

**JADŁOSPIS DEKADOWY 14-23.12.2024 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)
<b>14.12.2024 sobota</b>							
ŚNIADANIE	Polędwica wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata100g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) ryż na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Polędwica wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata100g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) ryż na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Polędwica wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata100g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIŚNchleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	Polędwica wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata100g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIŚNchleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	Polędwica wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata100g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka15g(MLE) ryż na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Polędwica wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata100g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g(MLE) ryż na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Polędwica wieprzowa 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	Zupa brokułowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza gryczana 200g (GLU) Sos pieczarkowy 150g (GLU, MLE) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150gkompot 250ml	Zupa brokułowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) Sos warzywno-mięsny (wieprzowy) 150g surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa brokułowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza gryczana 200g (GLU) Sos pieczarkowy 150g (GLU, MLE) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150gkompot b/cukru 250ml podwieczorek:jabłko 1szt	Zupa brokułowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza gryczana 200g (GLU) Sos pieczarkowy 150g (GLU, MLE) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem kompot b/cukru 250ml podwieczorek: jabłko1szt	Zupa wielowarzywna czysta z natką pietruszki 400ml ( SEL)kasza jęczmienna 200g (GLU) Sos warzywno-mięsny (wieprzowy) 150g bukiet warzyw gotowanych kompot 250ml	Zupa wielowarzywna czysta z natką pietruszki 400ml ( SEL)kasza jęczmienna 200g (GLU) Sos warzywno-mięsny (wieprzowy) 150g bukiet warzyw gotowanych kompot 250ml	Zupa wielowarzywna czysta z natką pietruszki 400ml ( SEL)kasza jęczmienna 200g (GLU) Sos warzywno-mięsny (wieprzowy) 150g bukiet warzyw gotowanych 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 IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i i wędliną wieprzową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka drobiowa 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 i wędliną wieprzową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka drobiowa 50g((GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) pomidor 100g Herbata 250ml	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 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 POSIŁEK	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 2231 kcal Białko ogółem 101.55 g Tłuszcz 58.41 g Węglowodany ogółem 339.68 g Błonnik pokarmowy 29.66 g Sód 2534.46 mg Sól 6.31 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.27 g Glukoza 9.53 g Fruktoza 16.86 g Sacharoza 32.08 g Laktoza 40.06 g	Wartość energetyczna 2129 kcal Białko ogółem 101.18 g Tłuszcz 51.67 g Węglowodany ogółem 327.71 g Błonnik pokarmowy 25.84 g Sód 2337.41 mg Sól 5.62 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.76 g Glukoza 9.03 g Fruktoza 16.14 g Sacharoza 31.35 g Laktoza 40.06 g	Wartość energetyczna 2016 kcal Białko ogółem 95.23 g Tłuszcz 52.73 g Węglowodany ogółem 311.35 g Błonnik pokarmowy 43.26 g Sód 2579.52 mg Sól 6.23 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.73 g Glukoza 12.50 g Fruktoza 23.92 g Sacharoza 18.12 g Laktoza 24.60 g	Wartość energetyczna 2213 kcal Białko ogółem 103.33 g Tłuszcz 60.06 g Węglowodany ogółem 337.01 g Błonnik pokarmowy 47.46 g Sód 2997.72 mg Sól 7.28 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.37 g Glukoza 12.50 g Fruktoza 23.92 g Sacharoza 18.95 g Laktoza 24.62 g	Wartość energetyczna 2577 kcal Białko ogółem 83.82 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 2578 kcal Białko ogółem 81.82 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 1893 kcal Białko ogółem 71.71 g Tłuszcz 40.73 g Węglowodany ogółem 322.72 g Błonnik pokarmowy 21.56 g Sód 2253.96 mg Sól 5.43 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 9.17 g Glukoza 7.98 g Fruktoza 13.07 g Sacharoza 57.27 g Laktoza 0.09 g

**Alergeny:** GLU-gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi 7MLE mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych 9- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam SO2-dwutlenek siarki ŁUB-tubin MIE- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

**JADŁOSPIS DEKADOWY 14-23.12.2024 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)
<b>15.12.2024 niedziela</b>							
ŚNIADANIE	Pasta z jaj 50g (JAJ) rzodkiewka+sałata 100g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) kasza kukurydziana na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Pasta z jaj 50g (JAJ) pomidor+sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) kasza kukurydziana na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Pasta z jaj 50g (JAJ) sos tatarski 50g (MLE) rzodkiewka+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)	Pasta z jaj 50g (JAJ) sos tatarski 50g (MLE) rzodkiewka+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)	wędlina wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) kasza kukurydziana na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	wędlina wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło roślinne 15g (MLE) kasza kukurydziana na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	wędlina 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	Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko pieczone 150g (GOR) Sałata z jogurtem 150g kompot 250ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko pieczone 150g (GOR) Sałata z jogurtem 150g kompot 250ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko pieczone 150g (GOR) Sałata z jogurtem 150g podwieczorek: mandarynki 1 szt	Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko pieczone 150g (GOR) Sałata z jogurtem 150g podwieczorek: mandarynki 1 szt	Rosół warzywny z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko gotowane 150g Sałata z jogurtem 150g kompot 250ml	Rosół warzywny z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko gotowane 150g Sałata z jogurtem 150g kompot 250ml	Rosół warzywny z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko gotowane 150g Marchew gotowana 150g kompot 250ml
KOLACJA	Pasztet wieprzowy 50g(GLU, SEL) ćwikła 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*) ćwikła 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*) 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	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g
	Wartość energetyczna 2385 kcal Białko ogółem 103.87 g Tłuszcz 65.66 g Węglowodany ogółem 363.39 g Błonnik pokarmowy 34.53 g Sód 2357.75 mg Sól 5.82 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.08 g Glukoza 11.16 g Fruktoza 17.33 g Sacharoza 33.57 g Laktoza 34.04 g	Wartość energetyczna 2359 kcal Białko ogółem 100.97 g Tłuszcz 65.42 g Węglowodany ogółem 360.77 g Błonnik pokarmowy 33.73 g Sód 2334.55 mg Sól 5.77 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.44 g Glukoza 10.26 g Fruktoza 16.43 g Sacharoza 33.57 g Laktoza 34.04 g	Wartość energetyczna 2370 kcal Białko ogółem 105.41 g Tłuszcz 65.87 g Węglowodany ogółem 366.35 g Błonnik pokarmowy 50.65 g Sód 2559.86 mg Sól 6.32 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.05 g Glukoza 11.13 g Fruktoza 16.21 g Sacharoza 23.54 g Laktoza 20.13 g	Wartość energetyczna 2584 kcal Białko ogółem 113.51 g Tłuszcz 73.20 g Węglowodany ogółem 392.01 g Błonnik pokarmowy 54.85 g Sód 2978.06 mg Sól 7.37 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.69 g Glukoza 11.13 g Fruktoza 16.21 g Sacharoza 24.37 g Laktoza 20.15 g	Wartość energetyczna 2260 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 2260 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 2129kcal Białko ogółem 79.36 g Tłuszcz 49.98 g Węglowodany ogółem 356.00 g Błonnik pokarmowy 24.13 g Sód 1782.43 mg Sól 4.41 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10.54 g Glukoza 8.45 g Fruktoza 13.47 g Sacharoza 55.45 g Laktoza 0.07 g

**Alergeny:** GLU-gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi 7MLE mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych 9- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam SO2-dwutlenek siarki LUB-tubin MIE- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

**JADŁOSPIS DEKADOWY 14-23.12.2024 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)
<b>16.12.2024 poniedziałek</b>							
ŚNIADANIE	Poładwica drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony+sałata 100g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Poładwica drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata+pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Poładwica drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony+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)	Poładwica drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony+sałata 100g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata b/cukru 250ml <u>IISN</u> kefir naturalny 200g(MLE)	Poładwica drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata+pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Poładwica drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata+pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Poładwica 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 jarzynowa z natką pietruszki 400ml ( GLU, MLE, SEL) gołąbki w sosie pomidorowym 250g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem 200g kompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml ( GLU, MLE, SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mielony miesno-ryżowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos pomidorowy 100g(GLU, MLE) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml ( GLU, MLE, SEL) gołąbki w sosie pomidorowym 250g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem 200g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: kisiel b/cukru 200g	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml ( GLU, MLE, SEL) gołąbki w sosie pomidorowym 250g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem 200g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: kisiel b/cukru 200g	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mielony miesno-ryżowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 100g(GLU, MLE) 100g(GLU, MLE)buraki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) pulpet mielony miesno-ryżowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 100g(GLU, MLE) buraki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) pulpet mielony miesno-ryżowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 100g(GLU, MLE) Marchew gotowana 150g (GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Ser żółty 50g(MLE) 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 50g(MLE) papryka 100g chleb razowy 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata b/cukru 250ml	Ser żółty 50g(MLE) papryka 100g chleb razowy 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata b/cukru 250ml <u>IK</u> 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*) pieczywo pszenne 100g (GLU,) margaryna miękka 15g(MLE) pomidor 100g Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU,) margaryna miękka 15g(MLE) pomidor 100g 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)	Jabłko pieczone 1szt.
	Wartość energetyczna 2270 kcal Białko ogółem 84.64 g Tłuszcz 65.63 g Węglowodany ogółem 352.78 g Błonnik pokarmowy 35.53 g Sód 2287.37 mg Sól 5.70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.85 g Glukoza 8.74 g Fruktoza 16.30 g Sacharoza 39.12 g Laktoza 17.81 g	Wartość energetyczna 2284 kcal Białko ogółem 87.82 g Tłuszcz 63.75 g Węglowodany ogółem 352.15 g Błonnik pokarmowy 21.53 g Sód 2091.38 mg Sól 5.22 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.44 g Glukoza 6.92 g Fruktoza 14.47 g Sacharoza 35.45 g Laktoza 17.81 g	Wartość energetyczna 2045 kcal Białko ogółem 79.90 g Tłuszcz 54.47 g Węglowodany ogółem 328.50 g Błonnik pokarmowy 41.81 g Sód 2182.19 mg Sól 5.43 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.06 g Glukoza 11.03 g Fruktoza 22.87 g Sacharoza 19.25 g Laktoza 6.73 g	Wartość energetyczna 2238 kcal Białko ogółem 88.00 g Tłuszcz 61.80 g Węglowodany ogółem 354.16 g Błonnik pokarmowy 46.01 g Sód 2600.39 mg Sól 6.48 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.70 g Glukoza 11.03 g Fruktoza 22.87 g Sacharoza 20.08 g Laktoza 6.75 g	Wartość energetyczna 2358 kcal Białko ogółem 94.91 g Tłuszcz 67.94 g Węglowodany ogółem 355.01 g Błonnik pokarmowy 22.91 g Sód 2156.51 mg Sól 5.38 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.26 g Glukoza 7.28 g Fruktoza 13.17 g Sacharoza 33.35 g Laktoza 18.77 g	Wartość energetyczna 2358 kcal Białko ogółem 94.91 g Tłuszcz 67.94 g Węglowodany ogółem 355.01 g Błonnik pokarmowy 22.91 g Sód 2156.51 mg Sól 5.38 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.26 g Glukoza 7.28 g Fruktoza 13.17 g Sacharoza 33.35 g Laktoza 18.77 g	Wartość energetyczna 2103 kcal Białko ogółem 74.43 g Tłuszcz 61.19 g Węglowodany ogółem 326.90 g Błonnik pokarmowy 22.83 g Sód 2307.53 mg Sól 5.76 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.56 g Glukoza 7.82 g Fruktoza 13.67 g Sacharoza 34.26 g Laktoza 0.55 g

