

SP ZOZ Olawa
JADŁOSPIS na dzień 10.02.2026r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Płatki ryżowe na ml 300 mleko 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 sałata ziel 20 papryka czerw 50 mandarynka 100		Rosół z makaronem 300 glut psz seler udko z kurczaka dusz. w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got.200 sałatka z buraka i ceb.z olejem 120 woda z cytryną 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja pasta z groszku ziel 50 pomidor 80	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2331kcal, Białko 97,9g, Tłuszcze 91,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.32,1g, Węglowodany 273,2g, w tym Cukry proste 79,6g, Błonnik 25g, Sól 6,1g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Płatki ryżowe na ml 300 mleko Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko pomidor 80 sałata ziel 20 mandaryn.100		Rosół z makaronem 300 glut psz seler udko z kurczaka dusz. w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz. 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja pasta warzywna 50 pomidor 80	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2272kcal, Białko 101,6g, Tłuszcze 86g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.30,8g, Węglowodany 262,4g, w tym Cukry proste 78,3g, Błonnik 22,5g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Płatki ryżowe na ml 300 mleko Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 dżem 50 polędwica dr 30 soja mleko sałata ziel 20	mandarynka 100	Rosół z makaronem 300 glut psz seler udko z kurczaka dusz. w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko + dżem 25
Wart odżyw. Energia 2258kcal, Białko 87,3g, Tłuszcze 80,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.30,4g, Węglowodany 286,2g, w tym Cukry proste 103,1g, Błonnik 20,2g, Sól 5,7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Płatki ryżowe na ml 300 mleko Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko sałata ziel 20	Jabłko got 150	Rosół z makaronem 300 glut psz seler udko z kurczaka dusz. w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2192kcal, Białko 102g, Tłuszcze 69,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.19,6g, Węglowodany 270,5g, w tym Cukry proste 81,6g, Błonnik 19,6g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Płatki ryżowe na ml 300 mleko Bułka psz 80 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Rosół z makaronem 300 glut psz seler udko z kurczaka dusz. w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2430kcal, Białko 111g, Tłuszcze 91,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.37,3g, Węglowodany 283,4g, w tym Cukry proste 82,4g, Błonnik 21,4g, Sól 6,4g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko papryka czerw 50	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz mozarella 30 mleko	Rosół z makaronem 300 glut psz seler udko z kurczaka dusz. w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz roszponka z olejem 10 woda z cytryną 250	Jogurt nat 150 mleko	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka kons 60 soja	Graham30 glut psz żył filet z ind30 soja sał ziel 20
Wart odżyw. Energia 2203kcal, Białko 115,3g, Tłuszcze 81,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.25,3g, Węglowodany 245,7g, w tym Cukry proste 54,1g, Błonnik 26,1g, Sól 6,6g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba polędwica dr 30 soja mleko papryka czerw 50		Rosół z makaronem 300 glut psz seler udko z kurczaka dusz. w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz roszponka z olejem 10 woda z cytryną 250		Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka kons 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1835kcal, Białko 94,8g, Tłuszcze 71,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.20,6g, Węglowodany 101,3g, w tym Cukry proste 47,3g, Błonnik 21,3g, Sól 5,9g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Płatki ryżowe na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	rosół zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	Mus owoc – warzyw 100	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Jogurt nat 150 mle
Wart odżyw. Energia 2028kcal, Białko 111,5g, Tłuszcze 123,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.46,7g, Węglowodany 110g, w tym Cukry proste 44,6g, Błonnik 7g, Sól 4,3g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. mus owoc-warzyw. 100 **Wart odżyw.** Energia 72kcal, Białko 0,6g, Tłuszcze 0,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.0g, Węglowodany 16g, w tym Cukry proste 15g, Błonnik 1,2g, Sól 0g
Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Kasza kukur.na ml 300 mleko Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj ze szczyr 50 jaja sopocka 30 soja sałata lod. 30 ogórek ziel 50 jabłko 150		Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Kotlet pożarski z indyka smaź. 110 glut psz jaja ziemniaki got 200 surówka z czerw. kapusty z olejem 120 gorcz kompot wielooowoc. 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żył jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka drob 60 soja rzodkiewka 30 rukola 10	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2385kcal, Białko 109,1g, Tłuszcz 82g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28,7g, Węglowodany 300,6g, w tym Cukry proste 87,2g, Błonnik 35,5g, Sól 6,1g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza kukur.na ml 300 mleko Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj 50 jaja sopocka 30 soja sałata lod. 30 pomidor 80 jabłko 150		Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Pulpet z indyka duszony w sosie 100/100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 kompot wielooowoc. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka drob 60 soja pomidor 80 roszponka 10	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2366kcal, Białko 111,1g, Tłuszcz 82,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28,7g, Węglowodany 300,6g, w tym Cukry proste 80,9g, Błonnik 32,5g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Kasza kukur.na ml 300 mleko Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj 50 jaja sopocka 30 soja roszonek 10	jabłko got 150	Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Pulpet z indyka duszony w sosie 100/100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 kompot wielooowoc. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Skyr wanil. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2388kcal, Białko 107g, Tłuszcz 82,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28,8g, Węglowodany 309g, w tym Cukry proste 90,3g, Błonnik 32,4g, Sól 5,8g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Kasza kukur.na ml 300 mleko Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pasta z białka jaj 50 jaja sopocka 30 soja roszonek 10	Jabłko got 150	Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Pulpet z indyka duszony w sosie 100/100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 kompot wielooowoc. 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2209kcal, Białko 110,1g, Tłuszcz 59,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.16,9g, Węglowodany 298,8g, w tym Cukry proste 80,=2g, Błonnik 30,2g, Sól 6,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Kasza kukur.na ml 300 mleko Bułka psz 80 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasta z jaj 50 jaja sopocka 30 soja roszonek 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 filet z ind 30 soja	Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Pulpet z indyka duszony w sosie 100/100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 kompot wielooowoc. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka drob 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2485kcal, Białko 116g, Tłuszcz 90,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.33,5g, Węglowodany 309,9g, w tym Cukry proste 79g, Błonnik 31,2g, Sól 6,3g						
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 jaj ze szczyr 50 jaja sopocka 30 soja sałata lod 30	Graham 30 glut psz żył ogórek kisz 50 gorcz filet z ind 30 soja	Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Pulpet z indyka duszony w sosie 100/100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 surówka z czerw. kapusty z olejem 120 gorcz kompot wielooowoc. b/c 250	Skyr nat 150 mleko	Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka drob 60 soja	Graham30 glut psz żył tofu 30 soja rukola 10
Wart odżyw. Energia 2236kcal, Białko 117,8g, Tłuszcz 80,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.19g, Węglowodany 269,7g, w tym Cukry proste 57,8g, Błonnik 35,4g, Sól 6,7g						
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 jaj ze szczyr 50 jaja sopocka 30 soja sałata lod 30		Szpinakowa 300 glut psz mleko seler Pulpet z indyka duszony w sosie 100/100 glut psz jaja ziemniaki got 200 bukiet jarzyn z olej.100 surówka z czerw. kapusty z olejem 120 gorcz kompot wielooowoc. b/c 250		Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka drob 60 soja	Skyr nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1997kcal, Białko 102g, Tłuszcz 76,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.18,2g, Węglowodany 234,9g, w tym Cukry proste 53,2g, Błonnik 31,2g, Sól 6g						
PŁYNNĄ WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasza kukur. na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Zupa szpinakowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajo seler	biszkopty 30 glut psz jaja mleko 200 ml	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	manna na ml200 glu psz mle
Wart odżyw. Energia 2029kcal, Białko 118g, Tłuszcz 115g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.43,9g, Węglowodany 132,7g, w tym Cukry proste 52g, Błonnik 8,2g, Sól 3,7g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. biskopki 30 **glut psz jaja** mleko 200 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 211kcal, Białko 9,4g, Tłuszcz 5,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.2,9g, Węglowodany 30,4g, w tym Cukry proste 21,4g, Błonnik 0,9g, Sól 0,06g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml

SP ZOZ Oława

JADŁOSPIS na dzień 12.02.2026r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 ser żółty 30 mleko kurczak got 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 pomarańcza 100	Pączek 80	kalafiorowa 300 glut psz seler Bouet strogonoff z wieprz. duszony 180 mleko glut psz seler kasza jęczm. na sypko 200 glut jęczm sałatka z ogórka kisz z olejem 120 gorcz napój owoc 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 kielbasa szyn. 60 soja papryka kons 50 gorcz sałata lod. 30	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2496kcal, Białko 111,9g, Tłuszcze 91,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.36,2g, Węglowodany 364,8g, w tym Cukry proste 123,3g, Błonnik 29,4g, Sól 6,6g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 pomarańcza 100	Pączek 80	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz napój ow 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja pomidor 80 sałata lod. 30	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2362kcal, Białko 106,5g, Tłuszcze 88,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.37,6g, Węglowodany 330,5g, w tym Cukry proste 1222,5g, Błonnik 25,1g, Sól 6,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20	pomarańcza 100 Pączek 80	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. siekane duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2347kcal, Białko 103,7g, Tłuszcze 88,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.36g, Węglowodany 330,3g, w tym Cukry proste 112,1g, Błonnik 25,5g, Sól 6,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz napój ow 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2191kcal, Białko 99,3g, Tłuszcze 67,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.23,7g, Węglowodany 299,3g, w tym Cukry proste 87,2g, Błonnik 21,1g, Sól 5,8g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz 80 glut psz masło15 mleko herbata 250 twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 jajko jaja	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jabłko piecz 150
Wart odżyw. Energia 2423kcal, Białko 105,9g, Tłuszcze 93,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.41,7g, Węglowodany 310,2g, w tym Cukry proste 87,7g, Błonnik 23,6g, Sól 6,4g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz jajko jaja	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz sałatka z ogórka kisz z olejem 120 gorcz kompot wieloowoc b/c 250	Sok warzyw 150 seler	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got 60 soja	Graham30 glut psz żyt parów 50 soja glut psz sał.lod 30
Wart odżyw. Energia 2236kcal, Białko 110g, Tłuszcze 89g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28,4g, Węglowodany 268,7g, w tym Cukry proste 59,3g, Błonnik 26,3g, Sól 6,7g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt twarożek 80 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20		kalafiorowa 300 mleko glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jęczm cukinia dusz 100 glut psz sałatka z ogórka kisz z olejem 120 gorcz kompot b/c 250		Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 soja	Sok warzyw 150 seler soja
Wart odżyw. Energia 1883kcal, Białko 92g, Tłuszcze 75,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.24g, Węglowodany 230,5g, w tym Cukry proste 55g, Błonnik 23,9g, Sól 6,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	makaron na ml 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	Sok warzyw 150 seler	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Ryż na ml 200 mle
Wart odżyw. Energia 2048kcal, Białko 121,3g, Tłuszcze 119,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.48,1g, Węglowodany 127,9g, w tym Cukry proste 37,3g, Błonnik 8,8g, Sól 4,5g						

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.2,4g,

Węglowodany 18g, w tym Cukry proste 18g, Błonnik 0g, Sól 0,2g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z ciecierzycy 50 filet z ind 30 soja papryka kons 50 gorcz sałata lodowa 30 banan 180		Pieczarkowa z łazan. 300 glut psz seler mleko Ryba smażona 100 ryba glut psz jaja ziemniaki got. 200 surówka z pora i jabłka z majon. 120 mleko jaja gorcz kompot wielowocowy 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka kons. 60 soja sałata ziel.20 marchew tarta z olejem 30	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2496kcal, Białko 91,5g, Tłuszcze 87,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.27,4g, Węglowodany 323,3g, w tym Cukry proste 104,6g, Błonnik 30,5g, Sól 6,1g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 parówka wieprz 50 soja filet z ind 30 soja pomidor 80 sałata lodowa 30 banan 180		Makaronowa 300 mleko glut psz seler Ryba dusz. w jarzynach 80/100 ryba glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 roszponka z olejem 10 kompot wielowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka kons. 60 soja sałata ziel 20 marchew tarta z olejem 30	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2291kcal, Białko 88,8g, Tłuszcze 79,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.29,7g, Węglowodany 293,5g, w tym Cukry proste 103,1g, Błonnik 25g, Sól 6g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 parówka wieprz 50 soja filet z ind 30 soja sałata ziel 20	banan 180	Makaronowa 300 mleko glut psz seler Ryba dusz. w jarzynach 80/100 ryba glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 roszponka z olejem 10 kompot wielowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons. 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2319kcal, Białko 87g, Tłuszcze 73,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.29,4g, Węglowodany 309,4g, w tym Cukry proste 110,5g, Błonnik 23,5g, Sól 6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 filet z ind 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Makaronowa 300 mleko glut psz seler Ryba dusz. w jarzynach 80/100 ryba glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 roszponka z olejem 10 kompot wielowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons. 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2182kcal, Białko 84g, Tłuszcze 51,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.15,4g, Węglowodany 288,9g, w tym Cukry proste 94g, Błonnik 22,5g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Bułka psz 80 glut psz masło15 mleko herbata 250 parówka wieprz 50 soja filet z ind 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got150 sopocka 30 soja	Makaronowa 300 mleko glut psz seler Ryba dusz. w jarzynach 80/100 ryba glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 roszponka z olejem 10 kompot wielowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka kons. 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2399kcal, Białko 91,9g, Tłuszcze 83,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.35,7g, Węglowodany 306,5g, w tym Cukry proste 91,7g, Błonnik 24,7g, Sól 6,3g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt parówka wieprz 50 soja filet z ind 30 soja sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz sopocka 30 soja	Makaronowa 300 mleko glut psz seler Ryba dusz. w jarzynach 80/100 ryba glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 roszponka z olejem 10 kompot wielowocowy b/c 250	Sok warz 150 seler	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka kons. 60 soja	Graha 30 glut psz żył szynk dr 30 soja sał. ziel 20
Wart odżyw. Energia 2196kcal, Białko 93,9g, Tłuszcze 67,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.20,5g, Węglowodany 246,3g, w tym Cukry proste 55,2g, Błonnik 26,6g, Sól 6,6g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt filet z ind 30 soja sałata lodowa 30		Makaronowa 300 mleko glut psz seler Ryba dusz. w jarzynach 80/100 ryba glut psz seler mleko ziemniaki got. 200 roszponka z olejem 10 kompot wielowocowy b/c 250		Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka kons. 60 soja	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 1803kcal, Białko 79,5g, Tłuszcze 51,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.15,9g, Węglowodany 206,3g, w tym Cukry proste 50g, Błonnik 23,1g, Sól 6,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasza jęczm na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko glut jęcz jaja	Bulion mięs. 200 seler	Makaronowa 300 zmiks.z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler mleko	budyń ml 150 mleko glut psz	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok warz 150 seler
Wart odżyw. Energia 2066kcal, Białko 114,1g, Tłuszcze 122,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.41,6g, Węglowodany 110,9g, w tym Cukry proste 40,4g, Błonnik 5,9g, Sól 3,7g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. budyń ml 150 **mleko glut psz** **Wart odżyw.** Energia 135kcal, Białko 4,5g, Tłuszcze 2,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.1,7g, Węglowodany 22,5g, w tym Cukry proste 14,4g, Błonnik 0g, Sól 0,3g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub m

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 14.02.2026r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.60 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko jajko got 1 szt jaja szynka got 30 soja pomidor 80 rukola 10 kawa z ml 250 mleko glut jęczm glut żyt mandarynka 100		żurek 300 mleko glut psz glut żyt seler Potrawka drob.dusz. 180 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 sałatka z sał. lodowej z soczewicą i olejem 100 woda z cytryną 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 połędwica z ind.60 soja pasta warzyw. 50 seler sałata lod.30	Kefir 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2294kcal, Białko 109,2g, Tłuszcze 90,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.32,8g, Węglowodany 245,7g, w tym Cukry proste 74g, Błonnik 25,8g, Sól 6,1g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko jajko got 1 szt jaja szynka got 30 soja kawa z ml 250 mleko glut jęczm glut żyty pomidor 80 roszponka 10 mandarynka 100		żurek 300 mleko glut psz glut żyty seler Potrawka drob.dusz. 180 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 sałatka z sał. lodowej z olejem 100 woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 połędwica z ind.60 soja pasta warzyw. 50 seler sałata lod.30	Kefir 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2284kcal, Białko 106g, Tłuszcze 90,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.32,5g, Węglowodany 240,7g, w tym Cukry proste 74g, Błonnik 21,4g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 80 glut psz masło 15 mleko pasta z jajka got 1 szt jaja szynka got 30 soja kawa z ml 250 mleko glut jęczm glut żyty roszponka 10	mandarynka 100	żurek 300 mleko glut psz glut żyty seler Potrawka drob.dusz. mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 marchewka oprósz. z olejem 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica z ind.60 soja	Kefir 200 mleko + dżemik 25
Wart odżyw. Energia 2289kcal, Białko 101,9g, Tłuszcze 85,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.32,5g, Węglowodany 250,7g, w tym Cukry proste 82,1g, Błonnik 19,6g, Sól 6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Bułka psz.80 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko pasta z białka got 1 szt jaja szynka got 30 jaja kawa z ml 250 mleko glut jęczm glut żyty roszponka 10	Jabłko got 150	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Potrawka drob.dusz. mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 marchewka oprósz. z olejem 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica z ind.60 soja	Kefir 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2189kcal, Białko 106,6g, Tłuszcze 65,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.20,7g, Węglowodany 250,6g, w tym Cukry proste 77g, Błonnik 18,8g, Sól 5,8g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 80 glut psz masło15 mleko jajko got 1 szt jaja szynka got 30 soja kawa z ml 250 mleko glut jęczm glut żyty roszponka 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Potrawka drob.dusz. mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 marchewka oprósz. z olejem 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 połędwica z ind.60 soja	Kefir 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2429kcal, Białko 119,4g, Tłuszcze 95g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.42,4g, Węglowodany 270,1g, w tym Cukry proste 80,6g, Błonnik 22,3g, Sól 6,2g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żyty masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyty jajko got 1 szt jaja szynka got 30 soja roszponka 10	Graham 30 glut psz żyty ogórek kisz 50 gorcz ser żółty 30 mleko	żurek 300 mleko glut psz glut żyty seler Potrawka drob.dusz. 180 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 sałatka z sał. lodowej z soczewicą i olejem 100 woda z cytryną 250	Kefir 200 mleko	Graham 60 glut psz żyty masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 połędwica z ind.60 soja	Graham 30 glut psz żyty szyn kons 30 soja sał.lo
Wart odżyw. Energia 2204kcal, Białko 121,5g, Tłuszcze 81,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.27g, Węglowodany 236,7g, w tym Cukry proste 50,5g, Błonnik 24,8g, Sól 6,5g						
UBOGO-ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żyty masło ^{3/4} 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyty jajko got 1 szt jaja szynka got 30 soja roszponka 10		żurek 300 mleko glut psz glut żyty seler Potrawka drob.dusz. 180 mleko glut psz seler ziemniaki got. 200 sałatka z sał. lodowej z soczewicą i olejem 100 woda z cytryną 250		Graham 60 glut psz żyty masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 połędwica z ind.60 soja	Kefir 200 mleko
Wart odżyw. Energia 18101kcal, Białko 101g, Tłuszcze 70,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.21,4g, Węglowodany 203,7g, w tym Cukry proste 45,7g, Błonnik 21,2g, Sól 6,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	manna na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	żurek zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz glut żyty jaja seler	Kefir 200 mleko	Zupa ziemniaczana zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Ryż na ml 200 mlek
Wart odżyw. Energia 2063kcal, Białko 138,8g, Tłuszcze 123,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.48g, Węglowodany 112,9g, w tym Cukry proste 37,5g, Błonnik 8,2g, Sól 4,5g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. ciastka 30 **mleko glut psz jaja orze** + mleko 200 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 245kcal, Białko 8,8g, Tłuszcze 10,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.5,6g, Węglowodany 29g, w tym Cukry proste 14,3g, Błonnik 0g, Sól 0,3g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Chleb zw.60 graham 40 glut psz żyt masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko twaróg ze szczyp. 80 mleko szynka drob.30 soja rzodkiewka 30 sałata lodowa 30 jabłko 150		Grysikowa 300 glut psz seler Kotlet schabowy smażony 110 mleko glut psz jaja ziemniaki got 200 mizeria ze śmietaną 120 mleko kompot owoc 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja pomidor 80 sałata ziel 20	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2298kcal, Białko 98g, Tłuszcze 76,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.35,3g, Węglowodany 291,3g, w tym Cukry proste 105,2g, Błonnik 29,5g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko twaróg 80 mleko szynka drob.30 soja pomidor 80 sałata lodowa 30 jabłko 150		Grysikowa 300 glut psz seler Schab dusz w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 kompot owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka got 60 soja pomidor 80 sałata ziel 20	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2264kcal, Białko 94,7g, Tłuszcze 83,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.35,1g, Węglowodany 264,8g, w tym Cukry proste 96,3g, Błonnik 27,7g, Sól 5,8g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Bułka 80 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko twaróg 80 mleko szynka drob.30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Grysikowa 300 glut psz seler Schab dusz w sosie siekany 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 kompot owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2248kcal, Białko 93,9g, Tłuszcze 83,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.35g, Węglowodany 265.3g, w tym Cukry proste 95,1g, Błonnik 25,5g, Sól 5,8g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (nisko-tłuszczowa) (3)	Bułka psz.80 glut psz masło ¼ 10 mleko kakao na ml 250 mleko twaróg 80 mleko szynka drob.30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Grysikowa 300 glut psz seler Schab dusz w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 kompot owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło ¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jogurt nat. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2187kcal, Białko 94g, Tłuszcze 68,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.24,5g, Węglowodany 261,8g, w tym Cukry proste 84,8g, Błonnik 23,5g, Sól 6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Bułka psz 80 glut psz masło 15 mleko kakao na ml 250 mleko twaróg 80 mleko szynka drob.30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 parów. wiep. 50	Grysikowa 300 glut psz seler Schab dusz w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 kompot owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Jogurt nat. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2300kcal, Białko 101,7g, Tłuszcze 99g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.44,1g, Węglowodany 268,7g, w tym Cukry proste 81,5g, Błonnik 26,1g, Sól 6,2g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żyt masło ¼ 10 mleko jabłko 150 kakao ml b/c 250 mleko glut twaróg 80 mleko szynka drob.30 soja sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz parówka wiep. 50	Grysikowa 300 glut psz seler Schab dusz w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 mizeria z jogurtem nat 120 mleko kompot owoc 250	Jogurt nat. 150 mleko	Graham 60 glut psz żyt masło ¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got 60 soja	Graham 30 glut psz żyty pasta z jaj 50 jaja sał. ziel 20
Wart odżyw. Energia 2215kcal, Białko 111,8g, Tłuszcze 92g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.30,5g, Węglowodany 241,8g, w tym Cukry proste 56,2g, Błonnik 28,6g, Sól 6,4g						
UBOGO- ENERGETYCZ.(8) i CUKRZ. ubogoenergetyczna	Graham 60 glut psz żyt masło ¼ 10 mleko jabłko 150 kakao na ml b/c 250 mleko twaróg 80 mleko szynka drob.30 soja sałata lodowa 30		Grysikowa 300 glut psz seler Schab dusz w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 mizeria z jogurtem nat 120 mleko kompot owoc 250		Graham 60 glut psz żyt masło ¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 soja	Jogurt nat. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1814kcal, Białko 93,6g, Tłuszcze 68,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.24,4g, Węglowodany 203,7g, w tym Cukry proste 52,2g, Błonnik 26g, Sól 5,9g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	makaron na ml. zmięks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Grysikowa zmięks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	Kisiel błysk.150	Zupa jarzynowa zmięks. z mięsem 300 seler glut psz	Jogurt nat. 150 mle
Wart odżyw. Energia 2037kcal, Białko 105,7g, Tłuszcze 118,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.48g, Węglowodany 113,7g, w tym Cukry proste 42,6g, Błonnik 5,9g, Sól 4,5g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. kisiel błyskawiczny 150 **Wart odżyw.** Energia 90kcal, Białko 0g, Tłuszcze 0g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.0g, Węglowodany 22,5g, w tym Cukry proste 12,8g, Błonnik 0g, Sól 0g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Kasza jagl. na ml 300 mleko Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka ze szczyp.50 ryba szynka kons 30 soja rukola 10 papryka kons 50 gorcz pomarańcza 100		Barszcz czerw. z fasolą 300 mleko glut psz seler Makaron z serem na słodko 300 mleko glut psz kefir 200 mleko jabłko 150 kompot wielooowocowy 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka pieczony 60 soja rzodkiewka 30 sałata lodowa 30	Mus owoc- warzywny 100
Wart odżyw. Energia 2294kcal, Białko 107,5g, Tłuszcze 51,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28,3g, Węglowodany 349,4g, w tym Cukry proste 118,3g, Błonnik 35,3g, Sól 6,3g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Kasza jagl. na ml 300 mleko Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka kons 30 soja pomidor 80 roszponka 10 pomarańcza 100		Barszcz czerw.300 mleko glut psz seler Makaron z serem na słodko 300 mleko glut psz kefir 200 mleko jabłko 150 kompot wielooowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka pieczony 60 soja pomidor 80 sałata lodowa 30	Mus owoc- warzywny 100
Wart odżyw. Energia 2289kcal, Białko 104,7g, Tłuszcze 53,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28,2g, Węglowodany 333,4g, w tym Cukry proste 121,5g, Błonnik 24,7g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Kasza jagl. na ml 300 mleko Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 szynka kons 60 soja roszpon. 10	pomarańcza 100	Barszcz czerw.300 mleko glut psz seler Makaron z serem na słodko 300 mleko glut psz kefir 200 mleko jabłko got. 150 kompot wielooowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka pieczony 60 soja	Mus owoc- warzywny 100
Wart odżyw. Energia 2237kcal, Białko 93,4g, Tłuszcze 52,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28g, Węglowodany 325,7g, w tym Cukry proste 118,3g, Błonnik 22,4g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Kasza jagl. na ml 300 mleko Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka kons 30 soja roszponka 10	Jabłko got 150	Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Makaron z serem na słodko 300 mleko glut psz kefir 200 mleko jabłko got. 150 kompot wielooowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka pieczony 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2186kcal, Białko 100g, Tłuszcze 40,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.18,2g, Węglowodany 338,4g, w tym Cukry proste 123,6g, Błonnik 20,6g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Kasza jagl. na ml 300 mleko Bułka psz 80 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasta z tuńczyka z koper. 50 ryba szynka kons 30 soja roszponka 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 galant. dr 30 soja	Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Makaron z serem na słodko 300 mleko glut psz kefir 200 mleko jabłko got. 150 kompot wielooowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 filet z indyka pieczony 60 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2388kcal, Białko 109,4g, Tłuszcze 60,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.34,2g, Węglowodany 352,3g, w tym Cukry proste 122,1g, Błonnik 22,4g, Sól 6,3g						
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 tuńczyka z koper. 50 ryba szynka kons 30 soja roszponka 20	Grah 30 glut psz żył ogórek kisz 50 gorcz galant. dr 30 soja	Barszcz czerw. 300 mleko glut psz seler Makaron razowy z serem i cynamonem b/c 300 mleko glut psz kefir 200 mleko jabłko 150 kompot wielooowocowy 250	Sok warzywny 150 seler	Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 filet z indyka pieczony 60 soja	Graha 30 glut psz żył szyn got 30 soj sał.lod 30
Wart odżyw. Energia 2196kcal, Białko 115,6g, Tłuszcze 43,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.20,8g, Węglowodany 280,5g, w tym Cukry proste 75,6g, Błonnik 27,5g, Sól 6,5g						
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 tuńczyka z koper. 50 ryba szynka kons 30 soja roszponka 10		Barszcz czerw. 300 mleko glut psz seler Makaron razowy z serem i cynamonem b/c 300 mleko glut psz kefir 200 mleko jabłko 150 kompot wielooowocowy 250		Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 filet z indyka pieczony 60 soja	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 1806kcal, Białko 97g, Tłuszcze 38,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.17,5g, Węglowodany 256,4g, w tym Cukry proste 70g, Błonnik 24,8g, Sól 5,9g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Kasz jagl. na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Barszcz czerw. zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	Kefir nat 200 mleko	Zupa makaronowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Mus warz- owoc 100
Wart odżyw. Energia 2044kcal, Białko 105,2g, Tłuszcze 119,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.47,9g, Węglowodany 114,3g, w tym Cukry proste 45,3g, Błonnik 8g, Sól 4,4g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. deser z galaretki i jogurtu natur.150 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 91kcal, Białko 3,6g, Tłuszcze 1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.0,7g, Węglowodany 16,7g, w tym Cukry proste 14,8g, Błonnik 0g, Sól 0,1g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj ze szczyp. 50 jaja polędwica drob 30 soja mle pomidor 80 szpinak 10 banan 180		Krupnik 300 glut jęcz seler Rolada z indyka pieczona konwek. 110 glut psz jaja ziemniaki got. 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 napój owoc 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 sopocka 60 soja papryka czerw 50 roszponka 10	Jogurt natur. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2405kcal, Białko 99,6g, Tłuszcze 83,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.29,1g, Węglowodany 305,7g, w tym Cukry proste 96,5g, Błonnik 34,6g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj 50 jaja polędwica drob 30 soja mle pomidor 80 sałata ziel 20 banan 180		Krupnik 300 glut jęcz seler Rolada z indyka pieczona konwek. 110 glut psz jaja ziemniaki got. 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 sopocka 60 soja pomidor 80 roszoneka 10	Jogurt natur. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2358kcal, Białko 97,2g, Tłuszcze 82,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28,9g, Węglowodany 300g, w tym Cukry proste 96,8g, Błonnik 29,7g, Sól 5,8g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj 50 jaja polędw. drob 30 soja mle sałata ziel 20	banan 180	Krupnik 300 glut jęcz seler Rolada z indyka pieczona konwek. 110 glut psz jaja ziemniaki got. 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Jogurt owoc. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2403kcal, Białko 97,4g, Tłuszcze 82g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28,9g, Węglowodany 303,8g, w tym Cukry proste 94,9g, Błonnik 28,2g, Sól 5,8g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pasta z białka 50 jaja polędw dr 30 soja mle sałata ziel20	Jabłko got 150	Krupnik 300 glut jęcz seler Rolada z indyka pieczona konwek. 110 glut psz jaja ziemniaki got. 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Jogurt natur. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2201kcal, Białko 97,2g, Tłuszcze 60g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.16,4g, Węglowodany 288,6g, w tym Cukry proste 75,2g, Błonnik 25,1g, Sól 6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz 80 glut psz masło15 mleko herbata 250 pasta z jaj 50 jaja polędw. drob 30 soja mle sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 ser biały 50 mleko	Krupnik 300 glut jęcz seler Rolada z indyka pieczona konwek. 110 glut psz jaja ziemniaki got. 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Jogurt natur. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2489kcal, Białko 106,6g, Tłuszcze 92,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.35,6g, Węglowodany 302g, w tym Cukry proste 77g, Błonnik 26,7g, Sól 6,2g						
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 jaj ze szczyp. 50 jaja polędwica drob 30 soja mle sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żył ogórek kisz 50 gorcz ser biały 50 mleko	Krupnik 300 glut jęcz seler Rolada z indyka pieczona konwek. 110 glut psz jaja ziemniaki got. 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 napój owoc 250	Jogurt natur. 150 mleko	Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 sopocka 60 soja	Graha 30 glut psz żył kurcz got 30 soj roszpon10
Wart odżyw. Energia 2221kcal, Białko 109,2g, Tłuszcze 72g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.19,8g, Węglowodany 264,5g, w tym Cukry proste 56g, Błonnik 34,7g, Sól 6,5g						
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 jaj ze szczyp. 50 jaja polędwica drob 30 soja mle sałata ziel 20		Krupnik 300 glut jęcz seler Rolada z indyka pieczona konwek. 110 glut psz jaja ziemniaki got. 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 napój owoc 250		Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 sopocka 60 soja	Jogurt natur. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1847kcal, Białko 87,3g, Tłuszcze 66,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.17,1g, Węglowodany 221,8g, w tym Cukry proste49,6 g, Błonnik 32,2g, Sól 5,8g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Zacierka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Krupnik zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	kisiel owoc 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz mle	Jogurt nat 150 mle
Wart odżyw. Energia 2063kcal, Białko 109,5g, Tłuszcze 112,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.42,9g, Węglowodany 118,5g, w tym Cukry proste 41g, Błonnik 6,7g, Sól 5g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. ciastka maślane 30 **mleko glut psz jaja** **Wart odżyw.** Energia 145kcal, Białko 2,4g, Tłuszcze 6,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.3g, Węglowodany 19,5g, w tym Cukry proste 4,8g, Błonnik 0g, Sól 0,3g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml

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 serek wiejski lekki 150 mleko dżem 30 rzodkiewka 30 sałata lodowa 30 jabłko 150		Brokułowa z ziemn.300 mleko glut psz seler Śledź marynowany w oleju z ceb.100 ryba gorcz ziemniaki got .200 sałtka z jabłka i cebuli 130 jaja mleko gorcz kompot wieloowoc. 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 pasta z jaj ze szczyp. 70 jaja ogórek ziel.50 rukola 10	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2378kcal, Białko 84,6g, Tłuszcze 85,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.29,2g, Węglowodany 308,8g, w tym Cukry proste 114,6g, Błonnik 30,7g, Sól 6,5g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Owsianka 300 na ml mleko glut ows Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 serek wiejski lekki 150 mleko dżem 30 pomidor 80 sałata lodowa 30 jabłko 150		Brokułowa z ziemn.300 mleko glut psz seler Ryba dusz w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki opr. 100 glut psz kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 soja pasta z jaj 70 jaja pomidor 80 sałata ziel 20	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2296kcal, Białko 92,8g, Tłuszcze 82,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.29,7g, Węglowodany 290,7g, w tym Cukry proste 95,4g, Błonnik 25,7g, Sól 6,2g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P3)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 serek wiejski lekki 150 mle dżem 30 sałata ziel 20	jabłko got.150	Brokułowa z ziemn.300 mleko glut psz seler Ryba dusz w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki opr. 100 glut psz kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z białka 70 jaja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2270kcal, Białko 90,8g, Tłuszcze 81,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.29,6g, Węglowodany 290,2g, w tym Cukry proste 94,8g, Błonnik 23,5g, Sól 6,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 serek wiejski lekki 150 mleko dżem 30 sałata ziel 20	Jabłko got 150	Brokułowa z ziemn.300 mleko glut psz seler Ryba dusz w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki opr. 100 glut psz kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z jaj 70 jaja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2186kcal, Białko 93,4g, Tłuszcze 58,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.17g, Węglowodany 280,5g, w tym Cukry proste 89,9g, Błonnik 21,5g, Sól 6,1g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Owsianka na ml 300 mleko glut ows Bułka psz 80 glut psz masło15 mleko herbata 250 serek wiejski lekki 150 mleko szynka got 30 soja sałata ziel 20	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 tuńczyk 30 ryba	Brokułowa z ziemn.300 mleko glut psz seler Ryba dusz w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki opr. 100 glut psz kompot wieloowoc. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z jaj 70 jaja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2487kcal, Białko 105,1g, Tłuszcze 89,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.35,3g, Węglowodany 308g, w tym Cukry proste 99,5g, Błonnik 26,3g, Sól 6,6g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów CUKRZYCOWA 6X DZ (6)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt serek wiejski lekki 150 mleko szynka got 30 soja sałata lodowa 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz tuńczyk 30 ryba	Brokułowa z ziemn.300 mleko glut psz seler Ryba dusz w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki opr. 100 glut psz rukola z olejem 10 kompot wieloowoc. 250	Sok warzywny 150 seler	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 pasta z jaj 70 jaja	Graham30 glut psz żył ser żółty 30 mleko sał.ziel 20
Wart odżyw. Energia 2188kcal, Białko 103,5g, Tłuszcze 75,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.20,6g, Węglowodany 249,7g, w tym Cukry proste 58,1g, Błonnik 28,9g, Sól 6,8g						
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 serek wiejski lekki 150 mleko szynka got 30 soja sałata lodowa 30		Brokułowa z ziemn.300 mleko glut psz seler Ryba dusz w sosie 80/100 ryba mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki opr. 100 glut psz rukola z olejem 10 kompot wieloowoc. 250		Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 pasta z jaj 70 jaja	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 1843kcal, Białko 85,3g, Tłuszcze 70,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.19,3g, Węglowodany 207,5g, w tym Cukry proste 49,3g, Błonnik 26,3g, Sól 6,2g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Owsianka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja glut ows	Bulion warzyw. 200 seler	Zupa brokułowa zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz jaja seler	Mus owoc- warzyw. 100	Zupa grysikowa zmiks. 300 seler glut psz	Sok warz 150 seler
Wart odżyw. Energia 2061kcal, Białko 105,4g, Tłuszcze 128,5g, w tym Nasycone kw. tłuszcz. 56g, Węglowodany 94,2g, w tym Cukry proste 34,5g, Błonnik 9,5g, Sól 4,9g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. mus owocowo- warzywny 100 **Wart odżyw.** Energia 72kcal, Białko 0,6g, Tłuszcze 0,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.0g, Węglowodany 16g, w tym Cukry proste 15g, Błonnik 1,2g, Sól 0g

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (1)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka 30 soja galantyna drob 50 soja papryka czerw 50 rozspanka 10 mandarynka 100		Ogórkowa 300 mleko glut psz seler Gulasz bogracz z indyka duszony z czerwoną fasolą 180 mleko glut psz gorcz kasza jęczm pęczak na sypko 200 glut jęczm woda z cytr. 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żyty 40 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata 250 ser biały 80 mleko pasta z makreli ze szczyp. 50 ryba rzodkiewka 30 sałata ziel z olejem 20	Sok pomidor . 150
Wart odżyw. Energia 2316kcal, Białko 110,3g, Tłuszcze 68g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28,3g, Węglowodany 296,7g, w tym Cukry proste 80,7g, Błonnik 30,3g, Sól 6,1g						
ŁATWOSTRAWNA (2)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka 30 soja galantyna drob 50 soja pomidor 80 rozspanka 10 mandarynka 100		Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka duszony z jarzynami 180 mleko glut psz seler kasza jęczm 200 glut jęczm woda z cytr. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 ser biały 80 mleko pasta z tuńczy 50 ryba pomidor 80 sałata ziel z olejem 20	Sok pomidor . 150
Wart odżyw. Energia 2273kcal, Białko 112,4g, Tłuszcze 64,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.27g, Węglowodany 297,5g, w tym Cukry proste 76,1g, Błonnik 23,8g, Sól 5,9g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P3)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 filet z indyka 30 soja parówka 50 rozspanka 10	mandarynka 100	Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka duszony z jarzynami 180 mleko glut psz seler kasza jęczm 200 glut jęczm woda z cytr. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 pasta z sera 80 mleko	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2300kcal, Białko 97,4g, Tłuszcze 69,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.29,6g, Węglowodany 306g, w tym Cukry proste 85,5g, Błonnik 22,5g, Sól 5,8g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (3)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.80 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 filet z indyka 30 soja galantyna drob 50 soja rozspanka 10	Jabłko got 150	Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka duszony z jarzynami 180 mleko glut psz seler kasza jęczm 200 glut jęczm woda z cytr. 250		Bułka psz.80 glut psz masło ^{3/4} 10 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 ser biały 80 mleko pasta z tuńczy 50 ryba	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2191kcal, Białko 110,4g, Tłuszcze 51,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.19g, Węglowodany 311,7g, w tym Cukry proste 90,4g, Błonnik 21,5g, Sól 5,8g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. subst. pobudzaj. wydziel soku żołądkowego (wrzodowa) (4)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz 80 glut psz masło15 mleko herbata 250 filet z indyka 30 soja galantyna drob 50 soja rozspanka 10	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko jabłko got 150 polędw dr 30 soja mle	Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Gulasz z indyka duszony z jarzynami 180 mleko glut psz seler kasza jęczm 200 glut jęczm woda z cytr. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata 250 pomidor b/sk 100 ser biały 80 mleko pasta z tuńczy 50 ryba	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2427kcal, Białko 117,3g, Tłuszcze 72,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.35,4g, Węglowodany 324,9g, w tym Cukry proste 88,9g, Błonnik 23,4g, Sól 6,3g						
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 filet z indyka 30 soja galantyna drob 50 soja rozspanka 10	Graham 30 glut psz żyt ogórek kisz 50 gorcz polędwica dr 30 soja mleko	ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Gulasz bogracz z indyka duszony z czerwoną fasolą 180 mleko glut psz gorcz kasza jęczm 200 glut jęczm sałatka z ogórka kiszzonego z papr. 120 gorcz woda z cytr. 250	Sok pomidor .150	Graham 60 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 herbata b/c 250 pomidor 80 ser biały 80 mleko pasta z tuńczy 50 ryba	Graham 30 glut psz żyt parówka 50 sał.ziel 20
Wart odżyw. Energia 2209kcal, Białko 122,5g, Tłuszcze 67,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.22,1g, Węglowodany 284,2g, w tym Cukry proste 55,9g, Błonnik 27,5g, Sól 6,6g						
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 filet z indyka 30 soja galantyna drob 50 soja rozspanka 10		ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Gulasz bogracz z indyka duszony z czerwoną fasolą 180 mleko glut psz gorcz kasza jęczm 200 glut jęczm sałatka z ogórka kiszzonego z papr. 120 gorcz woda z cytr. 250		Graham 60 glut psz żyt masło ^{3/4} 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 ser biały 80 mleko pasta z tuńczy 50 ryba	Sok pomidor 150
Wart odżyw. Energia 1834kcal, Białko 103,3g, Tłuszcze 57,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.18,6g, Węglowodany 241,9g, w tym Cukry proste 50,3g, Błonnik 23,4g, Sól 6,1g						
PŁYNNNA WZMOC. ZMIKS. (14)	Lane ciasto na ml. zmięks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	ziemniaczana zmięks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz glut żytni jaja seler	Kisiel błysk. 150	Zupa jarzynowa zmięks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2081kcal, Białko 106,5g, Tłuszcze 112,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.43,6g, Węglowodany 125,7g, w tym Cukry proste 43g, Błonnik 5,9g, Sól 4,6g						

DZIECI + ZOL i Hospicjum + położnice i ciężarne podw. biszkopty 30 **glut psz jaja** mleko 200 **mleko** **Wart odżyw.** Energia 211kcal, Białko 9,4g, Tłuszcze 5,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.2,9g, Węglowodany 30,4g, w tym Cukry proste 21,4g, Błonnik 0,9g, Sól 0,06g **Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.**