

JADŁOSPIS DEKADOWY 28.02-8.03.2024 r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w Poniatowej

Posilek	DIETA PODSTAWOWA (1)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (2)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW (5 S,P)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW (6 S,P,K) 6 posiłków	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
28.02.2024 środa							
SNIADANIE	Ser żółty 40g (MLE) papryka +sałata 50g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor+sałata 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Ser żółty 40g (MLE) papryka +sałata 50g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt <u>IISN</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	Ser żółty 40g (MLE) papryka +sałata 50g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt <u>IISN</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor+sałata 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor+sałata 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata 250ml owoc 1szt
OBIAD	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż 200g potrawka drobiowa duszona 150g(GLU) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż 200g potrawka drobiowa duszona 150g(GLU) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż brązowy 200g potrawka drobiowa duszona 150g(GLU) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż brązowy 200g potrawka drobiowa duszona 150g(GLU) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Zupa jarzynowa z natką pietruszki czysta 400ml (SEL) ryż 200g potrawka drobiowa duszona 150g(GLU) marchew gotowana 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki czysta 400ml (SEL) ryż 200g potrawka drobiowa duszona 150g(GLU) marchew gotowana 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki czysta 400ml (SEL) ryż 200g potrawka drobiowa duszona 150g(GLU) marchew gotowana 150g (GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Poładwica wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałata 35g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Poładwica wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałata 35g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Poładwica wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałata 35g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml <u>IIK</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Poładwica wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałata 35g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml <u>IIK</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Poładwica wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałata 35g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) Herbata 250ml	Poładwica wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałata 35g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) Herbata 250ml	Poładwica wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Mus warzywno-owocowy 100g	Mus warzywno-owocowy 100g	Mus warzywno-owocowy 100g
	Wartość energetyczna 2395 kcal Białko ogółem 84.49 g Tłuszcz 83.08 g Węglowodany ogółem 343.21 g Błonnik pokarmowy 31.10 g Sód 2460.92 mg Sól 6.14 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25.10 g Glukoza 9.22 g Fruktaza 16.78 g Sacharoza 37.29 g Laktoza 19.78 g	Wartość energetyczna 2280 kcal Białko ogółem 81.13 g Tłuszcz 69.89 g Węglowodany ogółem 347.20 g Błonnik pokarmowy 29.32 g Sód 2615.72 mg Sól 6.54 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.97 g Glukoza 8.77 g Fruktaza 16.33 g Sacharoza 36.61 g Laktoza 19.73 g	Wartość energetyczna 2451 kcal Białko ogółem 89.26 g Tłuszcz 90.85 g Węglowodany ogółem 346.12 g Błonnik pokarmowy 53.31 g Sód 2947.90 mg Sól 7.35 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24.92 g Glukoza 10.35 g Fruktaza 17.98 g Sacharoza 20.56 g Laktoza 9.12 g	Wartość energetyczna 2644 kcal Białko ogółem 97.36 g Tłuszcz 98.18 g Węglowodany ogółem 371.78 g Błonnik pokarmowy 57.51 g Sód 3366.10 mg Sól 8.40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26.56 g Glukoza 10.35 g Fruktaza 17.98 g Sacharoza 21.39 g Laktoza 9.14 g	Wartość energetyczna 2268 kcal Białko ogółem 77.92 g Tłuszcz 62.97 g Węglowodany ogółem 358.07 g Błonnik pokarmowy 24.12 g Sód 2286.84 mg Sól 5.83 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.37 g Glukoza 7.82 g Fruktaza 13.67 g Sacharoza 30.07 g Laktoza 15.57 g	Wartość energetyczna 2268 kcal Białko ogółem 77.92 g Tłuszcz 62.97 g Węglowodany ogółem 358.07 g Błonnik pokarmowy 24.12 g Sód 2286.84 mg Sól 5.83 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.37 g Glukoza 7.82 g Fruktaza 13.67 g Sacharoza 30.07 g Laktoza 15.57 g	Wartość energetyczna 2205 kcal Białko ogółem 70.84 g Tłuszcz 53.80 g Węglowodany ogółem 373.68 g Błonnik pokarmowy 24.33 g Sód 2239.64 mg Sól 5.59 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10.75 g Glukoza 9.59 g Fruktaza 14.47 g Sacharoza 68.53 g Laktoza 0.09 g

Alergeny: 1-gluten 2-skorupiaki 3-jaja 4-ryby 5-orzeszki ziemne 6-ziarna soi 7- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9- seler 10-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-łubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 28.02-8.03.2024 r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w Poniatowej

Posilek	DIETA PODSTAWOWA (1)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (2)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (5 S,P)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6 S,P,K) 6 posiłków	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
29.02.2024 czwartek							
ŚNIADANIE	Pasta jajeczna z natką pietruszki 50g (JAJ, MLE) pomidor+sałata 50g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Pasta jajeczna z natką pietruszki 50g (JAJ, MLE) pomidor+sałata 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Pasta jajeczna z natką pietruszki 50g (JAJ, MLE) pomidor+sałata 50g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIŚN chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i twarogiem 30g(MLE)	Pasta jajeczna z natką pietruszki 50g (JAJ, MLE) pomidor+sałata 50g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIŚN chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i twarogiem 30g(MLE)	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+sałata 50g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g(MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+sałata 50g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g(MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata 250ml
OBIAD	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU,MLE,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pieczeń wieprzowa duszona 100g (GLU,JAJ) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU,MLE,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pieczeń wieprzowa duszona 100g (GLU,JAJ) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU,MLE,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pieczeń wieprzowa duszona 100g (GLU,JAJ) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:kisiel b/cukru 200g	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU,MLE,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pieczeń wieprzowa duszona 100g (GLU,JAJ) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:kisiel b/cukru 200g	Zupa jarzynowa z natką pietruszki czysta 400ml (GLU,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pieczeń wieprzowa duszona 100g (GLU,JAJ) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki czysta 400ml (GLU,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pieczeń wieprzowa duszona 100g (GLU,JAJ) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki czysta 400ml (GLU,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pieczeń wieprzowa duszona 100g (GLU,JAJ) marchew gotowana 150g (GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Polędwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony 50g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Polędwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałata 35g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Polędwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony 50g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml IJK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Polędwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony 50g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml IJK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Polędwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałata 35g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) Herbata 250ml	Polędwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałata 35g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) Herbata 250ml	Polędwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Ciasto drożdżowe 50g(GLU,MLE)	Ciasto drożdżowe 50g (GLU,MLE)	Wafle ryżowe 40g	Wafle ryżowe 40g	Wafle ryżowe 40g	Wafle ryżowe 40g	Wafle ryżowe 40g
	Wartość energetyczna 2398 kcal Białko ogółem 88.81 g Tłuszcz 70.03 g Węglowodany ogółem 367.70 g Błonnik pokarmowy 30.26 g Sód 2273.23 mg Sól 5.65 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.13 g Glukoza 7.75 g Fruktოza 15.56 g Sacharoza 42.38 g Laktoza 19.97 g	Wartość energetyczna 2399 kcal Białko ogółem 90.06 g Tłuszcz 69.93 g Węglowodany ogółem 366.08 g Błonnik pokarmowy 26.91 g Sód 2221.69 mg Sól 5.52 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.09 g Glukoza 7.40 g Fruktοza 15.24 g Sacharoza 37.41 g Laktoza 19.97 g	Wartość energetyczna 2328 kcal Białko ogółem 89.81 g Tłuszcz 63.57 g Węglowodany ogółem 370.44 g Błonnik pokarmowy 45.99 g Sód 2409.66 mg Sól 5.99 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.21 g Glukoza 7.77 g Fruktοza 15.55 g Sacharoza 27.10 g Laktoza 5.66 g	Wartość energetyczna 2521 kcal Białko ogółem 97.91 g Tłuszcz 70.90 g Węglowodany ogółem 396.10 g Błonnik pokarmowy 50.19 g Sód 2827.86 mg Sól 7.04 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.85 g Glukoza 7.77 g Fruktοza 15.55 g Sacharoza 27.93 g Laktoza 5.68 g	Wartość energetyczna 2471 kcal Białko ogółem 96.29 g Tłuszcz 68.42 g Węglowodany ogółem 379.48 g Błonnik pokarmowy 23.71 g Sód 2373.90 mg Sól 5.90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.84 g Glukoza 6.38 g Fruktοza 12.51 g Sacharoza 36.62 g Laktoza 19.41 g	Wartość energetyczna 2471 kcal Białko ogółem 96.29 g Tłuszcz 68.42 g Węglowodany ogółem 379.48 g Błonnik pokarmowy 23.71 g Sód 2373.90 mg Sól 5.90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.84 g Glukoza 6.38 g Fruktοza 12.51 g Sacharoza 36.62 g Laktoza 19.41 g	Wartość energetyczna 2334 kcal Białko ogółem 87.41 g Tłuszcz 59.22 g Węglowodany ogółem 376.11 g Błonnik pokarmowy 25.96 g Sód 2270.90 mg Sól 5.64 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.18 g Glukoza 6.95 g Fruktοza 13.01 g Sacharoza 37.90 g Laktoza 3.93 g

Alergeny: 1-gluten 2-skorupiaki 3-jaja 4-ryby 5-orzeszki ziemne 6-ziarna soi 7- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9- seler 10-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-łubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 28.02-8.03.2024 r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w Poniatowej

Posilek	DIETA PODSTAWOWA (1)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (2)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (5 S,P)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6 S,P,K) 6 posiłków	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
1.03.2024 piątek							
ŚNIADANIE	Marmolada 50g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) kasza kukurydziana na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Marmolada 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) kasza kukurydziana na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Ser żółty 40g (MLE) papryka+sałata 50g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z kaszą kukurydzianą 400ml owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIŚN kefir naturalny 200g (MLE)	Ser żółty 40g (MLE) papryka+sałata 50g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z kaszą kukurydzianą 400ml owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIŚN kefir naturalny 200g (MLE)	Marmolada 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Marmolada 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z kaszą kukurydzianą 400ml owoc 1szt Herbata 250ml
OBIAD	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba smażona 100g (GLU, JAJ, RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty kiszzonej, marchwi, jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g(SEL) kompot 250ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty kiszzonej, marchwi, jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:sok pomidorowy 100% 200g	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty kiszzonej, marchwi, jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:sok pomidorowy 100% 200g	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g(SEL) kompot 250ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g(SEL) kompot 250ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g(SEL) kompot 250ml
KOLACJA	Pasta z ciecierzycy 50g Pomidor 50g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Twarożek z natką 50g (MLE) Pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Pasta z ciecierzycy 50g Pomidor 50g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Pasta z ciecierzycy 50g Pomidor 50g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Twarożek z natką 50g (MLE) Pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Twarożek z natką 50g (MLE) Pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Polędwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Mus warzywno-owocowy 100g	Mus warzywno-owocowy 100g	Mus warzywno-owocowy 100g
	Wartość energetyczna 2523 kcal Białko ogółem 76.59 g Tłuszcz 74.97 g Węglowodany ogółem 403.99 g Błonnik pokarmowy 36.21 g Sód 1831.37 mg Sól 4.55 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.92 g Glukoza 6.51 g Fruktoza 13.24 g Sacharoza 39.90 g Laktoza 33.71 g	Wartość energetyczna 2480 kcal Białko ogółem 80.23 g Tłuszcz 78.40 g Węglowodany ogółem 381.10 g Błonnik pokarmowy 31.18 g Sód 1874.03 mg Sól 4.66 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.07 g Glukoza 7.18 g Fruktoza 13.09 g Sacharoza 36.30 g Laktoza 35.11 g	Wartość energetyczna 2183 kcal Białko ogółem 72.84 g Tłuszcz 78.13 g Węglowodany ogółem 322.57 g Błonnik pokarmowy 50.01 g Sód 2685.80 mg Sól 6.68 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.35 g Glukoza 9.67 g Fruktoza 17.12 g Sacharoza 17.60 g Laktoza 6.83 g	Wartość energetyczna 2376 kcal Białko ogółem 80.94 g Tłuszcz 85.46 g Węglowodany ogółem 348.23 g Błonnik pokarmowy 54.21 g Sód 3104.00 mg Sól 7.73 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.99 g Glukoza 9.67 g Fruktoza 17.12 g Sacharoza 18.43 g Laktoza 6.85 g	Wartość energetyczna 2473 kcal Białko ogółem 81.55 g Tłuszcz 59.25 g Węglowodany ogółem 418.83 g Błonnik pokarmowy 24.65 g Sód 1828.95 mg Sól 4.55 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.05 g Glukoza 8.43 g Fruktoza 13.42 g Sacharoza 71.40 g Laktoza 34.82 g	Wartość energetyczna 2473 kcal Białko ogółem 81.55 g Tłuszcz 59.25 g Węglowodany ogółem 418.83 g Błonnik pokarmowy 24.65 g Sód 1828.95 mg Sól 4.55 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.05 g Glukoza 8.43 g Fruktoza 13.42 g Sacharoza 71.40 g Laktoza 34.82 g	Wartość energetyczna 2088 kcal Białko ogółem 68.01 g Tłuszcz 50.58 g Węglowodany ogółem 356.58 g Błonnik pokarmowy 26.29 g Sód 2142.52 mg Sól 5.35 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 8.44 g Glukoza 8.98 g Fruktoza 13.92 g Sacharoza 65.69 g Laktoza 0.09 g

Alergeny: 1-gluten 2-skorupiaki 3-jaja 4-ryby 5-orzeszki ziemne 6-ziarna soi 7- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9- seler 10-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-łubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietyki

JADŁOSPIS DEKADOWY 28.02-8.03.2024 r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w Poniatowej

Posilek	DIETA PODSTAWOWA (1)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (2)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (5 S,P)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6 S,P,K) 6 posiłków	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
2.03.2024 sobota							
ŚNIADANIE	Polędwica drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży +sałata 50g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Polędwica drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor +sałata 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Polędwica drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży +sałata 50g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIŚN chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	Polędwica drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży +sałata 50g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIŚN chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	Polędwica drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor +sałata 50g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g(MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Polędwica drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor +sałata 50g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g(MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Polędwica drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata 250ml
OBIAD	Zupa fasolowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) kasza gryczana 200g sos pieczarkowy 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) kasza jęczmienna 200g(1) gulasz wieprzowy duszony 150g(GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml	Zupa fasolowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) kasza gryczana 200g sos pieczarkowy 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: jabłko 1szt	Zupa fasolowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) kasza gryczana 200g sos pieczarkowy 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: jabłko 1szt	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koprem 200g gulasz wieprzowy duszony 150g(GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koprem 200g gulasz wieprzowy duszony 150g(GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koprem 200g gulasz wieprzowy duszony 150g(GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml
KOLACJA	Paszтет wieprzowy 50g (GLU,SEL) ćwikła 50g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Paszтет wieprzowy 50g (GLU,SEL) ćwikła 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ćwikła 50g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ćwikła 50g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną wieprzową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałata 35g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałata 35g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	jogurt naturalny 1szt(MLE)	jogurt naturalny 1szt(MLE)	jogurt naturalny 1szt(MLE)	jogurt naturalny 1szt(MLE)	jogurt naturalny 1szt(MLE)	jogurt naturalny 1szt(MLE)	Mus warzywno-owocowy 100g
	Wartość energetyczna 2172 kcal Białko ogółem 76.24 g Tuszczyz 65.89 g Węglowodany ogółem 333.78 g Błonnik pokarmowy 30.76 g Sód 1912.06 mg Sól 4.79 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.19 g Glukoza 7.15 g Fruktoza 13.17 g Sacharoza 33.47 g Laktoza 20.37 g	Wartość energetyczna 2235 kcal Białko ogółem 86.51 g Tuszczyz 66.81 g Węglowodany ogółem 335.59 g Błonnik pokarmowy 26.40 g Sód 2351.71 mg Sól 5.87 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.00 g Glukoza 7.82 g Fruktoza 13.72 g Sacharoza 33.06 g Laktoza 22.29 g	Wartość energetyczna 2060 kcal Białko ogółem 71.52 g Tuszczyz 68.21 g Węglowodany ogółem 335.95 g Błonnik pokarmowy 47.20 g Sód 2321.25 mg Sól 5.80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.54 g Glukoza 10.23 g Fruktoza 21.27 g Sacharoza 18.75 g Laktoza 4.91 g	Wartość energetyczna 2253 kcal Białko ogółem 79.62 g Tuszczyz 65.54 g Węglowodany ogółem 361.61 g Błonnik pokarmowy 51.40 g Sód 2739.45 mg Sól 6.85 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.18 g Glukoza 10.23 g Fruktoza 21.27 g Sacharoza 19.58 g Laktoza 4.93 g	Wartość energetyczna 2184 kcal Białko ogółem 86.55 g Tuszczyz 59.95 g Węglowodany ogółem 337.55 g Błonnik pokarmowy 22.38 g Sód 2427.26 mg Sól 6.06 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.61 g Glukoza 7.27 g Fruktoza 13.22 g Sacharoza 32.05 g Laktoza 20.35 g	Wartość energetyczna 2184 kcal Białko ogółem 86.55 g Tuszczyz 59.95 g Węglowodany ogółem 337.55 g Błonnik pokarmowy 22.38 g Sód 2427.26 mg Sól 6.06 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.61 g Glukoza 7.27 g Fruktoza 13.22 g Sacharoza 32.05 g Laktoza 20.35 g	Wartość energetyczna 2141 kcal Białko ogółem 74.19 g Tuszczyz 47.92 g Węglowodany ogółem 367.92 g Błonnik pokarmowy 25.82 g Sód 2285.36 mg Sól 5.69 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10.16 g Glukoza 9.04 g Fruktoza 14.02 g Sacharoza 69.01 g Laktoza 0.07 g

Alergeny: 1-gluten 2-skorupiaki 3-jaja 4-ryby 5-orzeszki ziemne 6-ziarna soi 7- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9- seler 10-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-łubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 28.02-8.03.2024 r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w Poniatowej

Posilek	DIETA PODSTAWOWA (1)	DIETA LATWOSTRAWNA (2)	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (5 S,P)	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6 S,P,K) 6 posiłków	DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
3.03.2024 niedziela							
SNIADANIE	Szynka wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka+sałata 50g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+sałata 50g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka+sałata 50g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIŚN chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i twarogiem 30g(MLE)	Szynka wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka+sałata 50g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIŚN chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i twarogiem 30g(MLE)	Szynka wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+sałata 50g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+sałata 50g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml owoc 1szt herbata 300 ml +cukier 10g
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem z natką pietruszki (GLU, MLE,SEL) kotlet schabowy smażony 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem z natką pietruszki (GLU, MLE,SEL) bitka schabowa 90g w sosie własnym 100g (GLU) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem z natką pietruszki (GLU, MLE,SEL) bitka schabowa duszona 90g w sosie własnym 100g (GLU) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: kefir naturalny 200g(MLE)	Zupa pomidorowa z makaronem z natką pietruszki (GLU, MLE,SEL) bitka schabowa duszona 90g w sosie własnym 100g (GLU) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: kefir naturalny 200g(MLE)	Zupa zacierka z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) bitka schabowa duszona 90g w sosie własnym 100g (GLU) ziemniaki z koprem 200g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa zacierka z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) bitka schabowa duszona 90g w sosie własnym 100g (GLU) ziemniaki z koprem 200g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa zacierka z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) pulpet wieprzowy 100g(GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Jaja 1szt (JAJ) Sos tatarski 20g(MLE) pomidor 50g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Jaja 1szt (JAJ) Sos tatarski 20g(MLE) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Jaja 1szt (JAJ) pomidor 50g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Jaja 1szt (JAJ) pomidor 50g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka drobiowa. 50g((GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)) pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) pomidor 50g Herbata 250ml	Szynka drobiowa. 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) pomidor 50g Herbata 250ml	Szynka drobiowa. 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Jogurt owocowy 1szt (MLE)	Jogurt owocowy 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt owocowy 1szt (MLE)	Jogurt owocowy 1szt (MLE)	Mus warzywno-owocowy 100g
	Wartość energetyczna 2140 kcal Białko ogółem 89.37 g Tuszczyz 65.18 g Węglowodany ogółem 312.49 g Błonnik pokarmowy 26.70 g Sód 2803.02 mg Sól 7.02 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.80 g Glukoza 7.70 g Fruktoza 14.69 g Sacharoza 29.13 g Laktoza 24.21 g	Wartość energetyczna 2047 kcal Białko ogółem 89.16 g Tuszczyz 57.46 g Węglowodany ogółem 304.96 g Błonnik pokarmowy 21.25 g Sód 2150.42 mg Sól 5.24 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.17 g Glukoza 7.74 g Fruktoza 14.74 g Sacharoza 30.09 g Laktoza 24.21 g	Wartość energetyczna 1938 kcal Białko ogółem 92.44 g Tuszczyz 57.52 g Węglowodany ogółem 282.74 g Błonnik pokarmowy 39.38 g Sód 2824.73 mg Sól 6.91 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.16 g Glukoza 8.72 g Fruktoza 15.64 g Sacharoza 15.09 g Laktoza 18.50 g	Wartość energetyczna 2131 kcal Białko ogółem 100.54 g Tuszczyz 64.85 g Węglowodany ogółem 308.40 g Błonnik pokarmowy 43.58 g Sód 3242.93 mg Sól 7.96 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.80 g Glukoza 8.72 g Fruktoza 15.64 g Sacharoza 15.92 g Laktoza 18.52 g	Wartość energetyczna 2256 kcal Białko ogółem 94.32 g Tuszczyz 58.92 g Węglowodany ogółem 348.83 g Błonnik pokarmowy 19.81 g Sód 2342.34 mg Sól 5.73 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.97 g Glukoza 4.69 g Fruktoza 10.80 g Sacharoza 39.86 g Laktoza 20.34 g	Wartość energetyczna 2256 kcal Białko ogółem 94.32 g Tuszczyz 58.92 g Węglowodany ogółem 348.83 g Błonnik pokarmowy 19.81 g Sód 2342.34 mg Sól 5.73 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.97 g Glukoza 4.69 g Fruktoza 10.80 g Sacharoza 39.86 g Laktoza 20.34 g	Wartość energetyczna 2279 kcal Białko ogółem 81.79 g Tuszczyz 54.01 g Węglowodany ogółem 379.45 g Błonnik pokarmowy 22.21 g Sód 2201.54 mg Sól 5.37 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.83 g Glukoza 6.46 g Fruktoza 11.60 g Sacharoza 76.58 g Laktoza 0.12 g

Alergeny: 1-gluten 2-skorupiaki 3-jaja 4-ryby 5-orzeszki ziemne 6-ziarna soi 7- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9- seler 10-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-lubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 28.02-8.03.2024 r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w Poniatowej

Posilek	DIETA PODSTAWOWA (1)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (2)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (5 S,S,P)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6 S,P,K) 6 posiłków	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
4.03.2024 poniedziałek							
ŚNIADANIE	Szynka drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałatka szwedzka +sałata 50g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+sałata 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałatka szwedzka +sałata 50g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kasza jaglana 400ml owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIŚN chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	Szynka drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałatka szwedzka +sałata 50g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kasza jaglana 400ml owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIŚN chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	Szynka drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+sałata 50g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+sałata 50g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kasza jaglana 400ml owoc 1szt Herbata 250ml
OBIAD	Zupa brokułowa z natka pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kopytka gotowane 300g(GLU, JAJ) Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 150g(MLE) kompot 250ml	Zupa brokułowa z natka pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kopytka gotowane 300g(GLU, JAJ) Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 150g(MLE) kompot 250ml	Zupa brokułowa z natka pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kopytka gotowane 300g(GLU, JAJ) Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 150g(MLE) kompot b/cukru 250ml podwieczorek: sok pomidorowy 100% 200g	Zupa brokułowa z natka pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kopytka gotowane 300g(GLU, JAJ) Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 150g(MLE) kompot b/cukru 250ml podwieczorek: sok pomidorowy 100% 200g	Zupa ziemniaczana z natka pietruszki 400ml (SEL) kopytka gotowane 300g(GLU, JAJ) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natka pietruszki 400ml (SEL) kopytka gotowane 300g(GLU, JAJ) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natka pietruszki 400ml (SEL) kopytka gotowane 300g(GLU, JAJ) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Szynka wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ćwikła 50g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ćwikła 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ćwikła 50g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Szynka wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ćwikła 50g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałata 35g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałata 35g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany naturalny 1szt (MLE)	Serek homogenizowany naturalny 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Mus warzywno-owocowy 100g
	Wartość energetyczna 2200 kcal Białko ogółem 83.98 g Tłuszcz 53.99 g Węglowodany ogółem 354.45 g Błonnik pokarmowy 27.04 g Sód 3880.56 mg Sól 4.63 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.25 g Glukoza 9.31 g Frukttoza 17.99 g Sacharoza 34.47 g Laktoza 20.12 g	Wartość energetyczna 2182 kcal Białko ogółem 84.70 g Tłuszcz 53.64 g Węglowodany ogółem 348.71 g Błonnik pokarmowy 22.28 g Sód 3849.34 mg Sól 4.56 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.16 g Glukoza 7.70 g Frukttoza 15.22 g Sacharoza 30.74 g Laktoza 20.12 g	Wartość energetyczna 2184 kcal Białko ogółem 82.28 g Tłuszcz 56.37 g Węglowodany ogółem 355.81 g Błonnik pokarmowy 45.38 g Sód 4537.05 mg Sól 6.28 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.51 g Glukoza 11.73 g Frukttoza 20.07 g Sacharoza 16.31 g Laktoza 4.66 g	Wartość energetyczna 2377 kcal Białko ogółem 90.38 g Tłuszcz 63.70 g Węglowodany ogółem 381.47 g Błonnik pokarmowy 49.58 g Sód 4955.25 mg Sól 7.33 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.15 g Glukoza 11.73 g Frukttoza 20.07 g Sacharoza 17.14 g Laktoza 4.68 g	Wartość energetyczna 2275 kcal Białko ogółem 82.64 g Tłuszcz 60.26 g Węglowodany ogółem 358.98 g Błonnik pokarmowy 19.90 g Sód 3815.44 mg Sól 4.48 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.07 g Glukoza 7.81 g Frukttoza 13.87 g Sacharoza 29.41 g Laktoza 17.57 g	Wartość energetyczna 2275 kcal Białko ogółem 82.64 g Tłuszcz 60.26 g Węglowodany ogółem 358.98 g Błonnik pokarmowy 19.90 g Sód 3815.44 mg Sól 4.48 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.07 g Glukoza 7.81 g Frukttoza 13.87 g Sacharoza 29.41 g Laktoza 17.57 g	Wartość energetyczna 2208 kcal Białko ogółem 68.93 g Tłuszcz 44.17 g Węglowodany ogółem 393.77 g Błonnik pokarmowy 23.33 g Sód 3721.34 mg Sól 4.36 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7.86 g Glukoza 9.58 g Frukttoza 14.67 g Sacharoza 67.88 g Laktoza 0.09 g

Alergeny: 1-gluten 2-skorupiaki 3-jaja 4-ryby 5-orzeszki ziemne 6-ziarna soi 7- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9- seler 10-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-łubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 28.02-8.03.2024 r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w Poniatowej

Posilek	DIETA PODSTAWOWA (1)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (2)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (5 S,P)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6 S,P,K) 6 posiłków	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
5.03.2024 wtorek							
SNIADANIE	Twarożek z natką 50g (MLE) ogórek świeży +sałata 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Twarożek z natką 50g (MLE) pomidor+sałata 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Twarożek z natką 50g (MLE) ogórek świeży +sałata 50g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt <u>IISN</u> kefir naturalny 200g(MLE)	Twarożek z natką 50g (MLE) ogórek świeży +sałata 50g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt <u>IISN</u> kefir naturalny 200g(MLE)	Twarożek z natką 50g (MLE) pomidor+sałata 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Twarożek z natką 50g (MLE) pomidor+sałata 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Połędwica wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata 250ml owoc 1szt
OBIAD	Żurek z majerankiem 400ml (GLU, MLE, SEL) stek wieprzowy z cebulą smażony 100g (GLU) ziemniaki z koperkiem 200g buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) klopsik wieprzowy pieczony 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Żurek z majerankiem 400ml (GLU, MLE, SEL) klopsik wieprzowy pieczony 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g sałatka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:owoc 1szt	Żurek z majerankiem 400ml (GLU, MLE, SEL) klopsik wieprzowy pieczony 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g sałatka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:owoc 1szt	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) klopsik wieprzowy pieczony 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) klopsik wieprzowy pieczony 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) klopsik wieprzowy pieczony 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g szpinak gotowany 150g kompot 250ml
KOLACJA	paprykarz rybny 50g (RYB) pomidor 50g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	paprykarz rybny 50g (RYB) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	paprykarz rybny 50g (RYB) pomidor 50g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	paprykarz rybny 50g (RYB) pomidor 50g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml <u>IIK</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną wieprzową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) pomidor 50g Herbata 250ml	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) pomidor 50g Herbata 250ml	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Jogurt owocowy 1szt (MLE)	Jogurt owocowy 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Mus warzywno-owocowy 100g
	Wartość energetyczna 2316 kcal Białko ogółem 85.21 g Tłuszcz 74.25 g Węglowodany ogółem 339.81 g Błonnik pokarmowy 26.86 g Sód 1787.08 mg Sól 4.49 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.90 g Glukoza 5.22 g Fruktoza 11.33 g Sacharoza 42.13 g Laktoza 24.21 g	Wartość energetyczna 2371 kcal Białko ogółem 87.63 g Tłuszcz 74.85 g Węglowodany ogółem 349.12 g Błonnik pokarmowy 23.83 g Sód 1788.23 mg Sól 4.49 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.02 g Glukoza 4.88 g Fruktoza 11.03 g Sacharoza 40.77 g Laktoza 24.21 g	Wartość energetyczna 2004 kcal Białko ogółem 76.52 g Tłuszcz 61.92 g Węglowodany ogółem 304.31 g Błonnik pokarmowy 38.93 g Sód 1853.22 mg Sól 4.63 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.42 g Glukoza 8.05 g Fruktoza 15.53 g Sacharoza 28.47 g Laktoza 13.53 g	Wartość energetyczna 2197 kcal Białko ogółem 84.62 g Tłuszcz 69.25 g Węglowodany ogółem 329.97 g Błonnik pokarmowy 43.13 g Sód 2271.42 mg Sól 5.68 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.06 g Glukoza 8.05 g Fruktoza 15.53 g Sacharoza 29.30 g Laktoza 13.55 g	Wartość energetyczna 2285 kcal Białko ogółem 89.76 g Tłuszcz 67.66 g Węglowodany ogółem 341.41 g Błonnik pokarmowy 20.60 g Sód 2334.04 mg Sól 5.85 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.06 g Glukoza 5.15 g Fruktoza 11.37 g Sacharoza 37.64 g Laktoza 20.34 g	Wartość energetyczna 2285 kcal Białko ogółem 89.76 g Tłuszcz 67.66 g Węglowodany ogółem 341.41 g Błonnik pokarmowy 20.60 g Sód 2334.04 mg Sól 5.85 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.06 g Glukoza 5.15 g Fruktoza 11.37 g Sacharoza 37.64 g Laktoza 20.34 g	Wartość energetyczna 2103 kcal Białko ogółem 75.90 g Tłuszcz 55.21 g Węglowodany ogółem 338.14 g Błonnik pokarmowy 21.03 g Sód 1969.33 mg Sól 4.91 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.03 g Glukoza 7.07 g Fruktoza 12.32 g Sacharoza 64.86 g Laktoza 0.09 g

Alergeny: 1-gluten 2-skorupiaki 3-jaja 4-ryby 5-orzeszki ziemne 6-ziarna soi 7- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9- seler 10-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-lubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 28.02-8.03.2024 r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w Poniatowej

Posilek	DIETA PODSTAWOWA (1)	DIETA LATWOSTRAWNA (2)	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (5 S,P)	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6 S,P,K) 6 posiłków	DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
6.03.2024 środa							
SNIADANIE	wędlina drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) ćwikła+sałata 50g owoc 1szt Herbata 250ml	wędlina drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) ćwikła+sałata 50g owoc 1szt Herbata 250ml	wędlina drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (GLU) ćwikła+sałata 50g owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g (JAJ)	wędlina drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (GLU) ćwikła+sałata 50g owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	wędlina drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt pomidor+sałata 50g Herbata 250ml	wędlina drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) pomidor+sałata 50g owoc 1szt Herbata 250ml	wędlina drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata 250ml
OBIAD	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron z serem twarogowym 300g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) jabłko 1szt kompot 250ml	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron z serem twarogowym 300g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) jabłko 1szt kompot 250ml	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron razowy z serem twarogowym 300g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) jabłko 1szt kompot b/cukru 250ml podwieczerek: sok pomidorowy 100% 200g	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron razowy z serem twarogowym 300g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) jabłko 1szt kompot b/cukru 250ml podwieczerek: sok pomidorowy 100% 200g	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE) makaron z serem twarogowym 300g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) jabłko 1szt kompot 250ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE) makaron z serem twarogowym 300g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) jabłko 1szt kompot 250ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE) makaron z mięsem i warzywami 300g(GLU, SEL) sos koperkowy 50g(GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g(GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Pasztet wieprzowy 50g(GLU,SEL) pomidor 50g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Pasztet wieprzowy 50g(GLU,SEL) pomidor 50g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Szynka wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Mus warzywno-owocowy 100g	Mus warzywno-owocowy 100g	Mus warzywno-owocowy 100g
	Wartość energetyczna 2336 kcal Białko ogółem 91.16 g Tłuszcz 71.92 g Węglowodany ogółem 344.44 g Błonnik pokarmowy 25.78 g Sód 2005.41 mg Sól 5.01 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21.03 g Glukoza 5.65 g Fruktoza 11.78 g Sacharoza 43.99 g Laktoza 26.17 g	Wartość energetyczna 2345 kcal Białko ogółem 92.40 g Tłuszcz 69.66 g Węglowodany ogółem 351.26 g Błonnik pokarmowy 25.36 g Sód 1915.64 mg Sól 4.79 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21.03 g Glukoza 5.70 g Fruktoza 11.83 g Sacharoza 47.02 g Laktoza 22.30 g	Wartość energetyczna 2131 kcal Białko ogółem 89.40 g Tłuszcz 57.30 g Węglowodany ogółem 338.90 g Błonnik pokarmowy 51.68 g Sód 3164.60 mg Sól 7.88 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.23 g Glukoza 8.38 g Fruktoza 15.03 g Sacharoza 26.14 g Laktoza 10.67 g	Wartość energetyczna 2324 kcal Białko ogółem 97.50 g Tłuszcz 64.63 g Węglowodany ogółem 364.56 g Błonnik pokarmowy 55.88 g Sód 3582.80 mg Sól 8.93 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.87 g Glukoza 8.38 g Fruktoza 15.03 g Sacharoza 26.97 g Laktoza 10.69 g	Wartość energetyczna 2419 kcal Białko ogółem 101.31 g Tłuszcz 55.73 g Węglowodany ogółem 389.18 g Błonnik pokarmowy 17.38 g Sód 1986.16 mg Sól 4.95 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.42 g Glukoza 6.61 g Fruktoza 12.07 g Sacharoza 75.86 g Laktoza 39.83 g	Wartość energetyczna 2419 kcal Białko ogółem 101.31 g Tłuszcz 55.73 g Węglowodany ogółem 389.18 g Błonnik pokarmowy 17.38 g Sód 1986.16 mg Sól 4.95 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.42 g Glukoza 6.61 g Fruktoza 12.07 g Sacharoza 75.86 g Laktoza 39.83 g	Wartość energetyczna 2167 kcal Białko ogółem 78.45 g Tłuszcz 49.17 g Węglowodany ogółem 369.23 g Błonnik pokarmowy 27.06 g Sód 1789.40 mg Sól 4.44 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10.24 g Glukoza 9.96 g Fruktoza 15.05 g Sacharoza 69.58 g Laktoza 0.07 g

Alergeny: 1-gluten 2-skorupiaki 3-jaja 4-ryby 5-orzeszki ziemne 6-ziarna soi 7- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9- seler 10-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-łubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 28.02-8.03.2024 r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w Poniatowej

Posilek	DIETA PODSTAWOWA (1)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (2)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (5 S,P)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6 S,P,K) 6 posiłków	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
7.03.2024 czwartek							
SNIADANIE	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony +sałata 50g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+sałata 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony +sałata 50g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIŚN chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i twarogiem 30g(MLE)	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony +sałata 50g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIŚN chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i twarogiem 30g(MLE)	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+sałata 50g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g(MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+sałata 50g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g(MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata 250ml
OBIAD	zupa koperkowa zabieleną 400ml (GLU, MLE, SEL) fasolka po bretońsku duszona 300g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb pszenny 70g (GLU) owoc 1szt kompot 250ml	zupa koperkowa czysta 400ml (GLU, SEL) ryż 200g Pulpet drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos z natką pietruszki 100g (GLU) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	zupa koperkowa zabieleną 400ml (GLU, MLE, SEL) fasolka po bretońsku duszona 300g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb razowy 70g (GLU) owoc 1szt kompot b/cukru 250ml podwieczorek:kisiel b/cukru 200g	zupa koperkowa zabieleną 400ml (GLU, MLE, SEL) fasolka po bretońsku duszona 300g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb razowy 70g (GLU) owoc 1szt kompot b/cukru 250ml podwieczorek:kisiel b/cukru 200g	zupa koperkowa czysta 400ml (GLU, SEL) ryż 200g Pulpet drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos z natką pietruszki 100g (GLU) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	zupa koperkowa czysta 400ml (GLU, SEL) ryż 200g Pulpet drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos z natką pietruszki 100g (GLU) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	zupa koperkowa czysta 400ml (GLU, SEL) ryż 200g Pulpet drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos z natką pietruszki 100g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g(MLE) kompot 250ml
KOLACJA	Pasta z jaj z natką pietruszki 50g(JAJ, MLE) pomidor 50g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Pasta z jaj z natką pietruszki 50g(JAJ, MLE) pomidor 50g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)g	Pasta z jaj z natką pietruszki 50g(JAJ, MLE) pomidor 50g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Pasta z jaj z natką pietruszki 50g(JAJ, MLE) pomidor 50g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną wieprzową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) pomidor 50g kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) pomidor 50g kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) pomidor b/skóry 50g Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Ciasto drożdżowe 50g (GLU, MLE)	Ciasto drożdżowe 50g (GLU, MLE)	Pieczywo chrupkie 40g (GLU)	Pieczywo chrupkie 40g (GLU)	Pieczywo chrupkie 40g (GLU)	Pieczywo chrupkie 40g (GLU)	Pieczywo chrupkie 40g (GLU)
	Wartość energetyczna 2387 kcal Białko ogółem 91.21 g Tłuszcz 59.62 g Węglowodany ogółem 387.84 g Błonnik pokarmowy 34.64 g Sód 2415.19 mg Sól 6.01 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.32 g Glukoza 9.63 g Fruktოza 21.20 g Sacharoza 42.44 g Laktoza 33.95 g	Wartość energetyczna 2592 kcal Białko ogółem 97.59 g Tłuszcz 70.71 g Węglowodany ogółem 403.02 g Błonnik pokarmowy 23.75 g Sód 2332.84 mg Sól 5.64 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.55 g Glukoza 5.23 g Fruktοza 11.38 g Sacharoza 43.63 g Laktoza 33.95 g	Wartość energetyczna 2157 kcal Białko ogółem 80.47 g Tłuszcz 57.52 g Węglowodany ogółem 353.46 g Błonnik pokarmowy 50.53 g Sód 2406.90 mg Sól 5.97 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.65 g Glukoza 6.71 g Fruktοza 13.10 g Sacharoza 21.24 g Laktoza 1.79 g	Wartość energetyczna 2350 kcal Białko ogółem 88.57 g Tłuszcz 64.85 g Węglowodany ogółem 379.12 g Błonnik pokarmowy 54.73 g Sód 2825.10 mg Sól 7.02 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.29 g Glukoza 6.71 g Fruktοza 13.10 g Sacharoza 22.07 g Laktoza 1.81 g	Wartość energetyczna 2397 kcal Białko ogółem 88.87 g Tłuszcz 62.50 g Węglowodany ogółem 379.50 g Błonnik pokarmowy 18.75 g Sód 2305.79 mg Sól 5.60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.41 g Glukoza 5.15 g Fruktοza 11.37 g Sacharoza 35.67 g Laktoza 15.54 g	Wartość energetyczna 2397 kcal Białko ogółem 88.87 g Tłuszcz 62.50 g Węglowodany ogółem 379.50 g Błonnik pokarmowy 18.75 g Sód 2305.79 mg Sól 5.60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.41 g Glukoza 5.15 g Fruktοza 11.37 g Sacharoza 35.67 g Laktoza 15.54 g	Wartość energetyczna 2215 kcal Białko ogółem 81.53 g Tłuszcz 47.92 g Węglowodany ogółem 376.07 g Błonnik pokarmowy 22.59 g Sód 2195.70 mg Sól 5.29 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10.10 g Glukoza 7.33 g Fruktοza 13.23 g Sacharoza 28.59 g Laktoza 0.07 g

Alergeny: 1-gluten 2-skorupiaki 3-jaja 4-ryby 5-orzeszki ziemne 6-ziarna soi 7- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9- seler 10-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-łubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 28.02-8.03.2024 r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w Poniatowej

Posilek	DIETA PODSTAWOWA (1)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (2)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (5 S,P)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6 S,P,K) 6 posiłków	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
8.03.2024 piątek							
SNIADANIE	Pasta z ciecierzycy 50g sałata+pomidor 50g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) ryż na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Marmolada 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) ryż na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Pasta z ciecierzycy 50g sałata+pomidor 50g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IISN kefir naturalny 200g (MLE)	Pasta z ciecierzycy 50g sałata+pomidor 50g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IISN kefir naturalny 200g (MLE)	Marmolada 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) ryż na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Marmolada 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) ryż na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml owoc 1szt Herbata 250ml
OBIAD	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryba smażona 100g (GLU, JAJ, RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty białej, marchwi, jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki w warzyw gotowanych 150g(SEL) kompot 250ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty białej, marchwi, jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: owoc 1szt	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty białej, marchwi, jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: owoc 1szt	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki w warzyw gotowanych 150g(SEL) kompot 250ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki w warzyw gotowanych 150g(SEL) kompot 250ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki w warzyw gotowanych 150g(SEL) kompot 250ml
KOLACJA	Twarożek z natką 50g (MLE) papryka 50g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Twarożek z natką 50g (MLE) Pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Twarożek z natką 50g (MLE) papryka 50g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Twarożek z natką 50g (MLE) papryka 50g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Twarożek z natką 50g (MLE) Pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) Herbata 250ml	Twarożek z natką 50g (MLE) Pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) Herbata 250ml	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Mus warzywno-owocowy 100g	Mus warzywno-owocowy 100g	Mus warzywno-owocowy 100g
	Wartość energetyczna 2218 kcal Białko ogółem 72.50 g Tłuszcz 70.32 g Węglowodany ogółem 342.41 g Błonnik pokarmowy 36.58 g Sód 1437.13 mg Sól 3.57 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.61 g Glukoza 8.67 g Fruktoza 15.25 g Sacharoza 30.36 g Laktoza 17.26 g	Wartość energetyczna 2237 kcal Białko ogółem 67.18 g Tłuszcz 66.72 g Węglowodany ogółem 357.40 g Błonnik pokarmowy 27.30 g Sód 1749.63 mg Sól 4.36 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.61 g Glukoza 7.98 g Fruktoza 13.78 g Sacharoza 30.50 g Laktoza 17.29 g	Wartość energetyczna 2043 kcal Białko ogółem 66.60 g Tłuszcz 64.86 g Węglowodany ogółem 324.01 g Błonnik pokarmowy 50.91 g Sód 2028.21 mg Sól 5.03 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10.14 g Glukoza 10.49 g Fruktoza 22.42 g Sacharoza 20.83 g Laktoza 8.18 g	Wartość energetyczna 2236 kcal Białko ogółem 74.70 g Tłuszcz 72.19 g Węglowodany ogółem 349.67 g Błonnik pokarmowy 55.11 g Sód 2446.41 mg Sól 6.08 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11.78 g Glukoza 10.49 g Fruktoza 22.42 g Sacharoza 21.66 g Laktoza 8.20 g	Wartość energetyczna 2232 kcal Białko ogółem 65.06 g Tłuszcz 70.42 g Węglowodany ogółem 349.80 g Błonnik pokarmowy 25.64 g Sód 1579.43 mg Sól 3.93 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.16 g Glukoza 6.43 g Fruktoza 12.43 g Sacharoza 27.99 g Laktoza 16.94 g	Wartość energetyczna 2232 kcal Białko ogółem 65.06 g Tłuszcz 70.42 g Węglowodany ogółem 349.80 g Błonnik pokarmowy 25.64 g Sód 1579.43 mg Sól 3.93 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.16 g Glukoza 6.43 g Fruktoza 12.43 g Sacharoza 27.99 g Laktoza 16.94 g	Wartość energetyczna 2017 kcal Białko ogółem 64.32 g Tłuszcz 62.16 g Węglowodany ogółem 316.38 g Błonnik pokarmowy 28.45 g Sód 2065.22 mg Sól 5.15 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7.77 g Glukoza 6.98 g Fruktoza 12.93 g Sacharoza 29.27 g Laktoza 0.06 g

Alergeny: 1-gluten 2-skorupiaki 3-jaja 4-ryby 5-orzeszki ziemne 6-ziarna soi 7- mleko i produkty mleczne 8- orzechy z drzew orzechowych 9- seler 10-gorczyca 11-sezam 12-dwutlenek siarki 13-lubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk