

JADŁOSPIS DEKADOWY 18-27.05.2024 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)
18.05.2024 sobota							
SNIADANIE	Połędwica sopocka wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 400ml(MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Połędwica sopocka wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU.) masło ekstra 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 400ml(MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Połędwica sopocka wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g chleb razowy 100g (GLU.) masło ekstra 15g(MLE) zupa na wywarze z jarzyn z kaszą jaglana 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt IIK chleb razowy 60g (GLU.) z masłem roślinnym 5g(MLE) i twarogiem 30g(MLE)	Połędwica sopocka wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g chleb razowy 100g (GLU.) masło ekstra 15g(MLE) zupa na wywarze z jarzyn z kaszą jaglana 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt IIK chleb razowy 60g (GLU.) z masłem roślinnym 5g(MLE) i twarogiem 30g(MLE)	Połędwica sopocka wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU.) margaryna miękka 15g (MLE) kasza jaglana na mleku 400ml(MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Połędwica sopocka wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU.) margaryna miękka 15g (MLE) kasza jaglana na mleku 400ml(MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Połędwica sopocka wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU.) masło ekstra 15g(MLE) zupa na wywarze z jarzyn z kaszą jaglana 400ml Herbata 250ml owoc 1szt
OBIAD	Zupa kalafiorowa z natka pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza gryczana 200g sos pieczarkowy 150g (GLU) surówka z kapusty białej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa kalafiorowa z natka pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż 200g sos mięsno-warzywny duszony 150g(GLU) buraczki gotowane 150G (GLU) kompot 250ml	Zupa kalafiorowa z natka pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza gryczana 200g sos pieczarkowy 150g (GLU) surówka z kapusty białej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: jabłko 1szt	Zupa kalafiorowa z natka pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza gryczana 200g sos pieczarkowy 150g (GLU) surówka z kapusty białej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: jabłko 1szt	Zupa ziemniaczana z natka pietruszki 400ml (SEL) ryż 200g sos mięsno-warzywny duszony 150g(GLU) buraczki gotowane 150G (GLU) kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natka pietruszki 400ml (SEL) ryż 200g sos mięsno-warzywny duszony 150g(GLU) buraczki gotowane 150G (GLU) kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natka pietruszki 400ml (SEL) ryż 200g sos mięsno-warzywny duszony 150g(GLU) marchewka gotowana 150G (GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU MLE)	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) 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*) 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 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	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Mus warzywno-owocowy 150g
	Wartość energetyczna 2140 kcal Białko ogółem 76.98 g Tłuszcz 65.21 g Węglowodany ogółem 328.61 g Błonnik pokarmowy 32.01 g Sód 1898.96 mg Sól 4.62 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27.20 g Glukoza 10.61 g Fruktoza 17.22 g Sacharoza 31.99 g Laktoza 19.56 g	Wartość energetyczna 2276 kcal Białko ogółem 86.29 g Tłuszcz 67.22 g Węglowodany ogółem 348.44 g Błonnik pokarmowy 31.85 g Sód 2139.29 mg Sól 5.19 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23.91 g Glukoza 11.09 g Fruktoza 18.80 g Sacharoza 36.66 g Laktoza 22.34 g	Wartość energetyczna 2352 kcal Białko ogółem 82.76 g Tłuszcz 75.79 g Węglowodany ogółem 363.50 g Błonnik pokarmowy 55.96 g Sód 2509.05 mg Sól 6.14 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26.17 g Glukoza 13.58 g Fruktoza 24.20 g Sacharoza 17.86 g Laktoza 4.12 g	Wartość energetyczna 2159 kcal Białko ogółem 74.66 g Tłuszcz 68.46 g Węglowodany ogółem 337.84 g Błonnik pokarmowy 51.76 g Sód 2090.85 mg Sól 5.09 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24.53 g Glukoza 13.58 g Fruktoza 24.20 g Sacharoza 17.03 g Laktoza 4.10 g	Wartość energetyczna 2322 kcal Białko ogółem 87.34 g Tłuszcz 66.59 g Węglowodany ogółem 359.54 g Błonnik pokarmowy 26.35 g Sód 2055.89 mg Sól 4.99 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.63 g Glukoza 10.84 g Fruktoza 17.10 g Sacharoza 34.56 g Laktoza 20.37 g	Wartość energetyczna 2322 kcal Białko ogółem 87.34 g Tłuszcz 66.59 g Węglowodany ogółem 359.54 g Błonnik pokarmowy 26.35 g Sód 2055.89 mg Sól 4.99 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.63 g Glukoza 10.84 g Fruktoza 17.10 g Sacharoza 34.56 g Laktoza 20.37 g	Wartość energetyczna 2248 kcal Białko ogółem 72.75 g Tłuszcz 57.24 g Węglowodany ogółem 377.60 g Błonnik pokarmowy 27.30 g Sód 1895.17 mg Sól 4.58 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.19 g Glukoza 9.31 g Fruktoza 14.00 g Sacharoza 69.31 g Laktoza 0.15 g

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

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 18-27.05.2024 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)
19.05.2024 niedziela							