**Alergeny:** GLU-gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi 7MLE mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych 9- seler GOR-gorczyca SEZ-sesam SO2-dwutlenek siarki ŁUB-tubin MIE- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

**JADŁOSPIS DEKADOWY 14-23.12.2024 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 BEZMŁECZNA (11 ML)
<b>17.12.2024 wtorek</b>							
ŚNIADANIE	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałatka szwedzka+sałata 100g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałatka szwedzka+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 IIŚNchleb razowy 60g (GLU.) z masłem roślinnym 5g(MLE) i i wędliną wieprzową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałatka szwedzka+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 IIŚNchleb razowy 60g (GLU.) z masłem roślinnym 5g(MLE) i i wędliną wieprzową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło roślinne 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 400ml (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 kasza jaglana 400ml owoc 1szt Herbata 250ml
OBIAD	Barszcz czerwony z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) Pierogi ruskie 300g(GLU, MLE) Surówka z marchwi z olejem 150g kompot 250ml	Barszcz czerwony z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) Pierogi ruskie 300g(GLU, MLE) Surówka z marchwi z olejem 150g kompot 250ml	Barszcz czerwony z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) Pierogi ruskie 300g(GLU, MLE) Surówka z marchwi z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: Chrupki kukurydziane 20g	Barszcz czerwony z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) Pierogi ruskie 300g(GLU, MLE) Surówka z marchwi z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: Chrupki kukurydziane 20g	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml ( SEL) Pierogi ruskie 300g(GLU, MLE) Surówka z marchwi z olejem 150g kompot 250ml	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml ( SEL) Pierogi ruskie 300g(GLU, MLE) Surówka z marchwi z olejem 150g kompot 250ml	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml ( SEL) makaron z mięsem i warzywami 300g(GLU, SEL) sos koperkowy 150g(GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml
KOLACJA	Parówka drobiowa 60g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ketchup 50g(SEL) Pomidor 100g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło roślinne 15g (MLE) kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Parówka drobiowa 60g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ketchup 50g(SEL) Pomidor 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło roślinne 15g (MLE) kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Szynka drobiowa 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 wieprzową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka drobiowa 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 wieprzową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) 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	Mus warzywno-owocowy 150g	Mus warzywno-owocowy 150g	Mus warzywno-owocowy 150g	Mus warzywno-owocowy 150g	Mus warzywno-owocowy 150g	Mus warzywno-owocowy 150g	Mus warzywno-owocowy 150g
	Wartość energetyczna 2358 kcal Białko ogółem 75.05 g Tłuszcz 63.98 g Węglowodany ogółem 388.47 g Błonnik pokarmowy 35.62 g Sód 2372.06 mg Sól 5.94 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.41 g Glukoza 9.15 g Frukttoza 15.53 g Sacharoza 35.11 g Laktoza 17.82 g	Wartość energetyczna 2346 kcal Białko ogółem 84.13 g Tłuszcz 78.62 g Węglowodany ogółem 341.34 g Błonnik pokarmowy 28.33 g Sód 2335.02 mg Sól 5.82 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.40 g Glukoza 9.07 g Frukttoza 14.78 g Sacharoza 25.67 g Laktoza 17.83 g	Wartość energetyczna 2136 kcal Białko ogółem 71.58 g Tłuszcz 68.94 g Węglowodany ogółem 331.74 g Błonnik pokarmowy 47.63 g Sód 2437.95 mg Sól 5.79 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.47 g Glukoza 8.48 g Frukttoza 13.61 g Sacharoza 15.62 g Laktoza 11.76 g	Wartość energetyczna 2329 kcal Białko ogółem 79.68 g Tłuszcz 76.27 g Węglowodany ogółem 357.40 g Błonnik pokarmowy 51.83 g Sód 2856.15 mg Sól 6.84 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.11 g Glukoza 8.48 g Frukttoza 13.61 g Sacharoza 16.45 g Laktoza 11.78 g	Wartość energetyczna 2329 kcal Białko ogółem 95.33 g Tłuszcz 56.78 g Węglowodany ogółem 372.62 g Błonnik pokarmowy 25.70 g Sód 2380.89 mg Sól 5.96 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.78 g Glukoza 10.20 g Frukttoza 15.35 g Sacharoza 61.86 g Laktoza 28.82 g	Wartość energetyczna 2329 kcal Białko ogółem 95.33 g Tłuszcz 56.78 g Węglowodany ogółem 372.62 g Błonnik pokarmowy 25.70 g Sód 2380.89 mg Sól 5.96 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.78 g Glukoza 10.20 g Frukttoza 15.35 g Sacharoza 61.86 g Laktoza 28.82 g	Wartość energetyczna 2231 kcal Białko ogółem 80.28 g Tłuszcz 53.33 g Węglowodany ogółem 372.87 g Błonnik pokarmowy 28.51 g Sód 2191.96 mg Sól 5.46 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.50 g Glukoza 10.77 g Frukttoza 15.85 g Sacharoza 69.36 g Laktoza 4.00 g

**Alergeny:** GLU-gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi MLE mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych 9- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam SO2-dwutlenek siarki ŁUB-tubin MIE-mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

**JADŁOSPIS DEKADOWY 14-23.12.2024 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)
<b>18.12.2024 środa</b>							
ŚNIADANIE	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata100g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU,MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata100g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU,MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIŚNchleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną drobiową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata100g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIŚNchleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną drobiową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata100g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g(MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU,MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata100g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g(MLE) kasza manna 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 kaszą manną 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata 250ml
OBIAD	Żurek z majerankiem i natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU) pieczeń wieprzowa pieczona 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 100g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka kompot 250ml	Żurek z majerankiem i natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU) pieczeń wieprzowa pieczona 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 100g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Żurek z majerankiem i natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU) pieczeń wieprzowa pieczona 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 100g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka kompot b/cukru 250ml podwieczorek: kisiel b/cukru 200g	Żurek z majerankiem i natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU) pieczeń wieprzowa pieczona 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 100g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka kompot b/cukru 250ml podwieczorek: kisiel b/cukru 200g	Zupa ziemniaczana czysta z natką pietruszki 400ml ( SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU) pieczeń wieprzowa pieczona 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 100g (GLU) marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml	Zupa ziemniaczana czysta z natką pietruszki 400ml ( SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU) pieczeń wieprzowa pieczona 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 100g (GLU) marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml	Zupa ziemniaczana czysta z natką pietruszki 400ml ( SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU) pieczeń wieprzowa pieczona 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 100g (GLU) marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Paprykarz rybny 50g (RYB) 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	Paprykarz rybny 50g (RYB) pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Paprykarz rybny 50g (RYB) 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 i wędliną wieprzową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka drobiowa 100g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka drobiowa 100g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) 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 POSIŁEK	Drożdżówka 1szt (GLU, MLE)	Drożdżówka 1szt (GLU, MLE)	Pieczywo chrupkie 40g (GLU)	Pieczywo chrupkie 40g (GLU)	Drożdżówka 1szt (GLU, MLE)	Drożdżówka 1szt (GLU, MLE)	Drożdżówka 1szt (GLU, MLE)
	Wartość energetyczna 2213 kcal Białko ogółem 85.23 g Tłuszcz 64.11 g Węglowodany ogółem 339.69 g Błonnik pokarmowy 30.00 g Sód 2440.41 mg Sól 6.09 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.88 g Glukoza 8.79 g Fruktoza 15.40 g Sacharoza 34.14 g Laktoza 24.21 g	Wartość energetyczna 2257 kcal Białko ogółem 87.23 g Tłuszcz 63.96 g Węglowodany ogółem 347.23 g Błonnik pokarmowy 23.00 g Sód 2332.94 mg Sól 5.82 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.80 g Glukoza 8.34 g Fruktoza 14.95 g Sacharoza 35.13 g Laktoza 24.21 g	Wartość energetyczna 2225 kcal Białko ogółem 83.09 g Tłuszcz 68.95 g Węglowodany ogółem 346.35 g Błonnik pokarmowy 54.25 g Sód 2831.60 mg Sól 7.06 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.85 g Glukoza 11.27 g Fruktoza 21.88 g Sacharoza 19.60 g Laktoza 8.75 g	Wartość energetyczna 2418 kcal Białko ogółem 91.19 g Tłuszcz 76.28 g Węglowodany ogółem 372.01 g Błonnik pokarmowy 58.45 g Sód 3249.80 mg Sól 8.11 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.49 g Glukoza 11.27 g Fruktoza 21.88 g Sacharoza 20.43 g Laktoza 8.77 g	Wartość energetyczna 2282 kcal Białko ogółem 83.19 g Tłuszcz 66.90 g Węglowodany ogółem 350.49 g Błonnik pokarmowy 20.75 g Sód 2468.66 mg Sól 6.16 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.99 g Glukoza 5.72 g Fruktoza 11.87 g Sacharoza 40.24 g Laktoza 20.34 g	Wartość energetyczna 2282 kcal Białko ogółem 83.19 g Tłuszcz 66.90 g Węglowodany ogółem 350.49 g Błonnik pokarmowy 20.75 g Sód 2468.66 mg Sól 6.16 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.99 g Glukoza 5.72 g Fruktoza 11.87 g Sacharoza 40.24 g Laktoza 20.34 g	Wartość energetyczna 2268 kcal Białko ogółem 70.80 g Tłuszcz 58.25 g Węglowodany ogółem 381.25 g Błonnik pokarmowy 24.90 g Sód 2318.96 mg Sól 5.77 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.71 g Glukoza 7.49 g Fruktoza 12.67 g Sacharoza 77.19 g Laktoza 0.12 g

**Alergeny:** GLU-gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi 7MLE mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych 9- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam SO2-dwutlenek siarki LUB-tubin MIE- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

**JADŁOSPIS DEKADOWY 14-23.12.2024 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)
<b>19.12.2024 czwartek</b>							
ŚNIADANIE	Ser żółty 50g (MLE) Papryka konserwowa +sałata100g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) makaron na mleku 400ml (GLU,MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	wędlina drobiowa40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) makaron na mleku 400ml (GLU,MLE)Herbata 250ml owoc 1szt	Ser żółty 50g (MLE) Papryka konserwowa +sałata100g chleb razowy 100g(GLU,) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU) Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt <u>IISN</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną wieprzową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Ser żółty 50g (MLE) Papryka konserwowa +sałata100g chleb razowy 100g(GLU,) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU) Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt <u>IISN</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 50g(JAJ)	wędlina drobiowa40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata100g pieczywo pszenne 100g(GLU,) margaryna miękka 15g(MLE) makaron na mleku 400ml (GLU,MLE)Herbata 250ml owoc 1szt	wędlina drobiowa40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata100g pieczywo pszenne 100g(GLU,) margaryna miękka 15g(MLE) makaron na mleku 400ml (GLU,MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	wędlina drobiowa40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g(GLU,) masło ekstra 15g(MLE ) Zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU) Herbata 250ml owoc 1szt
OBIAD	Zupa kapuśniak 400ml (GLU, SEL) potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) Ryż biały 200g bukiet warzyw gotowany 150g kompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) Ryż biały 200g bukiet warzyw gotowany 150gkompot 250ml	Zupa kapuśniak 400ml (GLU, SEL) potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) Ryż brązowy 200g bukiet warzyw gotowany 150gkompot b/cukru 250ml podwieczerek: Sok pomidorowy 100% 200g	Zupa kapuśniak 400ml (GLU, SEL) potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) Ryż brązowy 200g bukiet warzyw gotowany 150gkompot b/cukru 250ml podwieczerek: Sok pomidorowy 100% 200g	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) Ryż biały 200g bukiet warzyw gotowany 150gkompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) Ryż biały 200g bukiet warzyw gotowany 150gkompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) Ryż biały 200g marchewka gotowana 150g(GLU) 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>IK</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) 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 POSIŁEK	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Jabłko pieczone 1szt.
	Wartość energetyczna 2118 kcal Białko ogółem 71.70 g Tłuszcz 56.30 g Węglowodany ogółem 346.77 g Błonnik pokarmowy 29.18 g Sód 1398.04 mg Sól 3.48 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.70 g Glukoza 5.79 g Fruktოza 11.73 g Sacharoza 28.61 g Laktoza 17.73 g	Wartość energetyczna 2200 kcal Białko ogółem 73.31 g Tłuszcz 59.15 g Węglowodany ogółem 358.14 g Błonnik pokarmowy 24.03 g Sód 1308.09 mg Sól 3.25 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.33 g Glukoza 7.44 g Fruktოza 13.33 g Sacharoza 27.61 g Laktoza 17.74 g	Wartość energetyczna 1881 kcal Białko ogółem 73.50 g Tłuszcz 53.29 g Węglowodany ogółem 298.65 g Błonnik pokarmowy 43.93 g Sód 2221.97 mg Sól 5.54 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11.14 g Glukoza 9.75 g Fruktοza 15.19 g Sacharoza 16.62 g Laktoza 8.66 g	Wartość energetyczna 2074 kcal Białko ogółem 81.60 g Tłuszcz 60.62 g Węglowodany ogółem 324.31 g Błonnik pokarmowy 48.13 g Sód 2640.17 mg Sól 6.59 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.78 g Glukoza 9.75 g Fruktοza 15.19 g Sacharoza 17.45 g Laktoza 8.68 g	Wartość energetyczna 2231 kcal Białko ogółem 77.01 g Tłuszcz 53.27 g Węglowodany ogółem 373.27 g Błonnik pokarmowy 20.14 g Sód 1603.84 mg Sól 3.99 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.73 g Glukoza 7.89 g Fruktοza 12.97 g Sacharoza 62.74 g Laktoza 18.35 g	Wartość energetyczna 2231 kcal Białko ogółem 77.01 g Tłuszcz 53.27 g Węglowodany ogółem 373.27 g Błonnik pokarmowy 20.14 g Sód 1603.84 mg Sól 3.99 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.73 g Glukoza 7.89 g Fruktοza 12.97 g Sacharoza 62.74 g Laktoza 18.35 g	Wartość energetyczna 1965 kcal Białko ogółem 68.68 g Tłuszcz 45.21 g Węglowodany ogółem 332.87 g Błonnik pokarmowy 21.00 g Sód 2038.77 mg Sól 5.10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.69 g Glukoza 7.03 g Fruktοza 12.27 g Sacharoza 62.97 g Laktoza 0.12 g

**Alergeny:** GLU-gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi MLE mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych 9- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam SO2-dwutlenek siarki ŁUB-tubin MIĘ-mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

**JADŁOSPIS DEKADOWY 14-23.12.2024 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)
<b>20.12.2024 piątek</b>							
ŚNIADANIE	Marmolada 50g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Kasza kukurydziana na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Marmolada 50g chleb pszenny 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Kasza kukurydziana na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Jaja 1szt (JAJ) Pomidor+sałata 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml owoc 1szt Herbata 250ml IIŚN kefir naturalny 200g (MLE)	Jaja 1szt (JAJ) Pomidor+sałata 100g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml owoc 1szt Herbata 250ml IIŚN kefir naturalny 200g (MLE)	Marmolada 50g chleb pszenny 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Kasza kukurydziana na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Marmolada 50g chleb pszenny 100g(GLU) masło roślinne 15g (MLE) Kasza kukurydziana na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb pszenny 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml owoc 1szt Herbata 250ml
OBIAD	Zupa kalafiorowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryba pieczona 100g (GLU, JAJ, RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (SEL) kompot 250ml	Zupa kalafiorowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (SEL) kompot 250ml	Zupa kalafiorowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (SEL)  podwieczorek: Mandarynka 1szt	Zupa kalafiorowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (SEL)  podwieczorek:: Mandarynka 1szt	Zupa zacierka z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (SEL) kompot 250ml	Zupa zacierka z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (SEL) kompot 250ml	Zupa zacierka z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (SEL) kompot 250ml
KOLACJA	Twarożek z natką 50g(MLE) pomidor 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) 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*)	Twarożek z natką 50g(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*)	Twarożek z natką 50g(MLE) pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) pomidor 100g Herbata 250ml	Twarożek z natką 50g(MLE) pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) pomidor 100g 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 2213 kcal Białko ogółem 85.23 g Tłuszcz 64.11 g Węglowodany ogółem 339.69 g Błonnik pokarmowy 30.00 g Sód 2440.41 mg Sól 6.09 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.88 g Glukoza 8.79 g Fruktoza 15.40 g Sacharoza 34.14 g Laktoza 24.21 g	Wartość energetyczna 2257 kcal Białko ogółem 87.23 g Tłuszcz 63.96 g Węglowodany ogółem 347.23 g Błonnik pokarmowy 23.00 g Sód 2332.94 mg Sól 5.82 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.80 g Glukoza 8.34 g Fruktoza 14.95 g Sacharoza 35.13 g Laktoza 24.21 g	Wartość energetyczna 2225 kcal Białko ogółem 83.09 g Tłuszcz 68.95 g Węglowodany ogółem 346.35 g Błonnik pokarmowy 54.25 g Sód 2831.60 mg Sól 7.06 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.85 g Glukoza 11.27 g Fruktoza 21.88 g Sacharoza 19.60 g Laktoza 8.75 g	Wartość energetyczna 2418 kcal Białko ogółem 91.19 g Tłuszcz 76.28 g Węglowodany ogółem 372.01 g Błonnik pokarmowy 58.45 g Sód 3249.80 mg Sól 8.11 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.49 g Glukoza 11.27 g Fruktoza 21.88 g Sacharoza 20.43 g Laktoza 8.77 g	Wartość energetyczna 2282 kcal Białko ogółem 83.19 g Tłuszcz 66.90 g Węglowodany ogółem 350.49 g Błonnik pokarmowy 20.75 g Sód 2468.66 mg Sól 6.16 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.99 g Glukoza 5.72 g Fruktoza 11.87 g Sacharoza 40.24 g Laktoza 20.34 g	Wartość energetyczna 2282 kcal Białko ogółem 83.19 g Tłuszcz 66.90 g Węglowodany ogółem 350.49 g Błonnik pokarmowy 20.75 g Sód 2468.66 mg Sól 6.16 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.99 g Glukoza 5.72 g Fruktoza 11.87 g Sacharoza 40.24 g Laktoza 20.34 g	Wartość energetyczna 2268 kcal Białko ogółem 70.80 g Tłuszcz 58.25 g Węglowodany ogółem 381.25 g Błonnik pokarmowy 24.90 g Sód 2318.96 mg Sól 5.77 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.71 g Glukoza 7.49 g Fruktoza 12.67 g Sacharoza 77.19 g Laktoza 0.12 g

**Alergeny:** GLU-gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi 7MLE mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych 9- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam SO2-dwutlenek siarki ŁUB-tubin MIĘ-mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

**JADŁOSPIS DEKADOWY 14-23.12.2024 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 BEZMŁECZNA (11 ML)
<b>21.12.2024 sobota</b>							
ŚNIADANIE	wędlina wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo mieszane 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU,MLE) papryka konserwowa + sałata 100g owoc 1szt Herbata 250ml	wędlina wieprzowa 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 wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (GLU) papryka konserwowa + sałata 100g owoc 1szt Herbata 250ml <u>IIK</u> chleb razowy 50g (GLU) z masłem roślinnym 10g (MLE) i wędliną wieprzową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	wędlina wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (GLU) papryka konserwowa + sałata 100g owoc 1szt Herbata 250ml <u>IIK</u> chleb razowy 50g (GLU) z masłem roślinnym 10g (MLE) i wędliną wieprzową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	wędlina 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 pomidor + sałata 100g Herbata 250ml	wędlina 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) pomidor + sałata 100g owoc 1szt Herbata 250ml	wędlina 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 ogonowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron z twarogiem i masłem 300g (GLU, MLE) Jabłko 1 szt. kompot 250ml	Zupa ogonowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron z twarogiem i masłem 300g (GLU, MLE) Jabłko 1 szt. kompot 250ml	Zupa ogonowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron z twarogiem i masłem 300g (GLU, MLE) Jabłko 1 szt. kompot b/cukru 250ml podwieczorek: kiwi 1szt	Zupa ogonowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron z twarogiem i masłem 300g (GLU, MLE) Jabłko 1 szt. kompot b/cukru 250ml podwieczorek: kiwi 1szt	Zupa ziemniaczana czysta z natką pietruszki 400ml ( SEL)) makaron z twarogiem i masłem 300g (GLU, MLE) Jabłko 1 szt. kompot 250ml	Zupa ziemniaczana czysta z natką pietruszki 400ml ( SEL) makaron z twarogiem i masłem 300g (GLU, MLE) Jabłko 1 szt. kompot 250ml	Zupa ziemniaczana czysta z natką pietruszki 400ml ( SEL) Makaron z twarogiem i warzywami (GLU, SEL) Puree dyniowe 150g kompot 250ml
KOLACJA	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 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	Szynka wieprzowa 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 wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka wieprzowa 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 wędliną drobiową30g(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 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 2041 kcal Białko ogółem 88.46 g Tłuszcz 57.48 g Węglowodany ogółem 304.59 g Błonnik pokarmowy 23.44 g Sód 2376.84 mg Sól 5.79 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.47 g Glukoza 7.48 g Frukttoza 15.01 g Sacharoza 30.72 g Laktoza 24.53 g	Wartość energetyczna 2061 kcal Białko ogółem 91.21 g Tłuszcz 58.41 g Węglowodany ogółem 302.57 g Błonnik pokarmowy 15.32 g Sód 2092.84 mg Sól 5.08 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.52 g Glukoza 6.57 g Frukttoza 13.09 g Sacharoza 27.96 g Laktoza 24.53 g	Wartość energetyczna 1893 kcal Białko ogółem 86.97 g Tłuszcz 54.90 g Węglowodany ogółem 283.17 g Błonnik pokarmowy 40.10 g Sód 2401.55 mg Sól 5.85 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.21 g Glukoza 10.30 g Frukttoza 20.72 g Sacharoza 16.77 g Laktoza 10.62 g	Wartość energetyczna 2086 kcal Białko ogółem 95.07 g Tłuszcz 62.23 g Węglowodany ogółem 308.83 g Błonnik pokarmowy 44.30 g Sód 2819.75 mg Sól 6.90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.85 g Glukoza 10.30 g Frukttoza 20.72 g Sacharoza 17.60 g Laktoza 10.64 g	Wartość energetyczna 1988 kcal Białko ogółem 87.55 g Tłuszcz 49.26 g Węglowodany ogółem 309.38 g Błonnik pokarmowy 17.28 g Sód 2460.65 mg Sól 6.02 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.21 g Glukoza 5.19 g Frukttoza 11.50 g Sacharoza 30.11 g Laktoza 20.34 g	Wartość energetyczna 1988 kcal Białko ogółem 87.55 g Tłuszcz 49.26 g Węglowodany ogółem 309.38 g Błonnik pokarmowy 17.28 g Sód 2460.65 mg Sól 6.02 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.21 g Glukoza 5.19 g Frukttoza 11.50 g Sacharoza 30.11 g Laktoza 20.34 g	Wartość energetyczna 1830 kcal Białko ogółem 71.46 g Tłuszcz 39.40 g Węglowodany ogółem 308.32 g Błonnik pokarmowy 17.59 g Sód 2115.35 mg Sól 5.14 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.69 g Glukoza 6.96 g Frukttoza 12.30 g Sacharoza 66.76 g Laktoza 0.12 g

**Alergeny:** GLU-gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi 7MLE mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych 9- seler GOR-gorczyca SEZ-sesam SO2-dwutlenek siarki ŁUB-tubin MIĘ-mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów



**JADŁOSPIS DEKADOWY 14-23.12.2024 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)
<b>22.12.2024 niedziela</b>							
SNIADANIE	Pasta z jaj 50g (JAJ) Papryka konserwowa +sałata 100g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Płatki owsiane na mleku 400ml (GLU,MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Pasta z jaj 50g (JAJ) pomidor +sałata100g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Płatki owsiane na mleku 400ml (GLU,MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Pasta z jaj 50g (JAJ) Papryka konserwowa +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)	Pasta z jaj 50g (JAJ) Papryka konserwowa +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 +sałata100g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Płatki owsiane na mleku 400ml (GLU,MLE) 400ml ( MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata100g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Płatki owsiane 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 300 ml +cukier 10g
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki ( GLU, MLE,SEL) kotlet mielony smażony 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g Surówka z buraczków i jabłka 150g kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki ( GLU, MLE,SEL) Pulpet wieprzowy 100g ziemniaki z koprem 200g Surówka z buraczków i jabłka 150g kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki ( GLU, MLE,SEL) Pulpet wieprzowy 100g ziemniaki z koprem 200g Surówka z buraczków i jabłka 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: jabłko 1szt	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki ( GLU, MLE,SEL) Pulpet wieprzowy 100g ziemniaki z koprem 200g Surówka z buraczków i jabłka 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: jabłko 1szt	Zupa ryżowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Pulpet wieprzowy 100g ziemniaki z koprem 200g Buraczki duszone 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa ryżowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Pulpet wieprzowy 100g ziemniaki z koprem 200g Buraczki duszone 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa ryżowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) pulpet wieprzowy 100g(GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g Buraczki duszone 150g (GLU) 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 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*) 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*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) 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	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)	Jabłko pieczone 1szt.
	Wartość energetyczna:2325 kcal Białko ogółem:89.11 g Węglowodany ogółem:367.38 g Tłuszcz:61.16 g Glukoza:7.87 g Sacharoza:49.06 g Błonnik pokarmowy:25.65 g Sód:1942.8 mg Fruktoza:19.17 g Laktoza:18.04 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:18.09 g	Wartość energetyczna:2247 kcal Białko ogółem:87.97 g Węglowodany ogółem:354.42 g Tłuszcz:57.61 g Glukoza:4.85 g Sacharoza:56.37 g Błonnik pokarmowy:19.97 g Sód:1994.1 mg Fruktoza:11.07 g Laktoza:21.24 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:18.9 g	Wartość energetyczna:2271 kcal Białko ogółem:92.08 g Węglowodany ogółem:363.91 g Tłuszcz:55.6 g Glukoza:6.74 g Sacharoza:26.95 g Błonnik pokarmowy:36 g Sód:2595.5 mg Fruktoza:12.77 g Laktoza:6.54 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:17.47 g	Wartość energetyczna:2464 kcal Białko ogółem:100.18 g Węglowodany ogółem:389.57 g Tłuszcz:62.93 g Glukoza:6.74 g Sacharoza:27.78 g Błonnik pokarmowy:40.2 g Sód:3013.7 mg Fruktoza:12.77 g Laktoza:6.56 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:19.11 g	Wartość energetyczna 2321 kcal Białko ogółem 90.16 g Tłuszcz 55.33 g Węglowodany ogółem 374.58 g Błonnik pokarmowy 14.25 g Sód 1846.09 mg Sól 4.61 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.30 g Glukoza 6.61 g Fruktoza 12.07 g Sacharoza 73.99 g Laktoza 21.98 g	Wartość energetyczna 2321 kcal Białko ogółem 90.16 g Tłuszcz 55.33 g Węglowodany ogółem 374.58 g Błonnik pokarmowy 14.25 g Sód 1846.09 mg Sól 4.61 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.30 g Glukoza 6.61 g Fruktoza 12.07 g Sacharoza 73.99 g Laktoza 21.98 g	Wartość energetyczna 2198 kcal Białko ogółem 78.76 g Tłuszcz 51.16 g Węglowodany ogółem 368.87 g Błonnik pokarmowy 24.11 g Sód 1783.84 mg Sól 4.44 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.24 g Glukoza 9.96 g Fruktoza 15.05 g Sacharoza 67.71 g Laktoza 0.13 g

**Alergeny:** GLU-gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi 7MLE mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych 9- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam SO2-dwutlenek siarki ŁUB-tubin MIE- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

**JADŁOSPIS DEKADOWY 14-23.12.2024 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**

Posiłek	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)
<b>23.12.2024 poniedziałek</b>							
ŚNIADANIE	Pasta z ciecierzycy 50g pomidor +sałata100g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Polędwica drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Pasta z ciecierzycy 50g pomidor +sałata100g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU) Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt IIŚN kefir naturalny 200g (MLE)	Pasta z ciecierzycy 50g pomidor +sałata100g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU) Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt IIŚN kefir naturalny 200g (MLE)	Polędwica drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Polędwica drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Polędwica drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU) Herbata 250ml owoc 1szt
OBIAD	Zupa z fasolką szparagową z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koprem 200g Brokuł gotowany 150g kompot 250ml	Zupa z fasolką szparagową z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koprem 200g Brokuł gotowany 150g kompot 250ml	Zupa z fasolką szparagową z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koprem 200g Brokuł gotowany 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: chrupki kukurydziane 20g	Zupa z fasolką szparagową z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koprem 200g Brokuł gotowany 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: chrupki kukurydziane 20g	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koprem 200g Brokuł gotowany 150g kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koprem 200g Brokuł gotowany 150g kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU) Ziemniaki z koprem 200g Bukiet warzyw 150g kompot 250ml
KOLACJA	Polędwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony 100g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Polędwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Polędwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Polędwica 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 drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Polędwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) omidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Polędwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) omidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Polędwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSIŁEK	Drożdżówka 1szt (GLU, JAJ)	Drożdżówka 1szt (GLU, JAJ)	Pieczywo chrupkie 40g(GLU)	Pieczywo chrupkie 40g(GLU)	Drożdżówka 1szt (GLU, JAJ)	Drożdżówka 1szt (GLU, JAJ)	Drożdżówka 1szt (GLU, JAJ)
	Wartość energetyczna:2518 kcal Białko ogółem:89.93 g Węglowodany ogółem:341.11 g Tłuszcz:93.17 g Glukoza:8.52 g Sacharoza:40.94 g Błonnik pokarmowy:23.11 g Sód:2721.94 mg Fruktoza:15.29 g Laktoza:21.46 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:35.17 g	Wartość energetyczna:2460 kcal Białko ogółem:92.41 Węglowodany ogółem:346.06 g Tłuszcz:83.87 g Glukoza:7.51 g Sacharoza:41.81 g Błonnik pokarmowy:25.23 g Sód:2004.2 mg Fruktoza:14.12 g Laktoza:21.41 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:24.78 g	Wartość energetyczna:2583 kcal Białko ogółem:97.89 g Węglowodany ogółem:356.61 g Tłuszcz:92.88 g Glukoza:8.12 g Sacharoza:16.39 g Błonnik pokarmowy:36.3 g Sód:2027.6 mg Fruktoza:14.67 g Laktoza:12.38 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:29.78 g	Wartość energetyczna:2776 kcal Białko ogółem:105.99 g Węglowodany ogółem:382.27 g Tłuszcz:100.21 g Glukoza:8.12 g Sacharoza:17.22 g Błonnik pokarmowy:40.5 g Sód:2445.8 mg Fruktoza:14.67 g Laktoza:12.4 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:31.42 g	Wartość energetyczna:2281 kcal Białko ogółem:79.95 g Węglowodany ogółem:341.29 g Tłuszcz:72.14 g Glukoza:7.72 g Sacharoza:42.93 g Błonnik pokarmowy:26.78 g Sód:1865.9 mg Fruktoza:14.08 g Laktoza:2.06 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:17.64 g	Wartość energetyczna:2281 kcal Białko ogółem:79.95 g Węglowodany ogółem:341.29 g Tłuszcz:72.14 g Glukoza:7.72 g Sacharoza:42.93 g Błonnik pokarmowy:26.78 g Sód:1865.9 mg Fruktoza:14.08 g Laktoza:2.06 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:17.64 g	Wartość energetyczna:2284 kcal Białko ogółem:75.8 g Węglowodany ogółem:386.14 g Tłuszcz:55.44 g Glukoza:9.52 g Sacharoza:82.98 g Błonnik pokarmowy:31.58 g Sód:1986.9 mg Fruktoza:14.23 g Laktoza:0.06 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:10.44 g

**Alergeny:** GLU-gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi 7MLE mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych 9- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam SO2-dwutlenek siarki ŁUB-tubin MIĘ-mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów