

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 29.08.2026r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01) (C01) (P01)	Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko kawa z ml b/c 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 Makaron z sosem a'la spaghetti duszony 350 glut psz gorcz sałatka szwedzka z olejem 120 gorcz herbata owoc. 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 30 glut psz żył jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 kielbasa szynk. 60 soja gorcz ogórek ziel 50 sałata ziel z olejem 20	Sok warzyw. 150
Wart odżyw. Energia	2291kcal, Białko 95,4g, Tłuszcze 88g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.29,9g, Węglowodany 255,5g, w tym Cukry proste 62,4g, Błonnik 23g, Sód 2,6g					
ŁATWOSTRAWNA (D02) (C02) (P02)	Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz glut żył parówka drob 50 soja glut psz pasta z jaj 50 jaja roszponka 10 pomidor 80 jabłko 150		kalafiorowa 300 mleko glut psz seler sos mięsno-jarzynowy 180 mleko glut psz seler makaron got. 200 glut psz herbata owoc. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 szynka got 60 soja pomidor 80 sałata ziel z olejem 20	Sok warzyw. 150
Wart odżyw. Energia	2258kcal, Białko 96,5g, Tłuszcze 78,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.29g, Węglowodany 244,6g, w tym Cukry proste 64,7g, Błonnik 22,4g, Sód 2,6g					
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobiona (P02/1)	Bułka 80 glut psz masło 15 mleko kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz glut żył parówka drob 50 soja glut psz pasta z jaj 50 jaja roszpo 10 jabłko got		kalafiorowa 300 mleko glut psz seler sos mięsno-jarzynowy 180 mleko glut psz seler makaron got. 200 glut psz herbata owoc. 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia	2264kcal, Białko 93,9g, Tłuszcze 74g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28,7g, Węglowodany 264,3g, w tym Cukry proste 75,7g, Błonnik 21,1g, Sód 2,5g					
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (D05)	Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz glut żył kurczak got 30 soja pasta z białka 50 jaja roszpo 10 jabłko got 150		kalafiorowa 300 mleko glut psz seler sos mięsno-jarzynowy 180 mleko glut psz seler makaron got. 200 glut psz herbata owoc. 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia	2172kcal, Białko 92,9g, Tłuszcze 42,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.15,8g, Węglowodany 263,3g, w tym Cukry proste 76,5g, Błonnik 20,1g, Sód 2,7g					
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P/K)	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 roszponka 10	Graham 30 glut psz żył ogórek ziel 50 sopocka 30 soja	kalafiorowa 300 mleko glut psz seler sos mięsno-jarzynowy 180 mleko glut psz seler makaron razowy got. 200 glut psz sałatka szwedzka z olejem 120 gorcz herbata owoc. b/c 250	Sok warzyw.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	2223kcal, Białko 107,3g, Tłuszcze 75,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.21,9g, Węglowodany 260,6g, w tym Cukry proste 57,8g, Błonnik 28g, Sód 3,2g					
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	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 roszponka 10		kalafiorowa 300 mleko glut psz seler sos mięsno-jarzynowy 180 mleko glut psz seler makaron razowy got. 200 glut psz sałatka szwedzka z olejem 120 gorcz herbata owoc. b/c 250		Graham 60 glut psz żył masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 soja	Sok warzyw. 150
Wart odżyw. Energia	1982kcal, Białko 92,3g, Tłuszcze 67,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.19,6g, Węglowodany 229,9g, w tym Cukry proste 56,3g, Błonnik 25g, Sód 2,7g					
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	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	biskupki 30 glut psz jaja mleko 200 ml	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia	2022kcal, Białko 106,2g, Tłuszcze 92,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.34,5g, Węglowodany 140,8g, w tym Cukry proste 53g, Błonnik 10g, Sód 0,9g					
Dodatek dla ciężar., położnic (S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko sopocka 30 soja sałata ziel 20					
Wart odżyw. Energia	186kcal, Białko 7,6g, Tłuszcze 10,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.6,5g, Węglowodany 14g, w tym Cukry proste 0,4g, Błonnik 0,5g, Sód 0,4g					
Dodatek dla dzieci, ZOL-u, Hospicjum, położnic i ciężar. (P)	Delicje 40 mle glut psz jaja orze					
Wart odżyw. Energia	108kcal, Białko 1,1g, Tłuszcze 2,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.1g, Węglowodany 21g, w tym Cukry proste 15g, Błonnik 0,5g, Sód 0g					

Wielkości porcji wyrażone są w g lub

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 30.08.2026r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01) (C01) (P01)	Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko kakao na ml b/c 250 mleko twarożek ze szcz. 80 mleko szynka kons 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 nektaryna 150		Krupnik jaglany 300 seler Udko z kurczaka piecz konwekcyjnie 150 seler ziemniaki got 200 ćwikła z chrzanem 120 SO2 napój owoc 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 30 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 kurczak got 60 soja papryka kons 50 gorcz sałata lod. 30	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2281kcal, Białko 106g, Tłuszcze 78,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.34g, Węglowodany 263g, w tym Cukry proste 75,1g, Błonnik 24,8g, Sód 2,8g						
ŁATWOSTRAWNA (D02) (C02) (P02)	Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko kakao na ml b/c 250 mleko twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 nektaryna 150		Krupnik jaglany 300 seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 kurczak got 60 soja pomidor 80 sałata lod 30	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2309kcal, Białko 106,4g, Tłuszcze 83,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.33,9g, Węglowodany 261,8g, w tym Cukry proste 74,1g, Błonnik 20,5g, Sód 2,6g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02/1)	Bułka 80 glut psz masło 15 mleko kakao na ml b/c 250 mleko twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	nektaryna 150	Krupnik jaglany 300 seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2289kcal, Białko 105,7g, Tłuszcze 83,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.33g, Węglowodany 258,9g, w tym Cukry proste 70,6g, Błonnik 18,5g, Sód 2,6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (D05)	Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko kakao na ml b/c 250 mleko twarożek 80 mleko szynka kons 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	Krupnik jaglany 300 seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 buraczki oprósz. 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Jogurt natur. 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2189kcal, Białko 106,1g, Tłuszcze 72,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.26,5g, Węglowodany 251,8g, w tym Cukry proste 77g, Błonnik 18g, Sód 2,6g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P/K)	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 ziel 50 tuńczyk 30 ryba	Krupnik jaglany 300 seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 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 żył jajko 50 jaja sał. lod 30
Wart odżyw. Energia 2239kcal, Białko 119,6g, Tłuszcze 82,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28g, Węglowodany 245,3g, w tym Cukry proste 65,2g, Błonnik 29,3g, Sód 3g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	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 jaglany 300 seler Udko z kurczaka duszone w sosie 150/100 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 2044kcal, Białko 102,8g, Tłuszcze 76,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.26,7g, Węglowodany 219,4g, w tym Cukry proste 63,5g, Błonnik 26,3g, Sód 2,6g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	zacierka na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko glut psz jaja	Bulion mięs. 200 seler	Krupnik jaglany 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 2036kcal, Białko 106,1g, Tłuszcze 109g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.42g, Węglowodany 130,5g, w tym Cukry proste 43,6g, Błonnik 10,9g, Sód 1,1g						
Dodatek dla ciężar. i położnic.(S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko pasta z tuńczyka 30 ryba sałata ziel 20					
Wart odżyw. Energia 184kcal, Białko 9,7g, Tłuszcze 9,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.5,7g, Węglowodany 14g, w tym Cukry proste 0,4g, Błonnik 0,5g, Sód 0,3g						
Dodatek dla dzieci, ZOL_u, Hospicjum, położnic i ciężar.(P)	Mus warzywno –owocowy 100 seler					
Wart odżyw. Energia 50kcal, Białko 0,3g, Tłuszcze 0,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.0,1g, Węglowodany 11g, w tym Cukry proste 0,5g, Błonnik 1,5g, Sód 0g						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 31.08.2026r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01) (C01) (P01)	Makar na ml 300 mleko glut psz Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mle herb b/c 250 pasta z makreli ze szczyp. 50 ryba połędw dr 30 soja mle ogór 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 30 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 sopocka 60 soja marchew tarta z olejem 30 sałata ziel. 20	Kefir nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2383kcal, Białko 97,7g, Tłuszcze 90,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.34,6g, Węglowodany 280,6g, w tym Cukry proste 70,1g, Błonnik 27,7g, Sód 2,9g\						
ŁATWOSTRAWNA (D02) (C02) (P02)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pasta z tuńczyka 50 ryba połędwica 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 b/c 250 sopocka 60 soja marchew tarta z olejem 30 sałata ziel. 20	Kefir nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2273kcal, Białko 99,5g, Tłuszcze 94,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.33,9g, Węglowodany 237,3g, w tym Cukry proste 65,3g, Błonnik 23,1g, Sód 2,7g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02/1)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 paróweczka dr 50 soja glut psz połędwica 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 b/c 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Kefir nat 150 mleko + dżem 25
Wart odżyw. Energia 2286kcal, Białko 93,6g, Tłuszcze g96, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.35,8g, Węglowodany 244,2g, w tym Cukry proste 71,8g, Błonnik 18,2g, Sód 2,8g\						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (D05)	Makaron na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata b/c 250 pasta z tuńc 50 ryba połędw 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 b/c 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Kefir nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2173kcal, Białko 100,2g, Tłuszcze 78,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.25g, Węglowodany 237,9g, w tym Cukry proste 65,2g, Błonnik 17,8g, Sód 2,6g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P/K)	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 połędwica dr 30 soja mleko roszponka 10	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 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 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 2216kcal, Białko 118,9g, Tłuszcze 92,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.30g, Węglowodany 226,7g, w tym Cukry proste 56,3g, Błonnik 26,7g, Sód 3,2g\						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	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 połędwica 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 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 1901kcal, Białko 91,2g, Tłuszcze 81,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.24,7g, Węglowodany 194,3g, w tym Cukry proste 53,5g, Błonnik 24,2g, Sód 2,7g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	makaron 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 2016kcal, Białko 105,4g, Tłuszcze 102,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.40,2g, Węglowodany 125,4g, w tym Cukry proste 40,8g, Błonnik 9g, Sód 0,9g						
Dodatek dla ciężar. i położnic.(S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko serek wiejski 150 mleko sałata ziel 20					
Wart odżyw. Energia 271kcal, Białko 19g, Tłuszcze 13,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.8,6g, Węglowodany 18,2g, w tym Cukry proste 3,4g, Błonnik 0,5g, Sód						
Dodatek dla dzieci, ZOL_u, Hospicjum, położnic i ciężar.(P)	Chalka 50 mleko glut psz jaja mleko 200 mleko					
Wart odżyw. Energia 237kcal, Białko 9,7g, Tłuszcze 5,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.2,1g, Węglowodany 37g, w tym Cukry proste 12,2g, Błonnik 1g, Sód 0,6g						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ w Oławie

JADŁOSPIS na dzień 1.09.2026r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01) (C01) (P01)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata b/c 250 szynka biała 30 soja ser żółty 30 mleko 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 30 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 szpinak 10 papryka czerw 50 jajko got 1 szt jaja galantyna dr 50 soja	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2269kcal, Białko 98,7g, Tłuszcze 74,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.33,9g, Węglowodany 229,9g, w tym Cukry proste 45,3g, Błonnik 24,2g, Sód 2,6g						
ŁATWOSTRAWNA (D02) (C02) (P02)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 szynka biała 30 soja ser biały krojony 80 mleko 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 b/c250 soja pomidor 80 roszponka 10 jajko got 1 szt jaja galantyna dr 50 soja	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 2282kcal, Białko 107,4g, Tłuszcze 73,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.29g, Węglowodany 219,4g, w tym Cukry proste 47g, Błonnik 20,2g, Sód 2,6g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02/1)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 szynka biała 30 soja ser biały krojony 80 mleko 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 b/c 250 pomidor b/sk 100 pasta z jajka got 1 szt jaja sopocka 30 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2294kcal, Białko 103,3g, Tłuszcze 79,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.29,6g, Węglowodany 235,4g, w tym Cukry proste 59,6g, Błonnik 18,6g, Sód 2,6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (D05)	Kasza jęczm na ml 300 mleko glut jęcz Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata b/c 250 szynka biała 30 soja ser biały krojony 80 mleko roszponka 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 b/c 250 pomidor b/sk 100 pasta z białka jaja got 1 szt jaja galantyna dr 50 soja	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2183kcal, Białko 102,3g, Tłuszcze 55,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.19g, Węglowodany 241,5g, w tym Cukry proste 65,3g, Błonnik 18,8g, Sód 2,7g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P/K)	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 ser biały krojony 80 mleko rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 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 jajko got 1 szt jaja galantyna dr 50 soja	Graham30 glut psz żył sopoc 30 soja szpinak10
Wart odżyw. Energia 2207kcal, Białko 115,9g, Tłuszcze 70g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.25,7g, Węglowodany 217,4g, w tym Cukry proste 55,2g, Błonnik 24,9g, Sód 3,1g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	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 ser biały krojony 80 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 jajko got 1 szt jaja galantyna dr 50 soja	Sok warzywny 150 seler
Wart odżyw. Energia 1972kcal, Białko 99,8g, Tłuszcze 60,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.20,4g, Węglowodany 200,1g, w tym Cukry proste 51,9g, Błonnik 22g, Sód 2,8g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	Kasza jęczm na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut jęczm mleko 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 2018kcal, Białko 102,1g, Tłuszcze 90,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.34g, Węglowodany 115g, w tym Cukry proste 49,8g, Błonnik 11g, Sód 0,9g						
Dodatek dla ciężar. i położnic.(S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko filet z ind. 30 soja roszponka 10					
Wart odżyw. Energia 184kcal, Białko 8,6g, Tłuszcze 9,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.5,9g, Węglowodany 14,1g, w tym Cukry proste 0,4g, Błonnik 1,4g, Sód 0,5g						
Dodatek dla dzieci, ZOL_u, Hospicjum, położnic i ciężar.(P)	Budyń ml. 150 mleko glut psz					
Wart odżyw. Energia 147kcal, Białko 5,5g, Tłuszcze 3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.1,4g, Węglowodany 23,1g, w tym Cukry proste 21,1g, Błonnik 0g, Sód 0g						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 2.09.2026r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01) (C01) (P01)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata b/c 250 pasztet piecz. 50 soja glut psz indyk got 30 soja pomidor 80 sałata ziel.20 arbuz 150		grochowa z ziemn.300 glut psz seler Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza grycz. na sypko 200 surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowoc 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żyty 30 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 pasta z sera biał. 80 mleko pasta z tuńczyka ze szczp. 50 ryba ogórek kisz 50 gorcz sał lod. 30	Jabłko piecz. 150
Wart odżyw. Energia 2475kcal, Białko 124g, Tłuszcze 90,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.33,7g, Węglowodany 288,7g, w tym Cukry proste 77,2g, Błonnik 32g, Sód 2,7g						
ŁATWOSTRAWNA (D02) (C02) (P02)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pasztet dr 40 mle glut psz seler jaja indyk got 30 soja pomidor 80 sałata ziel 20 arbuz 150		Żurek lekki 300 glut psz glut żyt seler mleko Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jecz surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pasta z sera biał. 80 mleko pasta z tuńczyka.50 ryba pomidor 80 sałata lod.30	Jabłko piecz. 150
Wart odżyw. Energia 2289kcal, Białko 108,8g, Tłuszcze 82,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.32,9g, Węglowodany 259,7g, w tym Cukry proste 72g, Błonnik 30,3g, Sód 2,7g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02/1)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pasztet dr 40 mle glut psz seler jaja indyk got 30 soja sałata ziel 20	arbuz 150	Żurek lekki 300 glut psz glut żyt seler mleko Bitki schab. siekane duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jecz marchewka opr .100 glut psz kompot wieloowoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 pasta z sera biał. 80 mleko polędw dr.30 soja mle	Jabłko piecz. 150
Wart odżyw. Energia 2260kcal, Białko 96,9g, Tłuszcze 81,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.32,5g, Węglowodany 260,8g, w tym Cukry proste 67,5g, Błonnik 27g, Sód 2,7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (D05)	Zacierka na ml 300 mleko glut psz jaja Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata b/c 250 pasta z kurczaka z jarz. 40 seler indyk got 30 soja sałata ziel 20	Jabłko got 150	jarzynowa z ziemn. 300 glut psz seler mleko Bitki schab.duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jecz marchew opr .100 glut psz kompot wieloowoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 250 pasta z sera biał. 80 mleko pasta z tuńcz. 50 ryba	Jabłko piecz. 150
Wart odżyw. Energia 2213kcal, Białko 113,4g, Tłuszcze 68g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.22,6g, Węglowodany 271,5g, w tym Cukry proste 76,2g, Błonnik 26,9g, Sód 2,7g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P/K)	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasztet dr 40 mle glut psz seler jaja indyk got 30 soja sałata ziel 20	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 szynka got 30 soja	Żurek lekki 300 glut psz glut żyt seler mleko Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jecz surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowocowy b/c 250	Sok pomid 150	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 250 pasta z sera biał. 80 mleko pasta z tuńcz..50 ryba	Graham30 glut psz żyty polęd dr 30 soja mle sał lo
Wart odżyw. Energia 2214kcal, Białko 117,4g, Tłuszcze 71,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.25g, Węglowodany 253,5g, w tym Cukry proste 63,9g, Błonnik 32,4g, Sód 3,1g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt pasztet dr 40 mle glut psz seler jaja indyk got 30 soja sałata ziel 20		Żurek lekki 300 glut psz glut żyt seler mleko Bitki schab. duszone w sosie 90/100 mleko glut psz seler kasza jęczm na sypko 200 glut jecz surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 pasta z sera biał. 80 mleko pasta z tuńczyka.50 ryba	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 1996kcal, Białko 101,9g, Tłuszcze 70,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.23,7g, Węglowodany 221g, w tym Cukry proste 62g, Błonnik 28,4g, Sód 2,8g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	Zacierka na ml. zmięks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	żurek zmięks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz glut żyt. jaja seler	Sucharki 30 mleko 200 ml glut psz soja	Zupa jarzynowa zmięks. z mięsem 300 seler glut psz mleko	Sok pomid 150
Wart odżyw. Energia 2023kcal, Białko 108,7g, Tłuszcze 109,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.40,1g, Węglowodany 140,2g, w tym Cukry proste 43,6g, Błonnik 10,7g, Sód 0,8g						
Dodatek dla ciężar. i położnic.(S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko szynka got 30 soja sałata ziel 20					
Wart odżyw. Energia 176kcal, Białko 7,9g, Tłuszcze 9,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.5,8g, Węglowodany 14g, w tym Cukry proste 0,4g, Błonnik 0,5g, Sód 0,3g						
Dodatek dla dzieci, ZOL_u, Hospicjum, położnic i ciężar.(P)	Ciastka maślane 30 mleko glut psz jaja orzechy mleko 200 mleko					
Wart odżyw. Energia 245kcal, Białko 8,4g, Tłuszcze 10g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.4,8g, Węglowodany 29,2g, w tym Cukry proste 15,7g, Błonnik 0g, Sód 0,2g						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 3.09.2026r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01) (C01) (P01)	kasza jagl. na ml 300 mleko glut psz Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbatab/c 250 sopocka 30 soja jajko got 1 szt jaja ogórek kons 50 gorcz rukola 10 jabłko 150		Pieczarkowa 300 mleko glut psz seler Wątróbka z kurczaka z cebulką duszona w sosie własnym 180 glut psz ziemniaki got 200 surówka z czerw. kapusty z olejem 120 gorcz napój owoc 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 30 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 filet z ind piecz. 60 soja pomidor 80 szpinak 10	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2287kcal, Białko 97,8g, Tłuszcze 83,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.32g, Węglowodany 271,4g, w tym Cukry proste 73,5g, Błonnik 23g, Sód 2,6g						
ŁATWOSTRAWNA (D02) (C02) (P02)	kasza jagl. na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.60 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 sopocka 30 soja jajko got 1 szt jaja pomidor 80 roszponka 10 jabłko 150		Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka duszona w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet z jarzyn z olejem 100 napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 filet z ind piecz. 60 soja pomidor 80 sałata ziel 20	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2254kcal, Białko 96,2g, Tłuszcze 76,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.30,3g, Węglowodany 249,2g, w tym Cukry proste 72,9g, Błonnik 19,6g, Sód 2,6g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02/1)	kasza jagl. na ml 300 mleko glut psz Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 sopocka 30 soja pasta z jaj 50 jaja roszponka 10	jabłko got. 150	Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Potrawka z kurczaka 180 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet z jarzyn z olejem 100 napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 filet z ind piecz. 60 soja	Jogurt owoc. 150 mle
Wart odżyw. Energia 2261kcal, Białko 96,5g, Tłuszcze 74,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.29,6g, Węglowodany 253,2g, w tym Cukry proste 77,8g, Błonnik 17,2g, Sód 2,6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (D05)	kasza jagl. na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata b/c 250 pasta z białka 50 jaja sopocka 30 soja roszponka 10	Jabłko got. 150	Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka duszona w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet z jarzyn z olejem 100 napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło ³ / ₄ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 filet z ind piecz. 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2181kcal, Białko 94g, Tłuszcze 56,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.19,6g, Węglowodany 245,2g, w tym Cukry proste 70,2g, Błonnik 17,3g, Sód 2,6g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P/K)	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt sopocka 30 soja jajko got 1 szt jaja roszponka 10	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 szynka dr 30 soja	Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka duszona w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet z jarzyn z olejem 100surówka z czerw. kapusty z olejem 120 gorcz kompot wieloowoc. b/c 250	Jogurt nat 150 mleko	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 filet z ind piecz. 60 soja	Graham30 glut psz żyt ser b. 50 mleko szpinak10
Wart odżyw. Energia 2239kcal, Białko 108,4g, Tłuszcze 76,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.23,5g, Węglowodany 236,2g, w tym Cukry proste 61,5g, Błonnik 27,8g, Sód 3,1g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt sopocka 30 soja jajko got 1 szt jaja roszponka 10		Ziemniaczana 300 mleko glut psz seler Pierś z kurczaka duszona w sosie 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 bukiet z jarzyn z olejem 100surówka z czerw. kapusty z olejem 120 gorcz kompot wieloowoc. b/c 250		Graham 60 glut psz żyt masło ³ / ₄ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 filet z ind piecz. 60 soja	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 1993kcal, Białko 91,4g, Tłuszcze 71g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.21g, Węglowodany 203,1g, w tym Cukry proste 57,8g, Błonnik 24,6g, Sód 2,7g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	Kasza jagl na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	ziemniaczana zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler	galaretka owoc 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz mleko	Jogurt nat 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2035kcal, Białko 105,6g, Tłuszcze 91,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.34g, Węglowodany 120,9g, w tym Cukry proste 47,8g, Błonnik 9g, Sód 1,1g						
Dodatek dla ciężar. i położnic.(S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko szynka drob 30 soja roszponka 10					
Wart odżyw. Energia 184kcal, Białko 6,2g, Tłuszcze 11g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.6,4g, Węglowodany 13,9g, w tym Cukry proste 0,2g, Błonnik 1,5g, Sód 0,5g						
Dodatek dla dzieci, ZOL_u, Hospicjum, położnic i ciężar.(P)	Galaretka owoc 150					
Wart odżyw. Energia 66kcal, Białko 2,2g, Tłuszcze 0g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.0g, Węglowodany 14g, w tym Cukry proste 14g, Błonnik 0g, Sód 0g						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 4.09.2026r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01) (C01) (P01)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata b/c 250 pasta z ciecierzycy z majer. 50 szynka drob 30 soja papryka czerw 50 roszponka 10 banan 180		Grysikowa 300 glut psz seler Ryba smażona po grecku 100/100 ryba glut psz seler ziemniaki got 200 rukola z olejem 10 kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 30 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 szynka got 60 soja pomidor 80 sałata ziel 20	Mus warzyw- owoc 100 seler
Wart odżyw. Energia 2280kcal, Białko 85,8g, Tłuszcze 77,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.26,1g, Węglowodany 287,5g, w tym Cukry proste 90,4g, Błonnik 30,3g, Sód 2,8g						
ŁATWOSTRAWNA (D02) (C02) (P02)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 parówka na gor. 50 soja szynka drob 30 soja roszponka 10 pomidor banan 180		Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 szynka got 60 soja pomidor 80 sałata ziel 20	Mus warzyw- owoc 100 seler
Wart odżyw. Energia 2245kcal, Białko 89,3g, Tłuszcze 66,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.27,6g, Węglowodany 274g, w tym Cukry proste 88,9g, Błonnik 23,8g, Sód 2,9g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02/1)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 parówka na gor.50 soja szynka drob 30 soja roszponka 10	banan 180	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Mus warzyw- owoc 100 seler
Wart odżyw. Energia 2234kcal, Białko 88,4g, Tłuszcze 65,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.27,7g, Węglowodany 272,7g, w tym Cukry proste 87,8g, Błonnik 20,3g, Sód 2,9g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (D05)	Lane ciasto na ml 300 mle glut psz jaja Bułka psz.80 glut psz masło¾ 10 mleko herbata b/c 250 pasta z wędliny 30 soja mleko szynka drob 30 soja roszponka 10	Jabłko got 150	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło¾ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 2170kcal, Białko 93,9g, Tłuszcze 55,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.19,8g, Węglowodany 247,3g, w tym Cukry proste 66,6g, Błonnik 19,3g, Sód 2,9g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P/K)	Graham 60 glut psz żyt masło¾ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt parówka na gor. 50 soja szynka drob 30 soja roszponka 10	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 ser biały 50 mleko	Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 rukola z olejem 10 kompot wieloowocowy b/c 250	Kefir nat 200 mleko	Graham 60 glut psz żyt masło¾ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 szynka got 60 soja szynka got 60 soja	Graham30 glut psz żył pasta z kurcz z jarz 50 sel
Wart odżyw. Energia 2200kcal, Białko 108,7g, Tłuszcze 67,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.22,3g, Węglowodany 229,2g, w tym Cukry proste 61,2g, Błonnik 29,4g, Sód 3,2g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Graham 60 glut psz żyt masło¾ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt parówka na gor. 50 soja szynka drob 30 soja roszponka 10		Grysikowa 300 glut psz seler Ryba duszona w jarzynach 90/100 mleko glut psz seler ziemniaki got 200 rukola z olejem 10 kompot wieloowocowy b/c 250		Graham 60 glut psz żyt masło¾ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 szynka got 60 soja	Kefir nat 200 mleko
Wart odżyw. Energia 1873kcal, Białko 87,2g, Tłuszcze 60g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.20,7g, Węglowodany 208,3g, w tym Cukry proste 56,2g, Błonnik 26,4g, Sód 3g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	Lane cias na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 mleko jaja glut psz	Bulion mięs. 200 seler	Grysikowa 300 zmiks z mięsem i żółt. 300 glut psz jaja seler mleko	Kefir 150 mleko	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	manna na ml 200 ml glut psz
Wart odżyw. Energia 2036kcal, Białko 114,7g, Tłuszcze 106,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.35,8g, Węglowodany 123,9g, w tym Cukry proste 39,4g, Błonnik 10g, Sód 0,8g						
Dodatek dla ciężar. i położnic.(S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko ser biały 50 mleko sałata ziel 20					
Wart odżyw. Energia 209kcal, Białko 11g, Tłuszcze 10,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.7g, Węglowodany 15,6g, w tym Cukry proste 2g, Błonnik 0,5g, Sód 0,1g						
Dodatek dla dzieci, ZOL_u, Hospicjum, położnic i ciężar.(P)	Ciasto drożdżowe 50 mleko glut psz jaja orzechy					
Wart odżyw. Energia 196kcal, Białko 4,1g, Tłuszcze 7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.0,7g, Węglowodany 29g, w tym Cukry proste 7,4g, Błonnik 0,2g, Sód 0,2g						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 5.09.2026r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01) (C01) (P01)	Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz glut żyt serek wiejski 150 mleko dżem 50 rzodkiewka 30 rukola 10 brzoskwinia 120		Barszcz czerw. 300 mleko glut psz seler Kurczak duszony w sosie curry 180 mleko glut psz ryż brązowy na sypko 200 sałatka z sałaty lodowej z olejem i soczewicą 120 woda z cytryną 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żyty 30 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 południca z ind 60 soja mleko papryka kons 50 gor sałata lod 30	Sok pomidor. 150
Wart odżyw. Energia 2254kcal, Białko 98,8g, Tłuszcze 69,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.27,2g, Węglowodany 270,3g, w tym Cukry proste 60,8g, Błonnik 22,6g, Sód 2,6g						
ŁATWOSTRAWNA (D02) (C02) (P02)	Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz glut żyt serek wiejski 150 mleko dżem 50 pomidor 80 sałata ziel 20 brzoskwinia 120		Barszcz czerw 300 mleko glut psz seler Potrawka z kurczaka duszona 180 mleko glut psz seler ryż na sypko 200 sałatka z sałaty lodowej z olejem 100 woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 południca z ind 60 soja mleko pomidor 80 sałata lod. 30	Sok pomidor. 150
Wart odżyw. Energia 2237kcal, Białko 99g, Tłuszcze 66,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.26,9g, Węglowodany 257,3g, w tym Cukry proste 63,3g, Błonnik 18,9g, Sód 2,7g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02/1)	Bułka 80 glut psz masło 15 mleko kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz glut żyt serek wiejski 150 mleko dżem 50 sałata ziel 20	brzoskwinia 120	Barszcz czerw 300 mleko glut psz seler Potrawka z kurczaka duszona 180 mleko glut psz seler ryż na sypko 200 marchewka dusz z olejem 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 połędwica z ind 60 soja mleko	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2286kcal, Białko 96,7g, Tłuszcze 65,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.27g, Węglowodany 286,7g, w tym Cukry proste 77g, Błonnik 18,4g, Sód 2,7g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (D05)	Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz glut żyt serek wiejski 150 mleko dżem 50 sałata ziel 20	Jabłko got 150	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Potrawka z kurczaka duszona 180 mleko glut psz seler ryż na sypko 200 marchewka dusz z olejem 100 glut psz woda z cytryną 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 połędwica z ind 60 soja mleko	Kisiel błysk. 150
Wart odżyw. Energia 2175kcal, Białko 94g, Tłuszcze 52,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.18,7g, Węglowodany 295,4g, w tym Cukry proste 89g, Błonnik 18,1g, Sód 2,7g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P/K)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt serek wiejski 150 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 kurczak got 30 soja	Barszcz czerw 300 mleko glut psz seler Potrawka z kurczaka duszona 180 mleko glut psz seler ryż brązowy na sypko 200 sałatka z sałaty lodowej z olejem i soczewicą 120 woda z cytryną 250	Sok pomidor. 150	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 połędwica z ind 60 soja mleko	Graham30 glut psz żyty kielb. żywiec 30 soja gorc sał.zie 20
Wart odżyw. Energia 201kcal, Białko 116,5g, Tłuszcze 65,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.20,3g, Węglowodany 257,5g, w tym Cukry proste 60,3g, Błonnik 29,9g, Sód 3,2g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt serek wiejski 150 mleko szynka kons 30 soja rzodkiewka 30		Barszcz czerw 300 mleko glut psz seler Potrawka z kurczaka duszona 180 mleko glut psz seler ryż brązowy na sypko 200 sałatka z sałaty lodowej z olejem i soczewicą 120 woda z cytryną 250		Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 połędwica z ind 60 soja mleko	Sok pomidor. 150
Wart odżyw. Energia 1921kcal, Białko 97g, Tłuszcze 55,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.19g, Węglowodany 225g, w tym Cukry proste 58,8g, Błonnik 26,5g, Sód 2,7g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	Manna na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Barszcz czerw 300 zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz glut jaja seler	budyń ml 150 mleko glut psz	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Sok pomidor. 150
Wart odżyw. Energia 2017kcal, Białko 103,8g, Tłuszcze 88,9g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.33,3g, Węglowodany 131,2g, w tym Cukry proste 56g, Błonnik 11g, Sód 0,7g						
Dodatek dla ciężar. i położnic.(S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko kurczak got 30 soja sałata ziel 20					
Wart odżyw. Energia 179kcal, Białko 8,5g, Tłuszcze 12,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.5,8g, Węglowodany 14,4g, w tym Cukry proste 0,8g, Błonnik 0,5g, Sód 0,3g						
Dodatek dla dzieci, ZOL_u, Hospicjum, położnic i ciężar.(P)	Budyń ml 150 mleko glut psz					
Wart odżyw. Energia 147kcal, Białko 5,5g, Tłuszcze 3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.1,4g, Węglowodany 23,1g, w tym Cukry proste 21,1g, Błonnik 0g, Sód 0g						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 6.09.2026r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01) (C01) (P01)	Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko kakao na ml b/c 250 mleko filet z ind 30 soja jajko got 50 jaja ogórek ziel 50 szpinak 10 arbus 150		krupnik 300 glut psz seler kotlet z indyka smaź. 110 jaja mleko glut psz ziemniaki got 200 sałatka z ogórka kisz.120 gor napój owoc 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żyty 30 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 sopocka 60 soja marchew tarta z olejem 30 sałata ziel 20	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2277kcal, Białko 95,5g, Tłuszcze 79,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.29,8g, Węglowodany 270,4g, w tym Cukry proste 78,4g, Błonnik 23,2g, Sód 2,6g						
ŁATWOSTRAWNA (D02) (C02) (P02)	Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko filet z ind 30 soja kakao na ml b/c 250 mleko filet z ind 30 soja jajko got 50 jaja pomidor 80 sałata lod 30 arbus 150		krupnik 300 glut psz seler pierś z indyka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 sopocka 60 soja marchew tarta z olejem 30 sałata ziel 20	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2243kcal, Białko 92,7g, Tłuszcze 91,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.37,8g, Węglowodany 230,9g, w tym Cukry proste 73,6g, Błonnik 21,7g, Sód 2,6g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02/1)	Bułka 80 glut psz masło 15 mleko kakao na ml b/c 250 mleko filet z ind 30 soja pasta z jaja 50 jaja sałata ziel 20	arbus 150	krupnik 300 glut psz seler Potrawka z indyka 150 glut psz seler mleko ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Jogurt owoc 150 mleko
Wart odżyw. Energia 2237kcal, Białko 90,3g, Tłuszcze 73,2g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.28,6g, Węglowodany 228,1g, w tym Cukry proste 71,7g, Błonnik 21,3g, Sód 2,6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (D05)	Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko kakao na ml b/c 250 mleko filet z ind 30 soja pasta z białka 50 jaja sałata ziel 20	Jabłko got 150	krupnik 300 glut psz seler pierś z indyka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz napój owoc 250		Bułka psz.80 glut psz masło¼ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 sopocka 60 soja	Jabłko pieczone 150
Wart odżyw. Energia 2173kcal, Białko 88,9g, Tłuszcze 52,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.16,8g, Węglowodany 239,5g, w tym Cukry proste 73,4g, Błonnik 20,6g, Sód 2,7g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P/K)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kakao na ml b/c 250 mleko filet z ind 30 soja jajko got 50 jaja sałata lod 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 szynka kons 30 soja	krupnik 300 glut psz seler pierś z indyka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz sałatka z ogórka kisz.120 gor kompot owoc b/c 250	Marchew tarta z olejem 30	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 sopocka 60 soja	Graham30 glut psz żyty szyn dr 30 soja sał.ziel.
Wart odżyw. Energia 2214kcal, Białko 97,6g, Tłuszcze 75g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.19,5g, Węglowodany 238,5g, w tym Cukry proste 60,4g, Błonnik 33g, Sód 2,9g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko jabłko 150 kakao na ml b/c 250 mleko filet z ind 30 soja jajko got 50 jaja sałata lod 30		krupnik 300 glut psz seler pierś z indyka dusz.w sosie koper.90/100 seler mleko glut psz ziemniaki got 200 cukinia dusz. 100 glut psz sałatka z ogórka kisz.120 gor kompot owoc b/c 250		Graham 60 glut psz żyt masło¼ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 sopocka 60 soja	Marchew tarta z olejem 30
Wart odżyw. Energia 2009kcal, Białko 85,5g, Tłuszcze 71g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.18,7g, Węglowodany 206,8g, w tym Cukry proste 59,9g, Błonnik 29g, Sód 2,6g						
Dieta o zmienionej konsystencji (D09)	Makaron na ml. zmiks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jajko	Bulion mięs. 200 seler	Krupnik 300 zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jajko seler mleko	kisiel owoc 150	Zupa jarzynowa zmiks. z mięsem 300 seler glut psz mle	Ryż na ml 200 mle
Wart odżyw. Energia 2050kcal, Białko 106,5g, Tłuszcze 90,6g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.33,8g, Węglowodany 156,6g, w tym Cukry proste 54,7g, Błonnik 12g, Sód 0,6g						
Dodatek dla ciężar. i położnic.(S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko szynka kons.30 soja sałata ziel 20					
Wart odżyw. Energia 173kcal, Białko 6,1g, Tłuszcze 9,1g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.5,8g, Węglowodany 15g, w tym Cukry proste 0,6g, Błonnik 0,5g, Sód 0,4g						
Dodatek dla dzieci, ZOL_u, Hospicjum, położnic i ciężar.(P)	Kisiel owoc. 150					
Wart odżyw. Energia 95kcal, Białko 0g, Tłuszcze 0g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.0g, Węglowodany 24g, w tym Cukry proste 18g, Błonnik 0g, Sód 0g						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.

SP ZOZ Olawa

JADŁOSPIS na dzień 7.09.2026r.

DIETA	ŚNIADANIE	II ŚN.	OBIAD	PODW.	KOLACJA	II KOL
PODSTAWOWA (D01) (C01) (P01)	Manna na ml 300 mleko glut psz Chleb zw.60 graham 30 glut psz żyt masło 15 mleko herbata b/c 250 ser biały krojony 80 mleko szynka got 30 soja rzodkiewka 30 roszponka 10 banan 180		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Łazanki duszone z kapustą kiszoną i wędliną 350 soja gorcz glut psz kompot wieloowocowy 250		Chleb zw. 60 chleb słon/żył 30 glut psz żyt jęcz soja masło 15 mleko herbata b/c 250 kurczak got 60 soja ogórek kisz 50 gorcz sałata lodowa 30	Sok warzyw 150 seler
Wart odżyw. Energia 2286kcal, Białko 95,4g, Tłuszcze 74,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.29,5g, Węglowodany 280,8g, w tym Cukry proste 84,3g, Błonnik 24,9g, Sód 3g						
ŁATWOSTRAWNA (D02) (C02) (P02)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 ser biały krojony 80 mleko szynka got 30 soja pomidor 80 roszponka 10 banan 180		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler mleko sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 kurczak got 60 soja pomidor 80 sałata lodowa 30	Sok warzyw 150 seler
Wart odżyw. Energia 2268kcal, Białko 112,4g, Tłuszcze 69,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.26,7g, Węglowodany 283,4g, w tym Cukry proste 90g, Błonnik 22,4g, Sód 2,8g						
ŁATWOSTRAWNA częściowo rozdrobniona (P02/1)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka 80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 ser biały krojony 80 mleko szynka got 30 soja roszponka 10	banan 180	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler mleko sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło 15 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2283kcal, Białko 110g, Tłuszcze 69,3g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.26,7g, Węglowodany 304g, w tym Cukry proste 99,6g, Błonnik 22g, Sód 2,6g						
ŁATWOSTRAWNA z ogranicz. tłuszczu (niskotłuszczowa) (D05)	Manna na ml 300 mleko glut psz Bułka psz.80 glut psz masło¾ 10 mleko herbata b/c 250 ser biały krojony 80 mleko szynka got 30 soja roszponka 10	Jabłko got 150	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler mleko sałata ziel z olejem 20 kompot wieloowocowy 250		Bułka psz.80 glut psz masło¾ 10 mleko herbata b/c 250 pomidor b/sk 100 kurczak got 60 soja	Kisiel błysk 150
Wart odżyw. Energia 2177kcal, Białko 109,4g, Tłuszcze 57,7g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.18,8g, Węglowodany 288,3g, w tym Cukry proste 84,5g, Błonnik 21g, Sód 2,6g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03/S/P/K)	Graham 60 glut psz żyt masło¾ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt ser biały krojony 80 mleko szynka got 30 soja rzodkiewka 30	Graham 30 glut psz żyt ogórek ziel 50 indyk got 30 soja	Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron razowy got. z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler mleko sałata ziel z olejem 20 kompot wieloow. b/c 250	Sok warzyw 150 seler	Graham 60 glut psz żyt masło¾ 10 herbata b/c 250 pomidor 80 kurczak got 60 soja	Graham30 glut psz żyt jajko got 50 jaja sał.lod 30
Wart odżyw. Energia 2201kcal, Białko 119,8g, Tłuszcze 85,4g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.20,5g, Węglowodany 255,7g, w tym Cukry proste 64,3g, Błonnik 27,7g, Sód 3g						
Z ogranicz. łatwo przyswajalnych węglowodanów (D03)	Graham 60 glut psz żyt masło¾ 10 mleko jabłko 150 kawa z ml b/c 250 mleko glut jęcz żyt ser biały krojony 80 mlek szynk got 30 soja rzodkiew 30		Jarzynowa 300 mleko glut psz seler Makaron razowy got z duszonym sosem mięsno- jarzynowym 200/180 glut psz seler mle sałata ziel z olejem 20 kom wieloow, b/c 250		Graham 60 glut psz żyt masło¾ 10 mleko pomidor 80 herbata b/c 250 kurczak got 60 soja	Sok warzyw 150 seler
Wart odżyw. Energia 1911kcal, Białko 102,5g, Tłuszcze 57g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.18,3g, Węglowodany 228,4g, w tym Cukry proste 61g, Błonnik 24,5g, Sód 2,7g						
PŁYNNĄ WZMOC. ZMIKS. (14)	manna na ml. zmks z żółtkiem i masłem 300 glut psz mleko jaja	Bulion mięs. 200 seler	Zupa jarzynowa zmiks z mięsem i żółtkiem 300 glut psz jaja seler mleko	Sok warzyw 150 seler	Zupa ziemniaczana zmiks. z mięsem 300 seler glut psz	Makaron na ml 200 ml gl psz
Wart odżyw. Energia 2018kcal, Białko 105,7g, Tłuszcze 92,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.35,2g, Węglowodany 140,4g, w tym Cukry proste 41,4g, Błonnik 10,1g, Sód 0,9g						
Dodatek dla ciężar. i położnic.(S)	Bułka psz 30 glut psz masło 10 mleko indyk got. 30 soja roszponka 10					
Wart odżyw. Energia 178kcal, Białko 8,6g, Tłuszcze 8,8g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.5,7g, Węglowodany 14,3g, w tym Cukry proste 0,4g, Błonnik 1,5g, Sód 0,6g						
Dodatek dla dzieci, ZOL_u, Hospicjum, położnic i ciężar.(P)	Deser z jogurtu naturalnego i galaretki 150 mleko					
Wart odżyw. Energia 97kcal, Białko 4,1g, Tłuszcze 1,5g, w tym Nasycone kw. Tłuszcz.1,1g, Węglowodany 16,5g, w tym Cukry proste 16,5g, Błonnik 0g0, Sód 0g						

Wielkości porcji wyrażone są w g lub ml.