ŚNIADANIE	Jaja 1szt (JAJ) papryka +sałata 100g sos tatarski 50g (MLE) pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) ryż na mleku 400ml (GLU) Herbata 250ml owoc 1szt	Jaja 1szt (JAJ) pomidor +sałata 100g sos tatarski 50g (MLE) pieczywo pszenne 100g(GLU,) masło ekstra 15g(MLE) ryż na mleku 400ml (GLU) Herbata 250ml owoc 1szt	Jaja 1szt (JAJ) papryka +sałata 100g sos tatarski 50g (MLE) chleb razowy 100g (GLU,) masło ekstra 15g(MLE) zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt IISN kefir naturalny 200g (MLE)	Jaja 1szt (JAJ) papryka +sałata 100g sos tatarski 50g (MLE) chleb razowy 100g (GLU,) masło ekstra 15g(MLE) zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt IISN kefir naturalny 200g (MLE)	Szynka z indyka 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU,) margaryna miękka 15g (MLE) ryż na mleku 400ml (GLU) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka z indyka 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU,) margaryna miękka 15g (MLE) ryż na mleku 400ml (GLU) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka z indyka 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g(GLU,) masło ekstra 15g(MLE) zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml Herbata 250ml owoc 1szt
OBIAD	Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka pieczone 200g(GOR) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka gotowane 200g surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka gotowane 200g surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczerek:Sok pomidorowy 100% 200g	Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka gotowane 200g surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczerek:Sok pomidorowy 100% 200g	Rosół warzywny z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka gotowane 200g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml	Rosół warzywny z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka gotowane 200g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml	Rosół warzywny z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka gotowane 200g marchewka gotowana 150g (GLU) 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	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata b/cukru 250ml IK 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	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 2233 kcal Białko ogółem 91.17 g Tłuszcz 80.94 g Węglowodany ogółem 296.86 g Błonnik pokarmowy 24.17 g Sód 1882.86 mg Sól 4.71 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26.32 g Glukoza 8.36 g Fruktოza 15.52 g Sacharoza 30.84 g Laktoza 20.40 g	Wartość energetyczna 2233 kcal Białko ogółem 91.17 g Tłuszcz 80.94 g Węglowodany ogółem 296.86 g Błonnik pokarmowy 24.17 g Sód 1882.86 mg Sól 4.71 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26.32 g Glukoza 8.36 g Fruktοza 15.52 g Sacharoza 30.84 g Laktoza 20.40 g	Wartość energetyczna 2395 kcal Białko ogółem 101.51 g Tłuszcz 86.66 g Węglowodany ogółem 324.54 g Błonnik pokarmowy 46.60 g Sód 2826.27 mg Sól 7.07 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23.98 g Glukoza 10.53 g Fruktοza 17.20 g Sacharoza 15.48 g Laktoza 6.51 g	Wartość energetyczna 2202 kcal Białko ogółem 93.41 g Tłuszcz 79.33 g Węglowodany ogółem 298.88 g Błonnik pokarmowy 42.40 g Sód 2408.07 mg Sól 6.02 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22.34 g Glukoza 10.53 g Fruktοza 17.20 g Sacharoza 14.65 g Laktoza 6.49 g	Wartość energetyczna 2276 kcal Białko ogółem 95.91 g Tłuszcz 77.49 g Węglowodany ogółem 310.23 g Błonnik pokarmowy 19.54 g Sód 2113.81 mg Sól 5.29 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.51 g Glukoza 9.01 g Fruktοza 15.37 g Sacharoza 30.55 g Laktoza 20.37 g	Wartość energetyczna 2276 kcal Białko ogółem 95.91 g Tłuszcz 77.49 g Węglowodany ogółem 310.23 g Błonnik pokarmowy 19.54 g Sód 2113.81 mg Sól 5.29 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.51 g Glukoza 9.01 g Fruktοza 15.37 g Sacharoza 30.55 g Laktoza 20.37 g	Wartość energetyczna 2232 kcal Białko ogółem 81.63 g Tłuszcz 68.38 g Węglowodany ogółem 334.68 g Błonnik pokarmowy 20.57 g Sód 1948.43 mg Sól 4.87 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.12 g Glukoza 8.38 g Fruktοza 13.17 g Sacharoza 69.32 g Laktoza 0.15 g

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

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 18-27.05.2024 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)
20.05.2024 PONIEDZIAŁEK							
SNIADANIE	Polędwica drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) rzodkiewka +sałata 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Polędwica drobiowa 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	Polędwica drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) rzodkiewka +sałata 100g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt IIIK chleb razowy 60g (GLU.) z masłem roślinnym 5g(MLE) i i twarogiem 30g(MLE)	Polędwica drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) rzodkiewka +sałata 100g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt IIIK chleb razowy 60g (GLU.) z masłem roślinnym 5g(MLE) i i twarogiem 30g(MLE)	Polędwica drobiowa 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	Polędwica drobiowa 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	polędwica drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata 250ml owoc 1szt
OBIAD	zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g(GLU) kompot 250ml	zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g(GLU) kompot 250ml	zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g(GLU) kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Kisiel b/cukru 200g	zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g(GLU) kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Kisiel b/cukru 200g	zupa koperkowa czysta 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200g potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g(GLU) kompot 250ml	zupa koperkowa czysta 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200g potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g(GLU) kompot 250ml	zupa koperkowa czysta 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200g potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g(GLU) 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 IIIK chleb razowy 60g (GLU.) z masłem roślinnym 5g(MLE) i i wędliną wieprzową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	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 2429 kcal Białko ogółem 87.78 g Tuszczyz 74.84 g Węglowodany ogółem 366.67 g Błonnik pokarmowy 33.09 g Sód 2121.94 mg Sól 5.29 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.95 g Glukoza 9.10 g Fruktoza 15.33 g Sacharoza 34.81 g Laktoza 19.82 g	Wartość energetyczna 2372 kcal Białko ogółem 83.30 g Tuszczyz 72.07 g Węglowodany ogółem 362.56 g Błonnik pokarmowy 31.74 g Sód 2072.29 mg Sól 5.16 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.36 g Glukoza 7.36 g Fruktoza 13.33 g Sacharoza 34.74 g Laktoza 15.95 g	Wartość energetyczna 2387 kcal Białko ogółem 94.90 g Tuszczyz 76.89 g Węglowodany ogółem 352.90 g Błonnik pokarmowy 49.95 g Sód 2760.65 mg Sól 6.88 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.10 g Glukoza 8.55 g Fruktoza 14.43 g Sacharoza 23.59 g Laktoza 10.33 g	Wartość energetyczna 2194 kcal Białko ogółem 86.80 g Tuszczyz 76.89 g Węglowodany ogółem 327.24 g Błonnik pokarmowy 45.75 g Sód 2342.45 mg Sól 6.88 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.46 g Glukoza 8.55 g Fruktoza 14.43 g Sacharoza 22.76 g Laktoza 10.31 g	Wartość energetyczna 2158 kcal Białko ogółem 84.27 g Tuszczyz 55.31 g Węglowodany ogółem 344.85 g Błonnik pokarmowy 25.15 g Sód 2618.39 mg Sól 6.53 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.20 g Glukoza 7.91 g Fruktoza 14.02 g Sacharoza 33.08 g Laktoza 15.95 g	Wartość energetyczna 2158 kcal Białko ogółem 84.27 g Tuszczyz 55.31 g Węglowodany ogółem 344.85 g Błonnik pokarmowy 25.15 g Sód 2618.39 mg Sól 6.53 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.20 g Glukoza 7.91 g Fruktoza 14.02 g Sacharoza 33.08 g Laktoza 15.95 g	Wartość energetyczna 1998 kcal Białko ogółem 74.87 g Tuszczyz 45.57 g Węglowodany ogółem 336.02 g Błonnik pokarmowy 23.82 g Sód 2316.39 mg Sól 5.77 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11.41 g Glukoza 7.20 g Fruktoza 12.92 g Sacharoza 34.03 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-łubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 18-27.05.2024 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)
21.05.2024 wtorek							
SNIADANIE	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza jagłana na mleku 400ml (MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza jagłana na mleku 400ml (MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą jagłaną 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt IIŚN chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą jagłaną 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt IIŚN chleb razowy 60g (GLU), z masłem roślinnym 5g(MLE) i i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) kasza jagłana na mleku 400ml (MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) kasza jagłana na mleku 400ml (MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą jagłaną 400ml Herbata 250ml owoc 1szt
OBIAD	Barszcz ukraiński z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron z serem twarogowym 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) jabłko 1szt kompot 250ml	Barszcz ukraiński z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron z serem twarogowym 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) jabłko 1szt kompot 250ml	Barszcz ukraiński z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron razowy z serem twarogowym 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) jabłko 1szt kompot 300ml podwieczorek:Sok pomidorowy 100% 200g	Barszcz ukraiński z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron razowy z serem twarogowym 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) jabłko 1szt kompot 300ml podwieczorek:Sok pomidorowy 100% 200g	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron z serem twarogowym 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) jabłko 1szt kompot 250ml	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron z serem twarogowym 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) jabłko 1szt kompot 250ml	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron z mięsem i warzywami 350g(GLU, SEL) sos koperkowy 100g(GLU) Marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Parówka wieprzowa 80g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek św 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	Poładwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek św 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Poładwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek św 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*)	Poładwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) pomidor 100g Herbata 250ml	Poładwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) pomidor 100g Herbata 250ml	Poładwica z indyka 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)	Chrupki kukurydziane 20g
	Wartość energetyczna 2527 kcal Białko ogółem 100.52 g Tłuszcz 82.53 g Węglowodany ogółem 362.94 g Błonnik pokarmowy 28.04 g Sód 2488.02 mg Sól 4.48 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30.61 g Glukoza 9.79 g Fruktოza 21.18 g Sacharoza 50.56 g Laktoza 30.65 g	Wartość energetyczna 2545 kcal Białko ogółem 100.89 g Tłuszcz 83.64 g Węglowodany ogółem 363.91 g Błonnik pokarmowy 27.56 g Sód 2480.19 mg Sól 4.46 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 30.93 g Glukoza 10.71 g Fruktοza 22.32 g Sacharoza 47.69 g Laktoza 30.65 g	Wartość energetyczna 2473 kcal Białko ogółem 104.16 g Tłuszcz 58.87 g Węglowodany ogółem 405.28 g Błonnik pokarmowy 57.05 g Sód 3547.80 mg Sól 8.84 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.73 g Glukoza 13.48 g Fruktοza 25.62 g Sacharoza 31.17 g Laktoza 10.37 g	Wartość energetyczna 2280 kcal Białko ogółem 96.06 g Tłuszcz 51.54 g Węglowodany ogółem 379.62 g Błonnik pokarmowy 52.85 g Sód 3129.60 mg Sól 7.79 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.09 g Glukoza 13.48 g Fruktοza 25.62 g Sacharoza 30.34 g Laktoza 10.35 g	Wartość energetyczna 2089 kcal Białko ogółem 93.73 g Tłuszcz 51.37 g Węglowodany ogółem 322.42 g Błonnik pokarmowy 24.40 g Sód 2326.67 mg Sól 5.80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.58 g Glukoza 6.86 g Fruktοza 13.26 g Sacharoza 37.48 g Laktoza 26.74 g	Wartość energetyczna 2089 kcal Białko ogółem 93.73 g Tłuszcz 51.37 g Węglowodany ogółem 322.42 g Błonnik pokarmowy 24.40 g Sód 2326.67 mg Sól 5.80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.58 g Glukoza 6.86 g Fruktοza 13.26 g Sacharoza 37.48 g Laktoza 26.74 g	Wartość energetyczna 2253 kcal Białko ogółem 79.15 g Tłuszcz 60.52 g Węglowodany ogółem 363.91 g Błonnik pokarmowy 30.34 g Sód 1929.06 mg Sól 4.80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.13 g Glukoza 10.48 g Fruktοza 15.13 g Sacharoza 68.68 g Laktoza 0.09 g

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

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 18-27.05.2024 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 TLUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
22.05.2024 środa							
SNIADANIE	Ser żółty 40g (MLE) rzodkiewka + sałata 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Ser żółty 40g (MLE) rzodkiewka + sałata 100g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt <u>IIŚN</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	Ser żółty 40g (MLE) rzodkiewka + sałata 100g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt <u>IIŚN</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	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) Herbata 250ml owoc 1szt	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) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata 250ml owoc 1szt
OBIAD	kapuśniak z białej kapusty z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryż 200g pierś z kurczaka duszona 100g w sosie koperkowym 150g(GLU) sałata z koperkiem i olejem 50g kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż 200g pierś z kurczaka duszona 100g w sosie koperkowym 150g(GLU) sałata z koperkiem i olejem 50g kompot 250ml	kapuśniak z białej kapusty z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryż brązowy 200g pierś z kurczaka duszona 100g w sosie koperkowym 150g(GLU) sałata z koperkiem i olejem 50g kompot 300ml podwieczorek:Maślanka 200g (MLE)	kapuśniak z białej kapusty z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryż brązowy 200g pierś z kurczaka duszona 100g w sosie koperkowym 150g(GLU) sałata z koperkiem i olejem 50g kompot 300ml podwieczorek:Maślanka 200g (MLE)	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż 200g pierś z kurczaka duszona 100g w sosie koperkowym 150g(GLU) sałata z koperkiem i olejem 50g kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż 200g pierś z kurczaka duszona 100g w sosie koperkowym 150g(GLU) sałata z koperkiem i olejem 50g kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż 200g pierś z kurczaka duszona 100g w sosie koperkowym 150g(GLU) marchew gotowana 150g (GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Południca wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Południca wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Południca wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Południca 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 i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Południca wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Południca wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Południca wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Sałatka warzywna 150g	Sałatka warzywna 150g	Sałatka warzywna 150g	Sałatka warzywna 150g	Mus warzywno-owocowy 150g	Mus warzywno-owocowy 150g	Mus warzywno-owocowy 150g
	Wartość energetyczna 2346 kcal Białko ogółem 89.71 g Tłuszcz 75.76 g Węglowodany ogółem 341.63 g Błonnik pokarmowy 30.63 g Sód 2281.78 mg Sól 5.69 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22.10 g Glukoza 8.34 g Fruktoza 16.33 g Sacharoza 40.87 g Laktoza 15.91 g	Wartość energetyczna 2209 kcal Białko ogółem 84.98 g Tłuszcz 61.47 g Węglowodany ogółem 343.61 g Błonnik pokarmowy 29.30 g Sód 2172.06 mg Sól 5.43 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.75 g Glukoza 7.40 g Fruktoza 15.38 g Sacharoza 41.00 g Laktoza 15.86 g	Wartość energetyczna 2432 kcal Białko ogółem 98.31 g Tłuszcz 88.90 g Węglowodany ogółem 336.90 g Błonnik pokarmowy 54.16 g Sód 3018.94 mg Sól 7.22 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22.03 g Glukoza 10.03 g Fruktoza 18.23 g Sacharoza 23.19 g Laktoza 9.87 g	Wartość energetyczna 2239 kcal Białko ogółem 90.21 g Tłuszcz 81.57 g Węglowodany ogółem 311.24 g Błonnik pokarmowy 49.96 g Sód 2600.74 mg Sól 6.17 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.39 g Glukoza 10.03 g Fruktoza 18.23 g Sacharoza 22.36 g Laktoza 9.85 g	Wartość energetyczna 2303 kcal Białko ogółem 88.28 g Tłuszcz 58.08 g Węglowodany ogółem 367.90 g Błonnik pokarmowy 19.30 g Sód 1854.09 mg Sól 4.64 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.18 g Glukoza 6.99 g Fruktoza 12.47 g Sacharoza 73.05 g Laktoza 15.54 g	Wartość energetyczna 2303 kcal Białko ogółem 88.28 g Tłuszcz 58.08 g Węglowodany ogółem 367.90 g Błonnik pokarmowy 19.30 g Sód 1854.09 mg Sól 4.64 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.18 g Glukoza 6.99 g Fruktoza 12.47 g Sacharoza 73.05 g Laktoza 15.54 g	Wartość energetyczna 2054 kcal Białko ogółem 66.05 g Tłuszcz 52.52 g Węglowodany ogółem 342.70 g Błonnik pokarmowy 22.31 g Sód 2233.24 mg Sól 5.57 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10.48 g Glukoza 8.95 g Fruktoza 13.67 g Sacharoza 68.43 g Laktoza 0.09 g

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

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 18-27.05.2024 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 WEGLOWODANÓW (5 S,P)	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW (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)
23.05.2024 czwartek							
SNIADANIE	Pasta jajeczna z natką pietruszki 50g (JAJ, MLE) ogórek świeży +sałata 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Pasta jajeczna z natką pietruszki 50g (JAJ, MLE) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Pasta jajeczna z natką pietruszki 50g (JAJ, 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 chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i twarogiem 30g(MLE)	Pasta jajeczna z natką pietruszki 50g (JAJ, 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 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) kasza kukurydziana na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g (MLE) kasza kukurydziana 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 kaszą kukurydzianą 400ml owoc 1szt Herbata 250ml
OBIAD	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU,MLE,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g stek mielony wieprzowy pieczony z cebulą 100g (GLU, JAJ) sos pieczeniowy 150g(GLU) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU,MLE,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mielony wieprzowy pieczony 100g (GLU,JAJ) sos pieczeniowy 150g(GLU) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU,MLE,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mielony wieprzowy pieczony 100g (GLU,JAJ) sos pieczeniowy 150g(GLU) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczorki:Kisiel b/cukru 200g	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU,MLE,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mielony wieprzowy pieczony 100g (GLU,JAJ) sos pieczeniowy 150g(GLU) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczorki:Kisiel b/cukru 200g	Zupa jarzynowa z natką pietruszki czysta 400ml (GLU,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mielony wieprzowy pieczony 100g (GLU,JAJ) sos pieczeniowy 150g(GLU) marchew gotowana 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki czysta 400ml (GLU,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mielony wieprzowy pieczony 100g (GLU,JAJ) sos pieczeniowy 150g(GLU) marchew gotowana 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki czysta 400ml (GLU,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mielony wieprzowy pieczony 100g (GLU,JAJ) sos pieczeniowy 150g(GLU) marchew gotowana 150g (GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Polędwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Polędwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Polędwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Polędwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml IIIK chleb razowy 60g (GLU.) z masłem roślinnym 5g(MLE) i i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Polędwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Polędwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Polędwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Ciasto drożdżowe 50g(GLU,MLE)	Ciasto drożdżowe 50g(GLU,MLE)	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 2233 kcal Białko ogółem 90.41 g Tłuszcz 64.33 g Węglowodany ogółem 341.12 g Błonnik pokarmowy 33.23 g Sód 2283.38 mg Sól 5.71 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.06 g Glukoza 9.41 g Fruktოza 17.22 g Sacharoza 36.47 g Laktoza 24.53 g	Wartość energetyczna 2282 kcal Białko ogółem 92.04 g Tłuszcz 67.04 g Węglowodany ogółem 347.09 g Błonnik pokarmowy 36.39 g Sód 1916.24 mg Sól 4.80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.02 g Glukoza 8.42 g Fruktοza 16.33 g Sacharoza 33.22 g Laktoza 20.66 g	Wartość energetyczna 2401 kcal Białko ogółem 94.10 g Tłuszcz 69.40 g Węglowodany ogółem 380.11 g Błonnik pokarmowy 56.98 g Sód 2449.67 mg Sól 6.12 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.77 g Glukoza 8.71 g Fruktοza 16.47 g Sacharoza 31.49 g Laktoza 1.97 g	Wartość energetyczna 2208 kcal Białko ogółem 86.00 g Tłuszcz 62.07 g Węglowodany ogółem 354.45 g Błonnik pokarmowy 52.78 g Sód 2031.47 mg Sól 5.07 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.13 g Glukoza 8.71 g Fruktοza 16.47 g Sacharoza 30.66 g Laktoza 1.95 g	Wartość energetyczna 2426 kcal Białko ogółem 91.23 g Tłuszcz 65.33 g Węglowodany ogółem 384.82 g Błonnik pokarmowy 27.97 g Sód 2077.89 mg Sól 5.20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.56 g Glukoza 10.26 g Fruktοza 15.40 g Sacharoza 66.94 g Laktoza 19.44 g	Wartość energetyczna 2426 kcal Białko ogółem 91.23 g Tłuszcz 65.33 g Węglowodany ogółem 384.82 g Błonnik pokarmowy 27.97 g Sód 2077.89 mg Sól 5.20 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.56 g Glukoza 10.26 g Fruktοza 15.40 g Sacharoza 66.94 g Laktoza 19.44 g	Wartość energetyczna 2221 kcal Białko ogółem 81.28 g Tłuszcz 59.46 g Węglowodany ogółem 357.89 g Błonnik pokarmowy 28.99 g Sód 2365.69 mg Sól 5.91 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.52 g Glukoza 8.35 g Fruktοza 14.00 g Sacharoza 34.72 g Laktoza 4.36 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 18-27.05.2024 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)
24.05.2024 piątek							
SNIADANIE	Ser żółty 40g (MLE) sałata +pomidor 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Marmolada 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Ser żółty 40g (MLE) sałata +pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IISN kefir naturalny 200g (MLE)	Ser żółty 40g (MLE) sałata +pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IISN kefir naturalny 200g (MLE)	Marmolada 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Marmolada 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, 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 makaronem 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata 250ml
OBIAD	Zupa brokułowa 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 brokułowa 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 brokułowa 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: kiwi 1szt	Zupa brokułowa 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: kiwi 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 rzodkiewka 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 rzodkiewka 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Pasta z ciecierzycy 50g 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 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 2605 kcal Białko ogółem 82.73 g Tłuszcz 80.36 g Węglowodany ogółem 404.22 g Błonnik pokarmowy 35.24 g Sód 1866.27 mg Sól 4.63 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.27 g Glukoza 7.20 g Fruktoza 14.05 g Sacharoza 43.52 g Laktoza 37.93 g	Wartość energetyczna 2495 kcal Białko ogółem 84.98 g Tłuszcz 81.09 g Węglowodany ogółem 375.45 g Błonnik pokarmowy 36.05 g Sód 1990.14 mg Sól 4.95 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.66 g Glukoza 8.34 g Fruktoza 14.34 g Sacharoza 37.49 g Laktoza 39.45 g	Wartość energetyczna 2441 kcal Białko ogółem 85.66 g Tłuszcz 87.85 g Węglowodany ogółem 352.48 g Błonnik pokarmowy 54.28 g Sód 2763.85 mg Sól 6.87 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21.04 g Glukoza 13.20 g Fruktoza 20.16 g Sacharoza 19.37 g Laktoza 8.79 g	Wartość energetyczna 2248 kcal Białko ogółem 77.56 g Tłuszcz 80.52 g Węglowodany ogółem 326.82 g Błonnik pokarmowy 50.08 g Sód 2345.65 mg Sól 5.82 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.40 g Glukoza 13.20 g Fruktoza 20.16 g Sacharoza 18.54 g Laktoza 8.77 g	Wartość energetyczna 2425 kcal Białko ogółem 72.49 g Tłuszcz 70.65 g Węglowodany ogółem 389.34 g Błonnik pokarmowy 26.08 g Sód 1710.14 mg Sól 4.26 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.46 g Glukoza 8.24 g Fruktoza 13.48 g Sacharoza 66.50 g Laktoza 17.41 g	Wartość energetyczna 2425 kcal Białko ogółem 72.49 g Tłuszcz 70.65 g Węglowodany ogółem 389.34 g Błonnik pokarmowy 26.08 g Sód 1710.14 mg Sól 4.26 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.46 g Glukoza 8.24 g Fruktoza 13.48 g Sacharoza 66.50 g Laktoza 17.41 g	Wartość energetyczna 2162 kcal Białko ogółem 67.20 g Tłuszcz 61.63 g Węglowodany ogółem 351.87 g Błonnik pokarmowy 29.66 g Sód 2174.22 mg Sól 5.43 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 7.75 g Glukoza 7.58 g Fruktoza 12.48 g Sacharoza 67.52 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 18-27.05.2024 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,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)
25.05.2024 sobota							
SNIADANIE	Poładwica drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka +sałata 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Poładwica drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata +pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Poładwica drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka +sałata 100g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kasza manna 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIŚN chleb razowy 60g (GLU,) z masłem roślinnym 5g(MLE) i i jajkiem 30g(JAJ)	Poładwica drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka +sałata 100g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kasza manna 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIŚN chleb razowy 60g (GLU,) z masłem roślinnym 5g(MLE) i i jajkiem 30g(JAJ)	Poładwica drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata +pomidor 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g (MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Poładwica drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata +pomidor 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g (MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Poładwica drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kasza manna 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata 250ml
OBIAD	Zupa fasolowa z majerankiem 400ml (GLU, 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 fasolowa z majerankiem 400ml (GLU, SEL) ryż brązowy z mięsem i warzywami 300g SEL) sos koperkowy 150g(GLU, MLE) bukiet warzyw gotowanych 150g(GLU) kompot b/cukru 250ml podwieczorek:owoc 1szt	Zupa fasolowa z majerankiem 400ml (GLU, SEL) ryż brązowy z mięsem i warzywami 300g SEL) sos koperkowy 150g(GLU, MLE) bukiet warzyw gotowanych 150g(GLU) kompot b/cukru 250ml podwieczorek: owoc 1szt	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 300g SEL) sos koperkowy 150g(GLU, MLE) bukiet warzyw gotowanych 150g(GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Paszтет wieprzowy 50g (GLU,SEL) Pomidor 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Paszтет wieprzowy 50g (GLU,SEL) 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	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 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 owocowy 1szt(MLE)	Jogurt owocowy 1szt(MLE)	Jogurt naturalny 1szt(MLE)	Jogurt naturalny 1szt(MLE)	Jogurt owocowy 1szt(MLE)	Jogurt owocowy 1szt(MLE)	Mus warzywno-owocowy 100g
	Wartość energetyczna 2434 kcal Białko ogółem 73.05 g Tłuszcz 71.88 g Węglowodany ogółem 387.41 g Błonnik pokarmowy 28.17 g Sód 1955.21 mg Sól 4.88 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22.17 g Glukoza 10.39 g Fruktoza 23.57 g Sacharoza 49.68 g Laktoza 25.00 g	Wartość energetyczna 2052 kcal Białko ogółem 71.36 g Tłuszcz 56.10 g Węglowodany ogółem 325.08 g Błonnik pokarmowy 19.71 g Sód 2026.81 mg Sól 5.07 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21.81 g Glukoza 5.49 g Fruktoza 11.87 g Sacharoza 44.58 g Laktoza 34.62 g	Wartość energetyczna 2625 kcal Białko ogółem 99.62 g Tłuszcz 74.93 g Węglowodany ogółem 415.05 g Błonnik pokarmowy 59.52 g Sód 3572.64 mg Sól 8.88 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.53 g Glukoza 14.78 g Fruktoza 25.63 g Sacharoza 21.36 g Laktoza 3.99 g	Wartość energetyczna 2432 kcal Białko ogółem 91.52 g Tłuszcz 67.60 g Węglowodany ogółem 389.39 g Błonnik pokarmowy 55.32 g Sód 3154.44 mg Sól 7.83 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.89 g Glukoza 14.78 g Fruktoza 25.63 g Sacharoza 20.53 g Laktoza 3.97 g	Wartość energetyczna 2320 kcal Białko ogółem 72.06 g Tłuszcz 60.70 g Węglowodany ogółem 381.89 g Błonnik pokarmowy 18.11 g Sód 2007.81 mg Sól 5.01 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.08 g Glukoza 9.49 g Fruktoza 22.67 g Sacharoza 47.23 g Laktoza 25.00 g	Wartość energetyczna 2320 kcal Białko ogółem 72.06 g Tłuszcz 60.70 g Węglowodany ogółem 381.89 g Błonnik pokarmowy 18.11 g Sód 2007.81 mg Sól 5.01 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.08 g Glukoza 9.49 g Fruktoza 22.67 g Sacharoza 47.23 g Laktoza 25.00 g	Wartość energetyczna 2073 kcal Białko ogółem 72.64 g Tłuszcz 50.03 g Węglowodany ogółem 345.77 g Błonnik pokarmowy 22.46 g Sód 1928.86 mg Sól 4.80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11.66 g Glukoza 7.56 g Fruktoza 13.25 g Sacharoza 36.26 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-łubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 18-27.05.2024 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 Poniatojew

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)
26.05.2024 niedziela							
ŚNIADANIE	Twarożek z natką 50g(MLE) rzodkiewka+sałata 100g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Twarożek z natką 50g(MLE) pomidor+sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Twarożek z natką 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 <u>IISN</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	Twarożek z natką 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 <u>IISN</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	Twarożek z natką 50g(MLE) pomidor+sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Twarożek z natką 50g(MLE) pomidor+sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło roślinne 15g (MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, 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	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki 400ml(MLE,SEL) kotlet schabowy smażony 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g sałata z koprem i jogurtem 50g (MLE) kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki 400ml (MLE,SEL) bitka schabowa 100g w sosie własnym 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g sałata z koprem i jogurtem 50g (MLE) kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym i natką pietruszki 400ml(MLE,SEL) bitka schabowa 100g w sosie własnym 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g sałata z koprem i jogurtem 50g (MLE) kompot b/cukru 250ml podwieczorek: jabłko 1szt	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym i natką pietruszki 400ml(MLE,SEL) bitka schabowa 100g w sosie własnym 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g sałata z koprem i jogurtem 50g (MLE) kompot b/cukru 250ml podwieczorek: jabłko 1szt	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) bitka schabowa 100g w sosie własnym 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g sałata z koprem i jogurtem 50g (MLE) kompot 250ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) bitka schabowa 100g w sosie własnym 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g sałata z koprem i jogurtem 50g (MLE) kompot 250ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) pulpet wieprzowy 100g(GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Szynka drobiowa. 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży 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*) ogórek świeży 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml <u>IJK</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*) ogórek świeży 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml <u>IJK</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) 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 POSILEK	jogurt naturalny 1szt(MLE)	Jogurt naturalny 1szt(MLE)	Jogurt naturalny 1szt(MLE)	Jogurt naturalny 1szt(MLE)	Jogurt naturalny 1szt(MLE)	Jogurt naturalny 1szt(MLE)	Mus warzywno-owocowy 100g
	Wartość energetyczna 2234 kcal Białko ogółem 102.55 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 Fruktოza 16.86 g Sacharoza 32.08 g Laktoza 40.06 g	Wartość energetyczna 2132 kcal Białko ogółem 102.18 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 Fruktოza 16.14 g Sacharoza 31.35 g Laktoza 40.06 g	Wartość energetyczna 2019 kcal Białko ogółem 96.23 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 Fruktοza 23.92 g Sacharoza 18.12 g Laktoza 24.60 g	Wartość energetyczna 2212 kcal Białko ogółem 104.33 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 Fruktοza 23.92 g Sacharoza 18.95 g Laktoza 24.62 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 Fruktοza 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 Fruktοza 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 Fruktοza 13.07 g Sacharoza 57.27 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
 Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 18-27.05.2024 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)
27.05.2024 poniedziałek							
SNIADANIE	wędlina drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+sałata 100g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	wędlina drobiowa 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	wędlina drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+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 IIŚNkefir naturalny 200g(MLE)	wędlina drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor+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 IIŚNkefir naturalny 200g(MLE)	wędlina drobiowa 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	wędlina drobiowa 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	wędlina drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kasza jaglana 400ml owoc 1szt Herbata 250ml
OBIAD	Zupa ogórkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron 200g z sosem z mięsem drobiowym i szpinakiem 150g (GLU, SEL) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa ogórkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron 200g z sosem z mięsem drobiowym i szpinakiem 150g (GLU, SEL) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa ogórkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron razowy 200g z sosem z mięsem drobiowym i szpinakiem 150g (GLU, SEL) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Kisiel b/cukru 200g	Zupa ogórkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron razowy 200g z sosem z mięsem drobiowym i szpinakiem 150g (GLU, SEL) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Kisiel b/cukru 200g	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron 200g z sosem z mięsem drobiowym i szpinakiem 150g (GLU, SEL) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron 200g z sosem z mięsem drobiowym i szpinakiem 150g (GLU, SEL) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron 200g z sosem z mięsem drobiowym i szpinakiem 150g (GLU, SEL) bukiet warzyw gotowanych 150g 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 IIK chleb razowy 60g (GLU), z masłem roślinnym 5g(MLE) i i wędliną wieprzową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Mus warzywno-owocowy 100g	Mus warzywno-owocowy 100g	Mus warzywno-owocowy 100g
	Wartość energetyczna 2409 kcal Białko ogółem 103.87 g Tłuszcz 67.66 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 Fruktოza 17.33 g Sacharoza 33.57 g Laktoza 34.04 g	Wartość energetyczna 2369 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 Fruktοza 16.43 g Sacharoza 33.57 g Laktoza 34.04 g	Wartość energetyczna 2379 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 Fruktοza 16.21 g Sacharoza 23.54 g Laktoza 20.13 g	Wartość energetyczna 2572 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 Fruktοza 16.21 g Sacharoza 24.37 g Laktoza 20.15 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 Fruktοza 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 Fruktοza 15.47 g Sacharoza 34.58 g Laktoza 15.95 g	Wartość energetyczna 2136 kcal 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 Fruktοza 13.47 g Sacharoza 55.45 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