

JADŁOSPIS DEKADOWY 29.03-7.04.2024 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)
29.03.2024 piątek							
SNIADANIE	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) ogórek świeży +sałata 100g 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) ogórek świeży +sałata 100g 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) masło ekstra 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	Zupa kalafiorowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryba smażona 100g (GLU, JAJ, RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty kiszzonej, marchwi, jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa kalafiorowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g(SEL) kompot 250ml	Zupa kalafiorowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty kiszzonej, marchwi, jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: owoc 1szt	Zupa kalafiorowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty kiszzonej, marchwi, jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: owoc 1szt	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 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Twarożek z natką 50g (MLE) Pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Pasta z ciecierzycy 50g Pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Pasta z ciecierzycy 50g Pomidor 100g 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 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Twarożek z natką 50g (MLE) Pomidor 100g 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 150g	Mus warzywno-owocowy 150g	Mus warzywno-owocowy 150g
	Wartość energetyczna 2561 kcal Białko ogółem 81.01 g Tłuszcz 77.82 g Węglowodany ogółem 403.53 g Błonnik pokarmowy 38.34 g Sód 1885.57 mg Sól 4.68 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.42 g Glukoza 7.55 g Fruktoza 14.40 g Sacharoza 40.18 g Laktoza 37.58 g	Wartość energetyczna 2533 kcal Białko ogółem 87.18 g Tłuszcz 81.09 g Węglowodany ogółem 381.25 g Błonnik pokarmowy 29.45 g Sód 1880.14 mg Sól 4.67 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.60 g Glukoza 8.34 g Fruktoza 14.34 g Sacharoza 35.49 g Laktoza 39.45 g	Wartość energetyczna 2253 kcal Białko ogółem 75.42 g Tłuszcz 80.16 g Węglowodany ogółem 334.41 g Błonnik pokarmowy 54.00 g Sód 2344.25 mg Sól 5.82 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.16 g Glukoza 12.82 g Fruktoza 25.30 g Sacharoza 21.19 g Laktoza 8.77 g	Wartość energetyczna 2446 kcal Białko ogółem 83.52 g Tłuszcz 87.49 g Węglowodany ogółem 360.07 g Błonnik pokarmowy 58.20 g Sód 2762.45 mg Sól 6.87 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.80 g Glukoza 12.82 g Fruktoza 25.30 g Sacharoza 22.02 g Laktoza 8.79 g	Wartość energetyczna 2580 kcal Białko ogółem 84.82 g Tłuszcz 70.67 g Węglowodany ogółem 417.04 g Błonnik pokarmowy 26.05 g Sód 1795.61 mg Sól 4.46 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.48 g Glukoza 8.24 g Fruktoza 13.48 g Sacharoza 67.41 g Laktoza 35.26 g	Wartość energetyczna 2580 kcal Białko ogółem 84.82 g Tłuszcz 70.67 g Węglowodany ogółem 417.04 g Błonnik pokarmowy 26.05 g Sód 1795.61 mg Sól 4.46 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.48 g Glukoza 8.24 g Fruktoza 13.48 g Sacharoza 67.41 g Laktoza 35.26 g	Wartość energetyczna 2181 kcal Białko ogółem 68.30 g Tłuszcz 61.63 g Węglowodany ogółem 354.77 g Błonnik pokarmowy 26.36 g Sód 2119.22 mg Sól 5.29 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7.72 g Glukoza 7.58 g Fruktoza 12.48 g Sacharoza 66.52 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
Dietyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 29.03-7.04.2024 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)
30.03.2024 sobota							
SNIADANIE	Polędwica drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka +sałata 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) ryż na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Polędwica drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) ryż na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Polędwica drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka +sałata 100g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml 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*) papryka +sałata 100g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml 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 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g (MLE) ryż na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Polędwica drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g (MLE) ryż na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Polędwica drobiowa 50g(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	Zupa fasolowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna 200g(GLU) sos pieczarkowy 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) kasza jęczmienna 200g(GLU) sos mięsny duszony 150g(GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) kasza jęczmienna 200g(GLU) sos pieczarkowy 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: jabłko 1szt	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) kasza jęczmienna 200g(GLU) 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 sos mięsny duszony 150g(GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koprem 200g sos mięsny duszony 150g(GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koprem 200g sos mięsny duszony 150g(GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml
KOLACJA	Pasztet wieprzowy 50g (GLU,SEL) ogórek kiszony 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Pasztet wieprzowy 50g (GLU,SEL) Pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony 100g 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*) Pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 100g 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	Ciasto drożdżowe 50g (GLU, MLE)	Ciasto drożdżowe 50g (GLU, MLE)	Pieczywo chrupkie 40g (GLU)	Pieczywo chrupkie 40g (GLU)	Ciasto drożdżowe 50g (GLU, MLE)	Ciasto drożdżowe 50g (GLU, MLE)	Ciasto drożdżowe 50g (GLU, MLE)
	Wartość energetyczna 2261 kcal Białko ogółem 74.45 g Tłuszcz 67.14 g Węglowodany ogółem 356.10 g Błonnik pokarmowy 33.54 g Sód 1897.06 mg Sól 4.74 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.27 g Glukoza 9.36 g Fruktoza 15.82 g Sacharoza 35.99 g Laktoza 15.97 g	Wartość energetyczna 2325 kcal Białko ogółem 83.51 g Tłuszcz 66.60 g Węglowodany ogółem 361.67 g Błonnik pokarmowy 24.96 g Sód 2256.76 mg Sól 5.63 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.27 g Glukoza 9.03 g Fruktoza 15.42 g Sacharoza 34.62 g Laktoza 15.95 g	Wartość energetyczna 2140 kcal Białko ogółem 66.08 g Tłuszcz 66.60 g Węglowodany ogółem 367.48 g Błonnik pokarmowy 49.62 g Sód 2942.55 mg Sól 7.34 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11.87 g Glukoza 10.83 g Fruktoza 22.02 g Sacharoza 17.18 g Laktoza 0.11 g	Wartość energetyczna 2333 kcal Białko ogółem 74.18 g Tłuszcz 62.62 g Węglowodany ogółem 393.14 g Błonnik pokarmowy 53.82 g Sód 3360.75 mg Sól 8.39 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.51 g Glukoza 10.83 g Fruktoza 22.02 g Sacharoza 18.01 g Laktoza 0.13 g	Wartość energetyczna 2268 kcal Białko ogółem 84.70 g Tłuszcz 61.07 g Węglowodany ogółem 358.91 g Błonnik pokarmowy 24.90 g Sód 2415.16 mg Sól 6.02 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.66 g Glukoza 9.07 g Fruktoza 15.47 g Sacharoza 34.58 g Laktoza 15.95 g	Wartość energetyczna 2268 kcal Białko ogółem 84.70 g Tłuszcz 61.07 g Węglowodany ogółem 358.91 g Błonnik pokarmowy 24.90 g Sód 2415.16 mg Sól 6.02 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.66 g Glukoza 9.07 g Fruktoza 15.47 g Sacharoza 34.58 g Laktoza 15.95 g	Wartość energetyczna 2088 kcal Białko ogółem 73.35 g Tłuszcz 51.26 g Węglowodany ogółem 347.26 g Błonnik pokarmowy 24.59 g Sód 2294.66 mg Sól 5.72 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11.85 g Glukoza 7.20 g Fruktoza 12.92 g Sacharoza 35.64 g Laktoza 0.47 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 29.03-7.04.2024 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 POBUDELAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
31.03.2024 niedziela Wielkanoc							
ŚNIADANIE	wędlina mieszana 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) jaja 1szt (JAJ) ćwikła z chrzanem +sałata 100g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Żurek z jajkiem i kielbasą (GLU, MLE,SEL, SOJ, GOR*) owoc 1szt Herbata 250ml	wędlina mieszana 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) jaja 1szt (JAJ) ćwikła z chrzanem +sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Żurek z jajkiem i kielbasą (GLU, MLE,SEL, SOJ, GOR*) owoc 1szt Herbata 250ml	wędlina mieszana 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) jaja 1szt (JAJ) ćwikła z chrzanem +sałata 100g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) Żurek z jajkiem i kielbasą (GLU, MLE,SEL, SOJ, GOR*) owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml <u>IIŚN</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i twarogiem 30g(MLE)	wędlina mieszana 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) jaja 1szt (JAJ) ćwikła z chrzanem +sałata 100g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) Żurek z jajkiem i kielbasą (GLU, MLE,SEL, SOJ, GOR*) owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml <u>IIŚN</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i twarogiem 30g(MLE)	wędlina mieszana 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g (MLE) płatki jęczmieńne na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	wędlina mieszana 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g (MLE) płatki jęczmieńne na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	wędlina mieszana 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 ryżem i natką pietruszki 400ml (MLE, SEL) kotlet schabowy smażony 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g ciasto 50g(GLU, MLE, JAJ) kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki 400ml (MLE, SEL) bitka schabowa 100g w sosie własnym 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g ciasto 50g(GLU, MLE, JAJ) kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki 400ml (MLE, SEL) bitka schabowa 100g w sosie własnym 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g ciasto 50g(GLU, MLE, JAJ) kompot b/cukru 250ml podwieczorek:owoc 1szt	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki 400ml (MLE, SEL) bitka schabowa 100g w sosie własnym 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g ciasto 50g(GLU, MLE, JAJ) kompot b/cukru 250ml podwieczorek:owoc 1szt	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) bitka schabowa 100g w sosie własnym 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g marchewka gotowana 150g (GLU) ciasto 50g(GLU, MLE, JAJ) kompot 250ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) bitka schabowa 100g w sosie własnym 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g marchewka gotowana 150g (GLU) ciasto 50g(GLU, MLE, JAJ) kompot 250ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) pulpet wieprzowy 100g(GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g marchewka gotowana 150g (GLU) ciasto 50g(GLU, MLE, JAJ) kompot 250ml
KOLACJA	Szynka drobiowa. 50g((GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)) pomidor 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka drobiowa. 50g((GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka drobiowa. 50g((GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)) pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Szynka drobiowa. 50g((GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)) pomidor 100g 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 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 100g Herbata 250ml	Szynka drobiowa. 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) pomidor 100g Herbata 250ml	Szynka drobiowa. 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 150g
	Wartość energetyczna 2442 kcal Białko ogółem 107.60 g Tłuszcz 66.00 g Węglowodany ogółem 370.59 g Błonnik pokarmowy 32.29 g Sód 2781.76 mg Sól 6.94 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.62 g Glukoza 9.21 g Fruktoza 17.01 g Sacharoza 46.51 g Laktoza 23.83 g	Wartość energetyczna 2316 kcal Białko ogółem 107.55 g Tłuszcz 57.21 g Węglowodany ogółem 356.22 g Błonnik pokarmowy 22.86 g Sód 2623.94 mg Sól 6.41 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.87 g Glukoza 9.61 g Fruktoza 16.69 g Sacharoza 35.00 g Laktoza 23.83 g	Wartość energetyczna 2447 kcal Białko ogółem 117.62 g Tłuszcz 64.91 g Węglowodany ogółem 371.83 g Błonnik pokarmowy 47.46 g Sód 3052.85 mg Sól 7.48 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.56 g Glukoza 10.81 g Fruktoza 17.59 g Sacharoza 34.93 g Laktoza 25.40 g	Wartość energetyczna 2640 kcal Białko ogółem 125.72 g Tłuszcz 72.24 g Węglowodany ogółem 397.49 g Błonnik pokarmowy 51.66 g Sód 3471.05 mg Sól 8.53 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.20 g Glukoza 10.81 g Fruktoza 17.59 g Sacharoza 35.76 g Laktoza 25.42 g	Wartość energetyczna 2336 kcal Białko ogółem 94.71 g Tłuszcz 60.49 g Węglowodany ogółem 367.82 g Błonnik pokarmowy 25.31 g Sód 2670.19 mg Sól 6.54 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.88 g Glukoza 9.19 g Fruktoza 15.60 g Sacharoza 37.11 g Laktoza 20.77 g	Wartość energetyczna 2336 kcal Białko ogółem 94.71 g Tłuszcz 60.49 g Węglowodany ogółem 367.82 g Błonnik pokarmowy 25.31 g Sód 2670.19 mg Sól 6.54 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.88 g Glukoza 9.19 g Fruktoza 15.60 g Sacharoza 37.11 g Laktoza 20.77 g	Wartość energetyczna 2545 kcal Białko ogółem 81.89 g Tłuszcz 71.12 g Węglowodany ogółem 408.85 g Błonnik pokarmowy 25.32 g Sód 2038.94 mg Sól 4.96 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.14 g Glukoza 8.38 g Fruktoza 13.17 g Sacharoza 73.61 g Laktoza 0.55 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 29.03-7.04.2024 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)
1.04.2024 poniedziałek Poniedziałek Wielkanocny							
SNIADANIE	wędlina mieszana 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałatka jarzynowa (MLE)+ sałata 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	wędlina mieszana 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałatka jarzynowa (MLE)+ sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	wędlina mieszana 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałatka jarzynowa (MLE)+ sałata 100g 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 50g(JAJ)	wędlina mieszana 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałatka jarzynowa (MLE)+ sałata 100g 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 50g(JAJ)	wędlina mieszana 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata +pomidor 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g (MLE) kasza jaglana na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	wędlina mieszana 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata +pomidor 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g (MLE) kasza jaglana na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	wędlina mieszana 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	Rosół z makaronem i natka pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko pieczone 200g Surówka z buraka i jabłka z olejem 150g ciasto 50g(GLU, MLE, JAJ) kompot 250ml	Rosół z makaronem i natka pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko gotowane 200g Surówka z buraka i jabłka z olejem 150g ciasto 50g(GLU, MLE, JAJ) kompot 250ml	Rosół z makaronem i natka pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko gotowane 200g Surówka z buraka i jabłka z olejem 150g ciasto 50g(GLU, MLE, JAJ) kompot b/cukru 250ml podwieczerek: Sok pomidorowy 100% 200g	Rosół z makaronem i natka pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko gotowane 200g Surówka z buraka i jabłka z olejem 150g ciasto 50g(GLU, MLE, JAJ) kompot b/cukru 250ml podwieczerek: Sok pomidorowy 100% 200g	Rosół warzywny z makaronem i natka pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko gotowane 200g buraczki gotowane 150g(GLU) ciasto 50g(GLU, MLE, JAJ) kompot 250ml	Rosół warzywny z makaronem i natka pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko gotowane 200g buraczki gotowane 150g(GLU) kompot 250ml	Rosół warzywny z makaronem i natka pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko gotowane 200g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Ser żółty 20g (MLE) Szynka wieprzowa 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Ser żółty 20g (MLE) Szynka wieprzowa 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Ser żółty 20g (MLE) Szynka wieprzowa 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 100g 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 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g 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 150g
	Wartość energetyczna 2628 kcal Białko ogółem 104.01 g Tłuszcz 104.15 g Węglowodany ogółem 331.51 g Błonnik pokarmowy 27.51 g Sód 2376.16 mg Sól 5.83 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30.30 g Glukoza 7.37 g Frukttoza 15.35 g Sacharoza 41.90 g Laktoza 18.60 g	Wartość energetyczna 2411 kcal Białko ogółem 102.01 g Tłuszcz 82.09 g Węglowodany ogółem 326.44 g Błonnik pokarmowy 18.21 g Sód 2056.26 mg Sól 5.02 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25.42 g Glukoza 7.81 g Frukttoza 16.17 g Sacharoza 37.51 g Laktoza 17.94 g	Wartość energetyczna 2645 kcal Białko ogółem 104.00 g Tłuszcz 107.78 g Węglowodany ogółem 337.48 g Błonnik pokarmowy 47.22 g Sód 3003.87 mg Sól 7.39 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27.78 g Glukoza 11.04 g Frukttoza 19.55 g Sacharoza 26.39 g Laktoza 3.14 g	Wartość energetyczna 2838 kcal Białko ogółem 112.10 g Tłuszcz 115.11 g Węglowodany ogółem 363.14 g Błonnik pokarmowy 51.42 g Sód 3422.07 mg Sól 8.44 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29.42 g Glukoza 11.04 g Frukttoza 19.55 g Sacharoza 27.22 g Laktoza 3.16 g	Wartość energetyczna 2469 kcal Białko ogółem 103.22 g Tłuszcz 87.00 g Węglowodany ogółem 328.84 g Błonnik pokarmowy 18.43 g Sód 2081.36 mg Sól 5.09 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25.77 g Glukoza 6.91 g Frukttoza 13.57 g Sacharoza 39.62 g Laktoza 17.94 g	Wartość energetyczna 2469 kcal Białko ogółem 103.22 g Tłuszcz 87.00 g Węglowodany ogółem 328.84 g Błonnik pokarmowy 18.43 g Sód 2081.36 mg Sól 5.09 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25.77 g Glukoza 6.91 g Frukttoza 13.57 g Sacharoza 39.62 g Laktoza 17.94 g	Wartość energetyczna 2362 kcal Białko ogółem 88.09 g Tłuszcz 70.73 g Węglowodany ogółem 354.70 g Błonnik pokarmowy 19.54 g Sód 1971.16 mg Sól 4.93 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.49 g Glukoza 6.28 g Frukttoza 11.37 g Sacharoza 77.88 g Laktoza 0.46 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 29.03-7.04.2024 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)
2.04.2024 wtorek							
ŚNIADANIE	Poledwica wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży + sałata 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Poledwica wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor + sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Poledwica wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży + sałata 100g 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)	Poledwica wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży + sałata 100g 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)	Poledwica wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor + sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Poledwica wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor + sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Poledwica 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	zupa brokułowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) fasolka po bretońsku duszona 300g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb pszenny 70g (GLU) owoc 1szt kompot 250ml	zupa brokułowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż 200g potrawka wieprzowa duszona 150g(GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g (MLE) kompot 250ml	zupa brokułowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż brązowy 200g potrawka wieprzowa duszona 150g(GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g (MLE) kompot b/cukru 250ml podwieczorek: owoc 1szt	zupa brokułowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż brązowy 200g potrawka wieprzowa duszona 150g(GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g (MLE) kompot b/cukru 250ml podwieczorek: owoc 1szt	zupa koperkowa czysta 400ml (GLU, SEL) ryż 200g potrawka wieprzowa duszona 150g(GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g (MLE) kompot 250ml	zupa koperkowa czysta 400ml (GLU, SEL) ryż 200g potrawka wieprzowa duszona 150g(GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g (MLE) kompot 250ml	zupa koperkowa czysta 400ml (GLU, SEL)) ryż 200g potrawka wieprzowa duszona 150g(GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g (MLE) kompot 250ml
KOLACJA	paprykarz rybny 80g (RYB) pomidor 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	paprykarz rybny 80g (RYB) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	paprykarz rybny 80g (RYB) pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	paprykarz rybny 80g (RYB) pomidor 100g 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 100g Herbata 250ml	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) pomidor 100g 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 150g
	Wartość energetyczna 2409 kcal Białko ogółem 88.47 g Tłuszcz 71.79 g Węglowodany ogółem 369.62 g Błonnik pokarmowy 36.35 g Sód 2239.70 mg Sól 5.60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.17 g Glukoza 11.99 g Fruktoza 24.11 g Sacharoza 37.53 g Laktoza 22.28 g	Wartość energetyczna 2413 kcal Białko ogółem 91.42 g Tłuszcz 71.54 g Węglowodany ogółem 363.61 g Błonnik pokarmowy 23.65 g Sód 2018.21 mg Sól 5.03 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.04 g Glukoza 10.10 g Fruktoza 16.58 g Sacharoza 32.37 g Laktoza 22.29 g	Wartość energetyczna 2106 kcal Białko ogółem 80.74 g Tłuszcz 64.88 g Węglowodany ogółem 323.57 g Błonnik pokarmowy 48.41 g Sód 2168.50 mg Sól 5.40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.11 g Glukoza 13.67 g Fruktoza 25.18 g Sacharoza 21.01 g Laktoza 11.61 g	Wartość energetyczna 2299 kcal Białko ogółem 88.84 g Tłuszcz 72.21 g Węglowodany ogółem 349.23 g Błonnik pokarmowy 52.61 g Sód 2586.70 mg Sól 6.45 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.75 g Glukoza 13.67 g Fruktoza 25.18 g Sacharoza 21.84 g Laktoza 11.63 g	Wartość energetyczna 2223 kcal Białko ogółem 88.87 g Tłuszcz 60.88 g Węglowodany ogółem 342.95 g Błonnik pokarmowy 22.57 g Sód 2444.49 mg Sól 6.09 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.84 g Glukoza 9.07 g Fruktoza 15.47 g Sacharoza 30.20 g Laktoza 20.35 g	Wartość energetyczna 2223 kcal Białko ogółem 88.87 g Tłuszcz 60.88 g Węglowodany ogółem 342.95 g Błonnik pokarmowy 22.57 g Sód 2444.49 mg Sól 6.09 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.84 g Glukoza 9.07 g Fruktoza 15.47 g Sacharoza 30.20 g Laktoza 20.35 g	Wartość energetyczna 1991 kcal Białko ogółem 70.13 g Tłuszcz 46.14 g Węglowodany ogółem 336.37 g Błonnik pokarmowy 21.15 g Sód 2284.39 mg Sól 5.68 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9.88 g Glukoza 8.40 g Fruktoza 13.22 g Sacharoza 66.67 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-lubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 29.03-7.04.2024 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)
3.04.2024 środa							
ŚNIADANIE	wędlina drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) rzodkiewka +sałata 100g 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) pomidor +sałata 100g 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 mąną 400ml (GLU) rzodkiewka +sałata 100g 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 mąną 400ml (GLU) rzodkiewka +sałata 100g 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) margaryna miękka 15g (MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt pomidor +sałata 100g 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 100g 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 mąną 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata 250ml
OBIAD	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron z serem twarogowym 350g(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 350g(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 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) jabłko 1szt kompot b/cukru 250ml podwieczorek: sok pomidorowy 100% 200g	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron razowy z serem twarogowym 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) jabłko 1szt kompot b/cukru 250ml podwieczorek: sok pomidorowy 100% 200g	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE) makaron z serem twarogowym 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) jabłko 1szt kompot 250ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE) makaron z serem twarogowym 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) jabłko 1szt kompot 250ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE) makaron z mięsem i warzywami 350g(GLU, SEL) sos koperkowy 150g(GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g(GLU) jabłko 1szt kompot 250ml
KOLACJA	Parówka wieprzowa 80g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g ketchup 50g(SEL) pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Parówka wieprzowa 80g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g ketchup 50g(SEL) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Szynka wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g 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 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g 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 150g	Mus warzywno-owocowy 150g	Mus warzywno-owocowy 150g
	Wartość energetyczna 2835 kcal Białko ogółem 101.75 g Tuszcz 88.85 g Węglowodany ogółem 427.50 g Błonnik pokarmowy 34.18 g Sód 3056.21 mg Sól 5.42 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29.82 g Glukoza 10.41 g Frukttoza 22.08 g Sacharoza 51.07 g Laktoza 26.17 g	Wartość energetyczna 2589 kcal Białko ogółem 96.91 g Tuszcz 84.99 g Węglowodany ogółem 377.62 g Błonnik pokarmowy 26.52 g Sód 2285.04 mg Sól 3.97 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 28.05 g Glukoza 10.46 g Frukttoza 22.13 g Sacharoza 49.56 g Laktoza 22.30 g	Wartość energetyczna 2243 kcal Białko ogółem 91.79 g Tuszcz 58.20 g Węglowodany ogółem 361.88 g Błonnik pokarmowy 53.64 g Sód 3179.60 mg Sól 7.92 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.44 g Glukoza 13.18 g Frukttoza 25.38 g Sacharoza 29.78 g Laktoza 10.67 g	Wartość energetyczna 2436 kcal Białko ogółem 99.89 g Tuszcz 65.53 g Węglowodany ogółem 387.54 g Błonnik pokarmowy 57.84 g Sód 3597.80 mg Sól 8.97 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.08 g Glukoza 13.18 g Frukttoza 25.38 g Sacharoza 30.61 g Laktoza 10.69 g	Wartość energetyczna 2378 kcal Białko ogółem 90.59 g Tuszcz 56.12 g Węglowodany ogółem 388.60 g Błonnik pokarmowy 18.28 g Sód 1852.51 mg Sól 4.63 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.37 g Glukoza 10.81 g Frukttoza 21.67 g Sacharoza 79.44 g Laktoza 21.98 g	Wartość energetyczna 2378 kcal Białko ogółem 90.59 g Tuszcz 56.12 g Węglowodany ogółem 388.60 g Błonnik pokarmowy 18.28 g Sód 1852.51 mg Sól 4.63 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.37 g Glukoza 10.81 g Frukttoza 21.67 g Sacharoza 79.44 g Laktoza 21.98 g	Wartość energetyczna 2155 kcal Białko ogółem 77.99 g Tuszcz 48.97 g Węglowodany ogółem 363.81 g Błonnik pokarmowy 23.02 g Sód 1781.40 mg Sól 4.42 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10.25 g Glukoza 8.76 g Frukttoza 13.55 g Sacharoza 69.52 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-lubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 29.03-7.04.2024 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)
4.04.2024 czwartek							
SNIADANIE	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka +sałata 100g 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 100g 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*) papryka +sałata 100g 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*) papryka +sałata 100g 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 100g 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 100g 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	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) stek wieprzowy z cebulą smażony 100g (GLU) ziemniaki z koperkiem 200g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) klopsik wieprzowy pieczony100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) klopsik wieprzowy pieczony100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: kisiel 200g	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) klopsik wieprzowy pieczony100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: kisiel 200g	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) klopsik wieprzowy pieczony100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) klopsik wieprzowy pieczony100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) klopsik wieprzowy pieczony100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Jaja 1szt (JAJ) sos tatarski 20g(MLE) pomidor 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Jaja 1szt (JAJ) sos tatarski 20g(MLE) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Jaja 1szt (JAJ) sos tatarski 20g(MLE) pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Jaja 1szt (JAJ) sos tatarski 20g(MLE) pomidor 100g 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 100g kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) pomidor 100g kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Szynka drobiowa 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 2413 kcal Białko ogółem 95.42 g Tłuszcz 66.58 g Węglowodany ogółem 372.94 g Błonnik pokarmowy 31.20 g Sód 2399.09 mg Sól 5.99 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.26 g Glukoza 10.25 g Fruktaza 16.57 g Sacharaza 40.51 g Laktoza 33.82 g	Wartość energetyczna 2522 kcal Białko ogółem 98.41 g Tłuszcz 71.45 g Węglowodany ogółem 384.32 g Błonnik pokarmowy 24.18 g Sód 1954.77 mg Sól 4.88 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.51 g Glukoza 9.01 g Fruktaza 15.37 g Sacharaza 36.16 g Laktoza 33.82 g	Wartość energetyczna 2326 kcal Białko ogółem 86.54 g Tłuszcz 66.18 g Węglowodany ogółem 368.39 g Błonnik pokarmowy 46.64 g Sód 2064.90 mg Sól 5.14 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.77 g Glukoza 9.58 g Fruktaza 15.87 g Sacharaza 22.00 g Laktoza 1.66 g	Wartość energetyczna 2519 kcal Białko ogółem 94.64 g Tłuszcz 73.51 g Węglowodany ogółem 394.05 g Błonnik pokarmowy 50.84 g Sód 2483.10 mg Sól 6.19 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.41 g Glukoza 9.58 g Fruktaza 15.87 g Sacharaza 22.83 g Laktoza 1.68 g	Wartość energetyczna 2503 kcal Białko ogółem 101.00 g Tłuszcz 65.42 g Węglowodany ogółem 390.58 g Błonnik pokarmowy 23.57 g Sód 2214.34 mg Sól 5.30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.49 g Glukoza 9.05 g Fruktaza 15.42 g Sacharaza 29.38 g Laktoza 33.42 g	Wartość energetyczna 2503 kcal Białko ogółem 101.00 g Tłuszcz 65.42 g Węglowodany ogółem 390.58 g Błonnik pokarmowy 23.57 g Sód 2214.34 mg Sól 5.30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.49 g Glukoza 9.05 g Fruktaza 15.42 g Sacharaza 29.38 g Laktoza 33.42 g	Wartość energetyczna 2183 kcal Białko ogółem 77.63 g Tłuszcz 55.39 g Węglowodany ogółem 356.88 g Błonnik pokarmowy 22.11 g Sód 1950.29 mg Sól 4.65 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11.50 g Glukoza 7.18 g Fruktaza 12.87 g Sacharaza 30.45 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 29.03-7.04.2024 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)
5.04.2024 piątek							
SNIADANIE	Pasta z ciecierzycy 50g pomidor +sałata 100g 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 pomidor +sałata 100g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIŚN kefir naturalny 200g (MLE)	Pasta z ciecierzycy 50g pomidor +sałata 100g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIŚN 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 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 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 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) rzodkiewka 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Twarożek z natką 50g (MLE) Pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Twarożek z natką 50g (MLE) rzodkiewka 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Twarożek z natką 50g (MLE) rzodkiewka 100g 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 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Twarożek z natką 50g (MLE) Pomidor 100g 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 150g	Mus warzywno-owocowy 150g	Mus warzywno-owocowy 150g
	Wartość energetyczna 2392 kcal Białko ogółem 76.13 g Tłuszcz 85.81 g Węglowodany ogółem 349.09 g Błonnik pokarmowy 40.08 g Sód 1528.39 mg Sól 3.79 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.78 g Glukoza 8.78 g Frukttoza 15.16 g Sacharoza 32.81 g Laktoza 17.73 g	Wartość energetyczna 2320 kcal Białko ogółem 70.38 g Tłuszcz 78.33 g Węglowodany ogółem 348.77 g Błonnik pokarmowy 25.24 g Sód 1684.84 mg Sól 4.19 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.03 g Glukoza 7.79 g Frukttoza 13.84 g Sacharoza 30.40 g Laktoza 17.73 g	Wartość energetyczna 2167 kcal Białko ogółem 72.44 g Tłuszcz 75.51 g Węglowodany ogółem 327.52 g Błonnik pokarmowy 54.91 g Sód 2259.67 mg Sól 5.61 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11.03 g Glukoza 12.05 g Frukttoza 19.26 g Sacharoza 20.45 g Laktoza 8.65 g	Wartość energetyczna 2360 kcal Białko ogółem 80.54 g Tłuszcz 82.84 g Węglowodany ogółem 353.18 g Błonnik pokarmowy 59.11 g Sód 2677.87 mg Sól 6.66 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.67 g Glukoza 12.05 g Frukttoza 19.26 g Sacharoza 21.28 g Laktoza 8.67 g	Wartość energetyczna 2256 kcal Białko ogółem 67.84 g Tłuszcz 70.69 g Węglowodany ogółem 352.76 g Błonnik pokarmowy 26.37 g Sód 1592.94 mg Sól 3.96 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.28 g Glukoza 7.04 g Frukttoza 13.18 g Sacharoza 28.11 g Laktoza 17.41 g	Wartość energetyczna 2256 kcal Białko ogółem 67.84 g Tłuszcz 70.69 g Węglowodany ogółem 352.76 g Błonnik pokarmowy 26.37 g Sód 1592.94 mg Sól 3.96 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.28 g Glukoza 7.04 g Frukttoza 13.18 g Sacharoza 28.11 g Laktoza 17.41 g	Wartość energetyczna 2024 kcal Białko ogółem 64.38 g Tłuszcz 62.12 g Węglowodany ogółem 318.03 g Błonnik pokarmowy 27.97 g Sód 2061.32 mg Sól 5.14 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7.76 g Glukoza 6.38 g Frukttoza 12.18 g Sacharoza 29.23 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
Dietyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 29.03-7.04.2024 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)
6.04.2024 sobota							
ŚNIADANIE	Poledwica wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+ sałata 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Poledwica wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+ sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Poledwica wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+ sałata 100g chleb razowy 100g(GLU) masło roślinne 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)	Poledwica wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+ sałata 100g chleb razowy 100g(GLU) masło roślinne 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)	Poledwica wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+ sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g (MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Poledwica wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+ sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g (MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Poledwica wieprzowa 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 jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) ryż z jabłkiem 300g(MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) ryż z jabłkiem 300g(MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) ryż brązowy z mięsem i warzywami 350g SEL) sos koperkowy 150g(GLU, MLE) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Maślanka 200g(MLE)	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) ryż brązowy z mięsem i warzywami 350g SEL) sos koperkowy 150g(GLU, MLE) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Maślanka 200g(MLE)	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż z jabłkiem 300g(MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) kompot 250ml	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż z jabłkiem 300g(MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) kompot 250ml	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż z mięsem i warzywami 350g SEL) sos koperkowy 150g(GLU, MLE) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Paszтет drobiowy z formy 50g (GLU,SEL) ogórek świeży 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Paszтет drobiowy z formy 50g (GLU,SEL) Pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży 100g 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*) Pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 100g 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	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 2427 kcal Białko ogółem 75.23 g Tłuszcz 69.46 g Węglowodany ogółem 388.94 g Błonnik pokarmowy 28.86 g Sód 2011.81 mg Sól 5.02 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23.35 g Glukoza 12.68 g Frukttoza 26.10 g Sacharoza 49.62 g Laktoza 28.87 g	Wartość energetyczna 2427 kcal Białko ogółem 76.92 g Tłuszcz 69.18 g Węglowodany ogółem 385.54 g Błonnik pokarmowy 21.60 g Sód 1879.64 mg Sól 4.69 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23.25 g Glukoza 11.82 g Frukttoza 25.25 g Sacharoza 40.64 g Laktoza 28.87 g	Wartość energetyczna 2326 kcal Białko ogółem 88.22 g Tłuszcz 66.02 g Węglowodany ogółem 367.33 g Błonnik pokarmowy 47.47 g Sód 2509.21 mg Sól 5.91 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.40 g Glukoza 11.25 g Frukttoza 19.26 g Sacharoza 17.53 g Laktoza 11.42 g	Wartość energetyczna 2519 kcal Białko ogółem 96.32 g Tłuszcz 73.35 g Węglowodany ogółem 392.99 g Błonnik pokarmowy 51.67 g Sód 2927.41 mg Sól 6.96 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.04 g Glukoza 11.25 g Frukttoza 19.26 g Sacharoza 18.36 g Laktoza 11.44 g	Wartość energetyczna 2406 kcal Białko ogółem 79.29 g Tłuszcz 60.47 g Węglowodany ogółem 397.07 g Błonnik pokarmowy 21.77 g Sód 2004.11 mg Sól 4.98 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.10 g Glukoza 11.82 g Frukttoza 25.25 g Sacharoza 43.73 g Laktoza 28.47 g	Wartość energetyczna 2406 kcal Białko ogółem 79.29 g Tłuszcz 60.47 g Węglowodany ogółem 397.07 g Błonnik pokarmowy 21.77 g Sód 2004.11 mg Sól 4.98 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.10 g Glukoza 11.82 g Frukttoza 25.25 g Sacharoza 43.73 g Laktoza 28.47 g	Wartość energetyczna 2294 kcal Białko ogółem 79.90 g Tłuszcz 60.54 g Węglowodany ogółem 371.20 g Błonnik pokarmowy 26.64 g Sód 1982.90 mg Sól 4.90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.49 g Glukoza 9.28 g Frukttoza 14.83 g Sacharoza 34.36 g Laktoza 4.02 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 29.03-7.04.2024 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)
7.04.2024 niedziela							
ŚNIADANIE	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka+sałata 100g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka+sałata 100g 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 drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka+sałata 100g 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 drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g (MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g (MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, 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 400ml owoc 1szt Herbata 250ml
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU,MLE SEL) ziemniaki z koprem 200g szynka wieprzowa gotowana 100g w sosie pieczeniowym 150g (GLU) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU,MLE SEL) ziemniaki z koprem 200g szynka wieprzowa gotowana 100g w sosie pieczeniowym 150g (GLU) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU,MLE SEL) ziemniaki z koprem 200g szynka wieprzowa gotowana 100g w sosie pieczeniowym 150g (GLU) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Sok pomidorowy 100% 200g	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU,MLE SEL) ziemniaki z koprem 200g szynka wieprzowa gotowana 100g w sosie pieczeniowym 150g (GLU) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Sok pomidorowy 100% 200g	Rosół warzywny z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g szynka wieprzowa gotowana 100g w sosie pieczeniowym 150g (GLU) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Rosół warzywny z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g szynka wieprzowa gotowana 100g w sosie pieczeniowym 150g (GLU) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Rosół warzywny z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g szynka wieprzowa gotowana 100g w sosie pieczeniowym 150g (GLU) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Pasta jajeczna z natką pietruszki 50g(JAJ, MLE) pomidor 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Pasta jajeczna z natką pietruszki 50g(JAJ, MLE) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Pasta jajeczna z natką pietruszki 50g(JAJ, MLE) pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Pasta jajeczna z natką pietruszki 50g(JAJ, MLE) pomidor 100g 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*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g 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 150g
	Wartość energetyczna 2163 kcal Białko ogółem 90.50 g Tłuszcz 63.08 g Węglowodany ogółem 321.40 g Błonnik pokarmowy 26.36 g Sód 3150.54 mg Sól 7.74 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.15 g Glukoza 6.98 g Frukttoza 14.31 g Sacharoza 40.40 g Laktoza 24.53 g	Wartość energetyczna 2224 kcal Białko ogółem 95.86 g Tłuszcz 66.08 g Węglowodany ogółem 322.86 g Błonnik pokarmowy 19.05 g Sód 2204.84 mg Sól 5.37 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.84 g Glukoza 7.58 g Frukttoza 14.19 g Sacharoza 37.78 g Laktoza 24.53 g	Wartość energetyczna 1934 kcal Białko ogółem 91.09 g Tłuszcz 57.53 g Węglowodany ogółem 284.00 g Błonnik pokarmowy 42.30 g Sód 3544.05 mg Sól 8.71 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.23 g Glukoza 11.10 g Frukttoza 18.74 g Sacharoza 15.48 g Laktoza 10.62 g	Wartość energetyczna 2127 kcal Białko ogółem 99.19 g Tłuszcz 64.86 g Węglowodany ogółem 309.66 g Błonnik pokarmowy 46.50 g Sód 3962.25 mg Sól 9.76 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.87 g Glukoza 11.10 g Frukttoza 18.74 g Sacharoza 16.31 g Laktoza 10.64 g	Wartość energetyczna 2155 kcal Białko ogółem 89.76 g Tłuszcz 58.07 g Węglowodany ogółem 331.18 g Błonnik pokarmowy 21.47 g Sód 2545.55 mg Sól 6.25 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.14 g Glukoza 6.91 g Frukttoza 13.57 g Sacharoza 39.94 g Laktoza 20.34 g	Wartość energetyczna 2155 kcal Białko ogółem 89.76 g Tłuszcz 58.07 g Węglowodany ogółem 331.18 g Błonnik pokarmowy 21.47 g Sód 2545.55 mg Sól 6.25 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.14 g Glukoza 6.91 g Frukttoza 13.57 g Sacharoza 39.94 g Laktoza 20.34 g	Wartość energetyczna 2173 kcal Białko ogółem 76.14 g Tłuszcz 57.22 g Węglowodany ogółem 350.63 g Błonnik pokarmowy 20.66 g Sód 2187.15 mg Sól 5.34 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.23 g Glukoza 6.28 g Frukttoza 11.37 g Sacharoza 76.43 g Laktoza 0.18 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-sezamy 12-dwutlenek siarki 13-łubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk