

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 19.12.2025r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	ryż. na ml. 300 mleko Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z ciecierzycy 50 szynka tyrolska 30 soja ogórek kisz 50 gorcz sałata ziel 20 banan 180		Pomidorowa z makar. 300 mleko glut psz seler Kotlet z ryby smażony 110 ryba glut psz jaja ziemniaki got 200 surówka z kapusty kiszzonej z olejem 120 gorcz kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 połędwica dr 60 soja mleko pomidor 80 sałata lod 30	Skyr nat 140 mleko
Wart odżyw. Energia 2292kcal, Białko 108,4g, Tłuszcze 72,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,9g, Węglowodany 314,3g, w tym Cukry proste 86,8g, Błonnik 29,5g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	ryż na ml. 300 mleko Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 dżem 50 soja szynka got 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 banan 180		Pomidorowa z makar. 300 mle glut psz seler pulpet z ryby duszony w sosie 100/100 ryba jaja mleko glut psz seler ziemniaki got 200 sałatka z sałaty lodowej z olejem 100 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 połędwica dr 60 soja mleko pomidor 80 sałata lod 30	Skyr nat 140 mleko
Wart odżyw. Energia 2234kcal, Białko 103,6g, Tłuszcze 70g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,8g, Węglowodany 303,7g, w tym Cukry proste 81,2g, Błonnik 28g, Sól 6,9g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	ryż na ml. 300 mleko Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 dżem 50 soja szynka got 30 soja sałata ziel 20	banan 180	Pomidorowa z makar. 300 mle glut psz seler pulpet z ryby duszony w sosie 100/100 ryba jaja mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olejem 100 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica dr 60 soja mleko	Skyr wanil. 140 mleko
Wart odżyw. Energia 2241kcal, Białko 99,7g, Tłuszcze 69,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28g, Węglowodany 309,5g, w tym Cukry proste 88g, Błonnik 20,6g, Sól 6,6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	ryż na ml. 300 mleko Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 dżem 50 soja szynka got 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Pomidorowa z makar. 300 mleko glut psz seler pulpet z ryby duszony w sosie 100/100 ryba jaja mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olejem 100 kompot wieloow 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica dr 60 soja mleko	Skyr nat 140 mleko
Wart odżyw. Energia 2180kcal, Białko 99,7g, Tłuszcze 54,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,7g, Węglowodany 300,5g, w tym Cukry proste 78,9g, Błonnik 18g, Sól 6,6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	ryż. na ml. 300 mleko Bułka psz 80 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasta z wędliny 50 soja z szynka got 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Pomidorowa z makar. 300 mle glut psz seler pulpet z ryby duszony w sosie 100/100 ryba jaja mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olejem 100 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica dr 60 soja mleko	Skyr nat 140 mleko
Wart odżyw. Energia 2413kcal, Białko 112,2g, Tłuszcze 80,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.33,9g, Węglowodany 314,5g, w tym Cukry proste 75,8g, Błonnik 19,8g, Sól 7,1g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył pasta z wędliny 50 soja szynka got 30 soja sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żył ogórek kisz 50 gorcz tofu 30 soja	Pomidorowa z makar. 300 mle glut psz seler pulpet z ryby duszony w sosie 100/100 ryba jaja mleko glut psz seler ziemniaki got 200 sałatka z sałaty lodowej z olejem 100 kompot wieloowocowy b/c 250	Skyr nat 150 mleko	Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 połędwica dr 40 soja mleko	Graham30 glut psz żył szynk kon 30 soj sał.lod 30
Wart odżyw. Energia 2189kcal, Białko 109,3g, Tłuszcze 58,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,6g, Węglowodany 256,7g, w tym Cukry proste 48,9g, Błonnik 33,3g, Sól 7,3g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył pasta z wędliny 50 soja szynka got 30 soja sałata ziel 20		Pomidorowa z makar. 300 mle glut psz seler pulpet z ryby duszony w sosie 100/100 ryba jaja mleko glut psz seler ziemniaki got 200 sałatka z sałaty lodowej z olejem 100 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 połędwica dr 60 soja mleko	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1808kcal, Białko 96,7g, Tłuszcze 52,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,6g, Węglowodany 220,6g, w tym Cukry proste 43,8g, Błonnik 26,7g, Sól 6,7g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	ryż.na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Pomidorowa z makaronem zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	Kisiel owoc 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	manna na ml 200 ml glut psz
Wart odżyw. Energia 2054kcal, Białko 88,4g, Tłuszcze 128,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.56,4g, Węglowodany 114,9g, w tym Cukry proste 33,3g, Błonnik 6,8g, Sól 3,6g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. kisiel owoc z jabłkiem 170

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 20.12.2025r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt parówka drob 50 soja glut psz pasta z jaj 50 jaja papryka czerw 50 szpinak 10 jabłko 150		kalafiorowa 300 mleko glut psz seler gulasz bogracz z indyka z czerw fasolą 180 glut psz gorcz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęcz woda z cytr. 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żył jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 kielbasa szynkowa 60 soja gorcz ogórek ziel 50 sałata ziel z olejem 20	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2282kcal, Białko 89,1g, Tłuszcze 60g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,4g, Węglowodany 303,9g, w tym Cukry proste 94g, Błonnik 23,9g, Sól 7g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt parówka drob 50 soja glut psz pasta z jaj 50 jaja roszonek 10 pomidor 80 jabłko 150		kalafiorowa 300 mleko glut psz seler gulasz z indyka z jarzynami 180 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęcz woda z cytr. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja pomidor 80 sałata ziel z olejem 20	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2236kcal, Białko 89,5g, Tłuszcze 52,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,2g, Węglowodany 309,2g, w tym Cukry proste 96g, Błonnik 18,9g, Sól 6,8g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Bułka 80 glut psz masło 15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt parówka drob 50 soja glut psz pasta z jaj 50 jaja roszonek 10	Jabłko got 150	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler gulasz z indyka z jarzynami 180 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęcz woda z cytr. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2268kcal, Białko 88,2g, Tłuszcze 50,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,5g, Węglowodany 322,6g, w tym Cukry proste 100,9g, Błonnik 15,9g, Sól 6,8g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt kurczak got 30 soja pasta z białka 50 jaja roszonek 10	Jabłko got 150	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler gulasz z indyka z jarzynami 180 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęcz woda z cytr. 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2188kcal, Białko 87,2g, Tłuszcze 34,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.17g, Węglowodany 331g, w tym Cukry proste 108,7g, Błonnik 18,8g, Sól 6,8g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 80 glut psz masło15 mleko kawa z ml 250 mleko glut jęcz glut żyt parówka drob 50 soja glut psz pasta z jaj 50 jaja roszonek 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got150 sopocka 30 soja	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler gulasz z indyka z jarzynami 180 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęcz woda z cytr. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2382kcal, Białko 92,7g, Tłuszcze 58,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,7g, Węglowodany 341,2g, w tym Cukry proste 105,8g, Błonnik 18,2g, Sól 7,1g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył parówka drob 50 soja glut psz pasta z jaj 50 jaja roszonek 10	Graham 30 glut psz żył ogórek kisz 50 gorcz sopocka 30 soja	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler gulasz bogracz z indyka z czerw fasolą 180 glut psz gorcz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęcz woda z cytr. 250	Sok pomid 150	Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got 60 soja	Graham30 glut psz żył kurcz got 30 soj sał.ziel 20
Wart odżyw. Energia 2190kcal, Białko 104,2g, Tłuszcze 43,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.19,2g, Węglowodany 278,3g, w tym Cukry proste 62,5g, Błonnik 35,9g, Sól 7,3g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żył kurczak got 30 soja pasta z jaj 50 jaja roszonek 10		kalafiorowa 300 mleko glut psz seler gulasz bogracz z indyka z czerw fasolą 180 glut psz gorcz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęcz woda z cytr. 250		Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 soja	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 1837kcal, Białko 87,6g, Tłuszcze 40,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz 17,9g, Węglowodany 248,3g, w tym Cukry proste 57g, Błonnik 29g, Sól 7g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Ryż na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	kalafiorowa 300 zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz glut żył jaja seler	biskopki 30 glut psz jaja mleko 200 ml	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2073kcal, Białko 101,1g, Tłuszcze 129,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.53,5g, Węglowodany 121,7g, w tym Cukry proste 27,6g, Błonnik 8,5g, Sól 3,6g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. ciasto drożdżowe 50 **glut psz jaja mleko orze** + mleko 200 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 214kcal, Białko 8,7g, Tłuszcze 6,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.2,2g, Węglowodany 30,7g, w tym Cukry proste10,8 g, Błonnik 0,3g, Sól 0,2g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 21.12.2025r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko twarożek ze szcz. 80 mleko szynka kons 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 pomarańcza 100		Krupnik 300 glut jęcz seler Kotlet z kurczaka smażony 110 mleko glut psz jaja ziemniaki got 200 ćwikła z chrzanem 120 SO2 napój owoc 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 kurczak got 60 soja papryka kons 50 gorcz sałata lod. 30	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2269kcal, Białko 104,2g, Tłuszcze 75,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,7g, Węglowodany 282,9g, w tym Cukry proste 82,2g, Błonnik 25,3g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 pomarańcza 100		Krupnik 300 glut jęcz seler Kurczak dusz w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 kurczak got 60 soja pomidor 80 sałata lod 30	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2249kcal, Białko 100,1g, Tłuszcze 67,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,6g, Węglowodany 280,2g, w tym Cukry proste 82,5g, Błonnik 20,7g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 80 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	pomarańcza 100	Krupnik 300 glut jęcz seler Kurczak dusz siekany w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2222kcal, Białko 99,1g, Tłuszcze 67,1g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.27,5g, Węglowodany 283,5g, w tym Cukry proste 78,6g, Błonnik 19,4g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko kakao na ml 250 mleko twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Krupnik 300 glut jęcz seler Kurczak dusz w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Jogurt natur. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2188kcal, Białko 99g, Tłuszcze 56,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.20,3g, Węglowodany 284,9g, w tym Cukry proste 76,3g, Błonnik 20,4g, Sól 7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 80 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 tuńczyk 30 ryba	Krupnik 300 glut jęcz seler Kurczak dusz w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Jogurt natur. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2379kcal, Białko 103,3g, Tłuszcze 81,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.35,6g, Węglowodany 298,2g, w tym Cukry proste 76,9g, Błonnik 21,5g, Sól 7,4g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 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 kisz 50 gorcz tuńczyk 30 ryba	Krupnik 300 glut jęcz seler Kurczak dusz w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz roszponka 10 z olejem 10 kompot owoc b/c 250	Jogurt nat 150 mleko	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 kurczak got 60 soja	Graham30 glut psz żyt jajko 50 jaja sał. lod 30
Wart odżyw. Energia 2205kcal, Białko 112,3g, Tłuszcze 77,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,8g, Węglowodany 253,5g, w tym Cukry proste 47g, Błonnik 35,3g, Sól 7,4g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kakao na ml b/c 250 mleko twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30		Krupnik 300 glut jęcz seler Kurczak dusz w sosie koper. 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz roszponka 10 z olejem 10 kompot owoc b/c 250		Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 kurczak got 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1851kcal, Białko 96,9g, Tłuszcze 64,3g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21g, Węglowodany 218,4g, w tym Cukry proste 42g, Błonnik 31,6g, Sól 7g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	zacierka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko glut psz jaja	Bulion mięs. 200 seler	Krupnik 300 zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	Mus owoc – warz 100	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Jogurt nat 150 mleko

Wart odżyw. Energia 2080kcal, Białko 104,7g, Tłuszcze 127,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57,3g, Węglowodany 114,6g, w tym Cukry proste 38,8g, Błonnik 6,5g, Sól 3,6g

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. Mus owoc –warz 100 **seler** **Wart odżyw.** Energia 65kcal, Białko 0,8g, Tłuszcze 0g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.0g, Węglowodany 14,7g, w tym Cukry proste 13,6g, Błonnik 1,2g, Sól g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 22.12.2025r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z makreli ze szczyp. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko ogórek ziel 50 roszponka 10 jabłko 150		Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Gołąbki duszone z mięsem i sosem pomidorowym 350/100 (2 szt) mleko glut psz seler kompot wieloowoc. 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 sopocka 60 soja marchew tarta z olejem 30 sałata ziel. 20	Kefir nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2400kcal, Białko 104,6g, Tłuszcze 78,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.31,3g, Węglowodany 315,4g, w tym Cukry proste 79,8g, Błonnik 27g, Sól 7,2g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko pomidor 80 roszponka 10 jabłko 150		Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Schab duszony w sosie pomid 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olejem 100 kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 sopocka 60 soja marchew tarta z olejem 30 sałata ziel. 20	Kefir nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2353kcal, Białko 103,2g, Tłuszcze 75,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.34,2g, Węglowodany 318,5 g, w tym Cukry proste 74,6g, Błonnik 23,6g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniiona (P3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 paróweczka dr 50 soja glut psz polędwica dr 30 soja mleko roszponka 10	jabłko got 150	Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Schab duszony siekany w sosie pomid 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olejem 100 kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Kefir nat 150 mleko + dżem 25
Wart odżyw. Energia 2369kcal, Białko 97,1g, Tłuszcze 77,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.35,2g, Węglowodany 321,4g, w tym Cukry proste 79,3g, Błonnik 18,7g, Sól 6,7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.80 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko roszponka 10	Jabłko got 150	Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Schab duszony w sosie pomid 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olejem 100 kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.80 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Kefir nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2219kcal, Białko 103,5g, Tłuszcze 59,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26g, Węglowodany 316,7g, w tym Cukry proste 73,5g, Błonnik 16,7g, Sól 7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz Bułka psz 30 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko roszponka 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 serek wiej. 150 mleko	Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Schab duszony w sosie pomid 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olejem 100 kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Kefir nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2487kcal, Białko 112,5g, Tłuszcze 79,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.39g, Węglowodany 320,8g, w tym Cukry proste 73,4g, Błonnik 18,7g, Sól 7,2g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z tuńczyka 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko roszponka 10	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz serek wiej. 150 mleko	Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Schab duszony w sosie pomid 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 200 bukiet jarzyn z olejem 100 kompot wieloowoc. 250 sałata lodowa z olejem 100	Kefir 150 mleko	Graham 60 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 sopocka 60 soja	Graham30 glut psz żył parów dr 30 soja glut psz
Wart odżyw. Energia 2204kcal, Białko 122,5g, Tłuszcze 70,6g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30g, Węglowodany 251,5g, w tym Cukry proste 49,7g, Błonnik 35,6g, Sól 7,4g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z tuńczyka 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko roszponka 10		Szpinakowa 300 mleko glut psz seler Schab duszony w sosie pomid 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 200 bukiet jarzyn z olejem 100 kompot wieloowoc. 250 sałata lodowa z olejem 100		Graham 60 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 sopocka 60 soja	Kefir nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1887kcal, Białko 98,1g, Tłuszcze 57,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.25,4g, Węglowodany 232,7g, w tym Cukry proste 39,7g, Błonnik 25,9g, Sól 6,6g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Zacierka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Szpinakowa 300 zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	Kefir 150 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Ryż na ml 200 mle
Wart odżyw. Energia 2057kcal, Białko 94,5g, Tłuszcze 129,8g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.57,6g, Węglowodany 119g, w tym Cukry proste 28,9g, Błonnik 7,6g, Sól 3,8g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. biszkopty 30 **mleko glut psz jaja** mleko 200 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 289kcal, Białko 10,1g, Tłuszcze 11g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.2,7g, Węglowodany 38,4g, w tym Cukry proste 7,5g, Błonnik 0,2g, Sól 0,2g **Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.**

SP ZOZ w Oławie

JADŁOSPIS na dzień 23.12.2025r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 kielbasa szyn. 30 soja pasztetowa 50 soja glut psz pomidor 80 sałata lodowa 30 kiwi 100		Koperkowa z lan. cias 300 glut psz jaja seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 mizeria ze śmietaną 120 mleko woda z cytryną 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szpinak 10 papryka czerw 50 szynka drob 60 soja	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2233kcal, Białko 97,7g, Tłuszcze 79,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,3g, Węglowodany 273,6g, w tym Cukry proste 54,7g, Błonnik 23,1g, Sól 7,5g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka biała 30 soja pasztet dr 40 soja mleko glut psz seler pomidor 80 sałata lod. 30 kiwi 100		Koperkowa z lan. ciast. 300 glut psz jaja seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 soja pomidor 80 roszponka 10 szynka drob 60 soja	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2241kcal, Białko 99,9g, Tłuszcze 73,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,3g, Węglowodany 283,9g, w tym Cukry proste 68,8g, Błonnik 21,9g, Sól 7,1g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniiona (P3)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka biała 30 soja pasztet dr 40 soja mleko glut psz seler roszponka 10	Kiwi 100	Koperkowa z lan. ciast. 300 glut psz jaja seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2267kcal, Białko 99,6g, Tłuszcze 73,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.26,1g, Węglowodany 293,5g, w tym Cukry proste 64,5g, Błonnik 15,6g, Sól 6,7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 szynka biała 30 soja pasta z kurczaka 50 seler roszpon. 10	Jabłko got 150	Koperkowa z lan. ciast. 300 glut psz jaja seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2199kcal, Białko 99,5g, Tłuszcze 60,4g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18,2g, Węglowodany 300,5g, w tym Cukry proste 76,9g, Błonnik 18,2g, Sól 6,7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz 30 glut psz masło15 mleko herbata 250 szynka biała 30 soja pasztet dr 40 soja mleko glut psz seler mleko roszponka 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 filet z ind 30 soja	Koperkowa z lan. ciast. 300 glut psz jaja seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2399kcal, Białko 104,6g, Tłuszcze 84,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.32,6g, Węglowodany 313,7g, w tym Cukry proste 72,8g, Błonnik 19,2g, Sól 7,2g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt szynka biała 30 soja pasztet dr 40 soja mleko glut psz seler rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz filet z ind 30 soja	Koperkowa z lan. ciast. 300 glut psz jaja seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz mizeria z jogurtem nat. 120 mleko woda z cytryną b/c 250	Sok warzywny 150 seler	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka drob 60 soja	Graham30 glut psz żył sopoc 30 soja szpinak10
Wart odżyw. Energia 2192kcal, Białko 115,4g, Tłuszcze 67,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,2g, Węglowodany 248,9g, w tym Cukry proste 38,8g, Błonnik 33,3g, Sól 7,4g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt szynka biała 30 soja pasta z kurczaka 50 seler mleko rzodkiewka 30		Koperkowa z lan. ciast. 300 glut psz jaja seler Rolada z indyka pieczona konw. 100 glut psz jaja ziemniaki got 200 cukinia dusz 100 glut psz mizeria z jogurtem nat. 120 mleko woda z cytryną b/c 250		Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka drob 60 soja	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 1807kcal, Białko 93,5g, Tłuszcze 60,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.18g, Węglowodany 213,7g, w tym Cukry proste 35g, Błonnik 27g, Sól 6,7g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut mleko glut ows jaja	Bulion mięs. 200 seler	Koperkowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	Budyń ml 150 mleko glut psz	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2032kcal, Białko 104,5g, Tłuszcze 130,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.56,2g, Węglowodany 103,4g, w tym Cukry proste 45,3g, Błonnik 8,3g, Sól 3,9g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. Budyń ml 150 **mleko glut psz** **Wart odżyw.** Energia 84kcal, Białko 3,1g, Tłuszcze1,8 g, 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.

JADŁOSPIS na dzień 24.12.2025r.

Wart odżyw. Energia 2486kcal, Białko 138,9g, Tłuszcze 67,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,7g, Węglowodany 330,5g, w tym Cukry proste 85g Błonnik 46,2g, Sól 8,6g

UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 gluten psz żyt masło¾ 10 mleko j herbata 250 abłko 150 jajecznic na parze 70 jaja serek wiejski lekki 150 mleko sałata ziel 20		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron razowy zapiekany z jabłkami i cynamonem 300 glut psz jogurt nat 150 mleko napój owoc 250		Graham 60 gluten psz żyt masło¾ 10 mleko pomidor 80 kompot z suszu b/c 250 barszcz czysty 200 seler uszka z boczn. 100 glut psz jaja , ryba smaź 50 ryba glut psz , ryba w galar 100 ryba seler	Kefir 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2251kcal, Białko 117,7g, Tłuszcze 64,7g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,2g, Węglowodany 313,6g, w tym Cukry proste 80,4g, Błonnik 40,1g, Sól 8,2g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasza kukur. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja	Bulion warzy 200 seler	Zupa jarzynowa zmiks ze śmietaną i żółtkiem 300 gluten psz jaja seler	Skyr nat 140 mleko	barszcz czerwony zmiks. z 300 seler gluten psz	Ryż na ml 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2039kcal, Białko 135,6g, Tłuszcze 117,5g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.48,7g, Węglowodany 112,7g, w tym Cukry proste 22,8g, Błonnik 8,5g, Sól 4,1g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw: ciastka maślane 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, w tym Cukry proste 5,7g, Błonnik 0g, Sól 0,3g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa
JADŁOSPIS na dzień 25.12.2025r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PEŁNA (1)	Chleb zw.60 graham 40 gluten psz żyt masło 15 mleko kakao z ml 250 mleko szynka got 50 soja szynka drob 50 soja mleko papryka czerw 50 roszponka 10 ciasto 80 mleko glut psz jaja orze mandarynka 100		Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko piecz. z pieca konwek.150 ziemniaki got. 200 sałatka z buraka i ceb z olejem 120 kompot wielooowoc . 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 gluten psz żył jęcz masło 15 mleko herbata 250 filet z ind 50 soja jajko 50 jaja sos tatar. 50 mleko jaja gorcz sał.lod 30 pomidor 80	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2489kcal, Białko 106,2g, Tłuszcze 102,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.30,7g, Węglowodany 388,7g, w tym Cukry proste 106,5g, Błonnik 27,2g, Sól 7,8g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka 80 gluten psz masło 15 mleko kakao z ml 250 mleko szynka got 50 soja szynka drob 50 soja mleko roszponka 10 pomidor 80 ciasto 80 mleko glut psz jaja orze mandaryn 100		Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got.200 buraczki opr. 100 glut psz kompot wielooowoc . 250		Bułka 80 gluten psz masło 15 mleko herbata 250 filet z ind 50 soja jajko 50 jaja sał.lod 30 pomidor 80	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2308kcal, Białko 99,2g, Tłuszcze 77,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,7g, Węglowodany 305,7g, w tym Cukry proste 104,2g, Błonnik 22,2g, Sól 7,8g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Bułka 80 gluten psz masło 15 mleko kakao z ml 250 mleko szynka got 50 soja szynka drob 50 soja mleko roszponka 10 pomidor 80 ciasto 80 mleko glut psz jaja orze	mandarynka 100	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got.200 buraczki opr. 100 glut psz kompot wielooowoc . 250		Bułka 80 gluten psz masło 15 mleko herbata 250 filet z ind 50 soja pasta z jajka 50 jaja pomidor b/sk 80	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2264kcal, Białko 98,2g, Tłuszcze 77,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.28,7g, Węglowodany 300g, w tym Cukry proste 103,5g, Błonnik 19,2g, Sól 7,8g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka 80 gluten psz masło ³ / ₄ 10 mleko kakao z ml 250 mleko szynka got 50 soja szynka drob 50 soja mleko sałata lodowa 30 ciasto 80 mleko glut psz jaja orzechy	mandarynka 100 Jabłko got 150	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got.200 buraczki opr. 100 glut psz kompot wielooowoc . 250		Bułka 80 gluten psz masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor b/sk 100 herbata 250 filet z ind 50 soja pasta z białka 50 jaja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2213kcal, Białko 102,2g, Tłuszcze 62,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.21,7g, Węglowodany 308,7g, w tym Cukry proste 102,5g, Błonnik 19,2g, Sól 7,7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka 80 gluten psz masło15 mleko kakao z ml 250 mleko szynka got 50 soja szynka drob 50 soja mleko sałata lodowa 30 ciasto 80 mleko glut psz jaja orzechy	Bułka 30 gluten psz masło 10 jabł got serek wiej. lekki 150 mleko	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got.200 buraczki opr. 100 glut psz kompot wielooowoc . 250	Jabłko got	Bułka 80 gluten psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z ind 50 soja jajko 50 jaja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2484kcal, Białko 106,2g, Tłuszcze 87,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.35,7g, Węglowodany 318,7g, w tym Cukry proste 99,5g, Błonnik 22,2g, Sól 8,2g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 gluten psz żył masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kakao z ml 250 mleko szynka got 50 soja szynka drob 50 soja mleko sałata lodowa 30 ciasto 80 mleko glut psz jaja orzechy	Graham 30 glut psz żył ogór kisz 50 gor serek wiej. lekki 150 mleko	Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got.200 buraczki opr. 100 glut psz kompot wielooowoc . 250 rukola z olejem 10	Jogurt nat 150 mleko	Graham 60 gluten psz żył masło ³ / ₄ 10 mleko herbata b/c 250 filet z ind 50 soja jajko 50 jaja pomidor 80	Graham 30 glut psz żył sopocka 30 soja
Wart odżyw. Energia 2254kcal, Białko 106,2g, Tłuszcze 74,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.24,7g, Węglowodany 272,5,7g, w tym Cukry proste 61g, Błonnik 27,2g, Sól 8,2g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 gluten psz żył masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kakao z ml b/c b/c250 mleko szynka got 50 soja szynka drob 50 soja mleko sałata lodowa 30		Rosół z makaronem 300 glut psz seler Udko duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got.200 buraczki opr. 100 glut psz kompot wielooowoc . 250 rukola z olejem 10		Graham 60 gluten psz żył masło ³ / ₄ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor 80 filet z ind 50 soja jajko 50 jaja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2044kcal, Białko 99,8g, Tłuszcze 73,2g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.23,7g, Węglowodany 248,7g, w tym Cukry proste 58,5g, Błonnik 25,2g, Sól 7,5g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Manna na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Rosół zmiks z mięsem i żółtkiem 300 gluten psz jaja seler	Budyń ml 150 mle glut psz	Zupa ziemniaczana zmiks. z mięsem 300 seler gluten psz	Jogurt nat 150 mle
Wart odżyw. Energia 2032kcal, Białko 110 Tłuszcze 122,9g, w tym Nasycone kw.Tłuszcz.55,7g, Węglowodany 119,7g, w tym Cukry proste 47,5g, Błonnik 7,2g, 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 13,8g, w tym Cukry proste 8,7g, Błonnik 0,1g, Sól 0g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.