214,9g, Cukry proste 37,3g, Błonnik 28,7g, Sól 5,2g							
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	makaron 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	Suchary 30 mle glut psz soja mleko 200 mle miks	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Jogurt nat 150 mleko	
Wart Odżyw. Energia 2061kcal, Białko 92,6g, Tłuszcz 130,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57,9g, Węglowodany 119,3g, Cukry proste 16,4g, Błonnik 5,8g, Sól 2,8g							

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. ciastka maśl. 30 **mleko glut psz jaja orzechy** + mleko 200 **mleko** **Wart Odżyw.** Energia 243kcal, Białko 8,4g, Tłuszcz 10g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.5,1g, Węglowodany 29,5g, Cukry proste 6,3g, Błonnik 0,6g, Sól 0,3g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 3.06.2024r.

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 pasta z makreli ze szczyp. 50 ryba szynka got 30 soja ogórek kisz 50 gorcz rukola 20 truskawki 100		Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Gołąbki duszone z ryżu i mięsa z młodej kapusty 300 (2 szt) i sosem pomidor. 100 mleko glut psz seler kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka drob. 60 soja sał.z sał.lod z ciecierz z ol. 50 papryka czerw	Skyr nat 150 mleko
Wart Odżyw.	Energia 2417kcal, Białko 110,6g, Tłuszcze 93,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,3g, Węglowodany 286,9g, Cukry proste 62,7g, Błonnik 24,9g, Sól 7,1g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka got 30 soja pomidor 80 roszonek 20 truskawki 100		Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Potrawka z kurczaka duszona 180 mleko glut psz seler ryż gotowany na sypko 200 marchewka oprósz. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka drob. 60 soja sałata lod. 30 pomidor 80	Skyr nat 150 mleko
Wart Odżyw.	Energia 2269kcal, Białko 112,2g, Tłuszcze 66,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,7g, Węglowodany 299,9g, Cukry proste 62,4g, Błonnik 19g, Sól 6,1g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja roszonek 20	truskawki 100	Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Potrawka z kurczaka duszona 180 mleko glut psz seler ryż gotowany na sypko 200 marchewka oprósz. 100 glut psz kompot wieloowocowy 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 2244kcal, Białko 99,9g, Tłuszcze 66,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,4g, Węglowodany 306,1g, Cukry proste 69,4g, Błonnik 16,2g, Sól 5,7g					
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 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka got 30 soja roszonek 20	Jabłko got 150	Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Potrawka z kurczaka duszona 180 mleko glut psz seler ryż gotowany na sypko 200 marchewka oprósz. 100 glut psz kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.100 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob. 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart Odżyw.	Energia 2199kcal, Białko 111,9g, Tłuszcze 57,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,7g, Węglowodany 311,7g, Cukry proste 70,1g, Błonnik 15,3g, Sól 5,9g					
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 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka got 30 soja roszonek 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Potrawka z kurczaka duszona 180 mleko glut psz seler ryż gotowany na sypko 200 marchewka oprósz. 100 glut psz kompot wieloowocowy 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 2496kcal, Białko 121,6g, Tłuszcze 76,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,2g, Węglowodany 321,9g, Cukry proste 67,3g, Błonnik 15,3g, Sól 6,2g					
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 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka got 30 soja roszonek 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 ser biały 50 mleko	Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Potrawka z kurczaka duszona 180 mleko glut psz seler ryż brązowy gotowany na sypko 200 marchewka oprósz. 100 glut psz kompot wieloow. b/c 250 sał. z sał.lod z ciecierz z ol.50	Skyr nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka drob. 60 soja	Graham30 glut psz żyt szyn kons 30 sał.lod 30
Wart Odżyw.	Energia 2183kcal, Białko 124,2g, Tłuszcze 56,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,4g, Węglowodany 268,7g, Cukry proste 44,2g, Błonnik 30,8g, Sól 6,9g					
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 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka got 30 soja roszonek 20		Żurek lekki 300 mleko glut psz glut żyt seler Potrawka z kurczaka duszona 180 mleko glut psz seler ryż brązowy gotowany na sypko 200 marchewka oprósz. 100 glut psz kompot wieloow. b/c 250 sał. z sał.lod z ciecierz z ol.50		Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka drob. 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart Odżyw.	Energia 1845kcal, Białko 103,5g, Tłuszcze 51,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,2g, Węglowodany 232,2g, Cukry proste 39,5g, Błonnik 26,1g, Sól 5,5g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Zacierka na ml. zmiKS z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Żurek zmiKS z mięsem i żółtkiem 300 glut psz glut żytni jajko seler	budyń ml 150 mle glut psz	Zupa jarzynowa zmiKS. z mięsem 300 seler glut psz	Skyr nat 150 mle
Wart Odżyw.	Energia 2088kcal, Białko 108,5g, Tłuszcze 138g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.60,9g, Węglowodany 107,9g, Cukry proste 35g, Błonnik 7,4g, Sól 2,9g					

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 4.06.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Manna na ml 300 mleko glut psz Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 jajko got. 50 jaja filet z indyka wędz 30 soja sałata ziel 20 pomidor 80 kiwi 100		Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko pieczone 150 ziemniaki got. 200 sałatka z buraka i ceb. 120 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 ogórek ziel. 50 szpinak 20	Jogurt nat 150 mleko
Wart Odżyw. Energia 2366kcal, Białko 100,2g, Tłuszcze 95g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,9g, Węglowodany 266,8g, Cukry proste 70,7g, Błonnik 24,3g, Sól 5,7g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 jajko got. 50 jaja filet z indyka wędz 30 soja sałata ziel 20 pomidor 80 kiwi 100		Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko duszone w sosie włas. 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 100 buraczki oprósz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja pomidor 80 roszponka 20	Jogurt nat 150 mleko
Wart Odżyw. Energia 2378kcal, Białko 99,2g, Tłuszcze 88,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,2g, Węglowodany 288,4g, Cukry proste 71g, Błonnik 18,8g, Sól 5,5g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jajka got. 50 jaja filet z indyka wędz 30 soja sałata ziel 20	kiwi 100	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Potrawka z kurczaka 180 mleko glut psz seler ziemniaki got. 100 buraczki oprósz. 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 2290kcal, Białko 93g, Tłuszcze 79,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30g, Węglowodany 292,7g, Cukry proste 76,8g, Błonnik 14,3g, Sól 5,4g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pasta z białka got. 50 jaja filet z indyka wędz 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko duszone w sosie włas. 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got. 100 buraczki oprósz. 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 2231kcal, Białko 97,9g, Tłuszcze 66,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22,5g, Węglowodany 288,6g, Cukry proste 72,5g, Błonnik 13,4g, Sól 5,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 jajko got. 50 jaja filet z indyka wędz 30 soja jajko got. 50 jaja filet z indyka wędz 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 pasta z wędł. miesz .30 soja	j.w.		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 2467kcal, Białko 102,7g, Tłuszcze 95,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.39,8g, Węglowodany 301,2g, Cukry proste 75g, Błonnik 16,6g, Sól 6g						
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 filet z indyka wędz 30 soja sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 pasta z wędł. miesz .30 soja	j.w.	Jogurt nat 150 mleko	Graham 80 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka kons 60 soja	Graham30 glut psz żył polęd dr 30 soja szpinak20
Wart Odżyw. Energia 2201kcal, Białko 108,7g, Tłuszcze 77,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,3g, Węglowodany 241,5g, Cukry proste 48,4g, Błonnik 30,6g, Sól 6,4g						
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 jajko got. 50 jaja filet z indyka wędz 30 soja sałata ziel 20		j.w.		Graham 80 glut psz żył masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart Odżyw. Energia 1901kcal, Białko 90,9g, Tłuszcze 74g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26g, Węglowodany 206,6g, Cukry proste 44g, Błonnik 25,3g, Sól 5,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	manna na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Rosół zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	chałka 50 mle glut psz jaja + mleko 200 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2196kcal, Białko 110,5g, Tłuszcze 139g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.59,7g, Węglowodany 117,7g, Cukry proste 20,5g, Błonnik 6,2g, Sól 3,5g						

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

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 5.06.2024r.

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 serek wiejski lekki 150 mleko sopočka 30 soja rzodkiewka 30 roszonek 20 jabłko 150		Pieczarkowa z ziemn. 300 mleko glut psz seler Bitki wieprz. duszone w sosie 80/100 glut psz kasza gryczana na sypko 200 surówka z młodej kapusty z olejem 120 kompot wieloowoc. 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żył 40 glut psz żył jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 pierś z indyka piecz własna 60 ćwikła z chrzanem 50 SO2 sał. ziel. 20	Sok pomid 150
Wart Odżyw. Energia 2443kcal, Białko 103g, Tłuszcz 110,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,4g, Węglowodany 285,5g, Cukry proste 69,6g, Błonnik 28,7g, Sól 6,2g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 serek wiejski lekki 150 mleko sopočka 30 soja pomidor 80 roszonek 20 jabłko 150		Kalafiorowa z ziemn.300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm. na sypko 200 glut jecz sałatka z sałaty lodowej z olejem100 kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pierś z indyka piecz własna 60 buraczki z jabłkiem 50 sałata ziel 20	Sok pomid 150
Wart Odżyw. Energia 2330kcal, Białko 91,4g, Tłuszcz 88,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,9g, Węglowodany 298,2g, Cukry proste 72,6g, Błonnik 31,2g, Sól 5,6g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 serek wiejski lekki 150 mleko sopočka 30 soja roszonek 20	Jabłko got 150	Kalafiorowa z ziemn.300 mleko glut psz seler Bitki schab. siekane duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm. na sypko 200 glut jecz bukiet jarzyn z pieca konw. z masłem 100 mleko kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pierś z indyka piecz własna 60	Kisiel blysk. 150
Wart Odżyw. Energia 2272kcal, Białko 99,2g, Tłuszcz 75,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,9g, Węglowodany 309,7g, Cukry proste 70,7g, Błonnik 16,6g, Sól 5,4g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (nisko-tłuszczowa) (3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 serek wiejski lekki 150 mleko sopočka 30 soja roszonek 20	Jabłko got 150	Kalafiorowa z ziemn.300 mleko glut psz seler Bitki schab. siekane duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm. na sypko 200 glut jecz bukiet jarzyn z pieca konw. z masłem 100 mleko kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pierś z indyka piecz własna 60	Kisiel blysk. 150
Wart Odżyw. Energia 2201kcal, Białko 99,9g, Tłuszcz 63,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,5g, Węglowodany 312,1g, Cukry proste 72g, Błonnik 15,5g, Sól 5,5g						
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 serek wiejski lekki 150 mleko sopočka 30 soja roszonek 20	Bułka psz 30 Bułka psz 100 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 szynka dr 30 soja	Kalafiorowa z ziemn.300 mleko glut psz seler Bitki schab. siekane duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm. na sypko 200 glut jecz bukiet jarzyn z pieca konw. z masłem 100 mleko kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pierś z indyka piecz własna 60	Kisiel blysk. 150
Wart Odżyw. Energia 2456kcal, Białko 105,9g, Tłuszcz 87,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.41,9g, Węglowodany 324,3g, Cukry proste 70,9g, Błonnik 21,2g, Sól 6,1g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 80 glut psz żył masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył serek wiejski lekki 150 mleko sopočka 30 soja roszonek 20	Graham 30 glut psz żył ogórek ziel 50 szynka dr 30 soja	Kalafiorowa z ziemn.300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm. na sypko 200 glut jecz sałatka z sałaty lodowej z olejem100 kompot wieloowoc. b/c 250	surówka z młodej kapusty z olejem 120	Graham 80 glut psz żył masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 pierś z indyka piecz własna 60	Graham30 glut psz żył szynk got 30 soj sał.ziel.20
Wart Odżyw. Energia 2198kcal, Białko 110g, Tłuszcz 80,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,4g, Węglowodany 252,2g, Cukry proste 45,1g, Błonnik 35,3g, Sól 6,2g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 80 glut psz żył masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył serek wiejski lekki 150 mleko sopočka 30 soja roszonek 20		Kalafiorowa z ziemn.300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm. na sypko 200 glut jecz sałatka z sałaty lodowej z olejem100 kompot wieloowoc. b/c 250		Graham 80 glut psz żył masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 pierś z indyka piecz własna 60	Sok pomid 150
Wart Odżyw. Energia 1851kcal, Białko 96g, Tłuszcz 66,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,8g, Węglowodany 216,3g, Cukry proste 37,6g, Błonnik 27,2g, Sól 5,3g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	makaron na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Zupa kalafiorowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Kisiel blysk. 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok pomid 150
Wart Odżyw. Energia 2058kcal, Białko 103,1g, Tłuszcz 143,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.61,7g, Węglowodany 109,6g, Cukry proste 30,8g, Błonnik 7g, Sól 3,6g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. galaretką z truskawkami 200 **Wart Odżyw.** Energia 109kcal, Białko 2,3g, Tłuszcz 0,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.g, Węglowodany 24,3g, Cukry proste 21,8g, Błonnik 1g, Sól 0,3g **Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.**

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 6.06.2024r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL.
PODSTAWOWA (1)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Chleb zw.70 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasztet pieczony 50 soja glut psz szynka dr 30 soja papryka czerw 50 szpinak 20 truskawki 100		Barszcz czerwony z fasolą 300 mleko glut psz seler Kotlet z indyka smażony 110 mleko glut psz jaja ziemniaki got 200 mizeria ze śmietaną 120 mleko napój owoc 250		Chleb zw. 70 chleb słon/żyt 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 pasta z sera i tuńczyka ze szczyp. 80 mleko ryba rzodkiewka 30 sałata lodowa 30	Mus owocowo -warzyw. 100
Wart Odżyw.	Energia 2265kcal, Białko 105,2g, Tłuszcze 76,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.29,2g, Węglowodany 302,1g, Cukry proste 77,9g, Błonnik 27,7g, Sól 6g					
ŁATWOSTRAWNA (2)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet drob 40 glut psz soja seler mleko szynka dr 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 truskawki 100		Botwinka 300 mleko glut psz seler Pierś z indyka duszona w sosie koper 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got . 200 cukinia duszona 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba pomidor 80 sałata lodowa 30	Mus owocowo -warzyw. 100
Wart Odżyw.	Energia 2237kcal, Białko 96,4g, Tłuszcze 72,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,9g, Węglowodany 299,9g, Cukry proste 76,4g, Błonnik 22,3g, Sól 5,5g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka 100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasztet drob 40 glut psz soja seler mleko szynka dr 30 soja sałata ziel 20	truskawki 100	Botwinka 300 mleko glut psz seler Pierś z indyka siekana duszona w sosie koper 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got . 200 cukinia duszona 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 twarożek 50 mleko filet z ind 30 soja	Mus owocowo -warzyw. 100
Wart Odżyw.	Energia 2218kcal, Białko 96,1g, Tłuszcze 73,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,5g, Węglowodany 298,7g, Cukry proste 74,1g, Błonnik 21,1g, Sól 5,1g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz.100 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 sopocka 30 soja szynka dr 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Botwinka 300 mleko glut psz seler Pierś z indyka duszona w sosie koper 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got . 200 cukinia duszona 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba	Jogurt nat 150 mleko
Wart Odżyw.	Energia 2191kcal, Białko 99,7g, Tłuszcze 61,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.22,4g, Węglowodany 297,7g, Cukry proste 81,5g, Błonnik 20,6g, Sól 5,3g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz 100 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasztet drob 40 glut psz soja seler mleko szynka dr 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 sopoc 30 soja	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Pierś z indyka duszona w sosie koper 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got . 200 cukinia duszona 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.100 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba	Jogurt nat 150 mleko
Wart Odżyw.	Energia 2374kcal, Białko 104,6g, Tłuszcze 84,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.36g, Węglowodany 313,2g, Cukry proste 80,9g, Błonnik 18,2g, Sól 6,4g					
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 drob 40 glut psz soja seler mleko szynka dr 30 soja sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel. 50 sopocka 30 soja	Barszcz czerw z fasolą 300 mle glut psz seler Pierś z indyka duszona w sosie koper 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got . 200 cukinia duszona 100 glut psz kompot wielowocowy b/c 250	sok pomid 150	Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba	Graham30 glut psz żyt filet z ind 30 soj sał lod 30
Wart Odżyw.	Energia 2186kcal, Białko 89,4g, Tłuszcze 53,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,5g, Węglowodany 221,5g, Cukry proste 49,5g, Błonnik 32,3g, Sól 6,1g					
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 sopocka 30 soja szynka dr 30 soja sałata ziel 20		Barszcz czerw z fasolą 300 mle glut psz seler Pierś z indyka duszona w sosie koper 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got . 200 cukinia duszona 100 glut psz kompot wielowocowy b/c 250		Graham 80 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 pasta z sera i tuńczyka 80 mleko ryba	Jogurt nat 150 mleko
Wart Odżyw.	Energia 1769kcal, Białko 88,4g, Tłuszcze 51,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,5g, Węglowodany 209,7g, Cukry proste 44,5g, Błonnik 29,6g, Sól 5,2g					
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Owsianka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut ows mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Barszcz czerw zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler	Jogurt nat 150 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Mus owoc -warz 100
Wart Odżyw.	Energia 2072kcal, Białko 88,8g, Tłuszcze 132,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.60,6g, Węglowodany 122,2g, Cukry proste 46,5g, Błonnik 6,8g, Sól 3,6g					

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