

JADŁOSPIS DEKADOWY 16-25.08.2024 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,K)	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)
16.08.2024 piątek							
SNIADANIE	Marmolada 50g 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	Pasta z ciecierzycy 50g 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 IIŚN kefir naturalny 200g (MLE)	Pasta z ciecierzycy 50g 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 IIŚN 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	Poledwica 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	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba smażona 100g (GLU, JAJ, RYB) ziemniaki z koprem 200g marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z marchwi, jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: śliwka 3szt	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z marchwi, jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: śliwka 3szt	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Twarożek z natką 50g (MLE) rzodkiewka 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Twarożek z natką 50g (MLE) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Twarożek z natką 50g (MLE) rzodkiewka 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Twarożek z natką 50g (MLE) rzodkiewka 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml IIK chleb razowy 60g (GLU), z masłem roślinnym 5g(MLE) i i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Twarożek z natką 50g (MLE) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Twarożek z natką 50g (MLE) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Poledwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Sok owocowy 200g	Sok owocowy 200g	Sok pomidorowy 200g	Sok pomidorowy 200g	Sok owocowy 200g	Sok owocowy 200g	Biszkopty 40g(GLU, JAJ)
	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 Fruktოza 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 Fruktοza 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 Fruktοza 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 Fruktοza 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 Fruktοza 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 Fruktοza 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 Fruktοza 12.48 g Sacharoza 67.52 g Laktoza 0.06 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

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 16-25.08.2024 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)
17.08.2024 sobota							
SNIADANIE	Poledwica 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	Poledwica 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	Poledwica 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)	Poledwica 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)	Poledwica 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	Poledwica 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	Poledwica 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 z soczewicy z pomidorami, natką pietruszki i majerankiem 400ml (GLU, SEL) ryż z jabłkiem 300g(MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) kompot 250ml	Zupa wielowarzywna czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż z jabłkiem 300g(MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) kompot 250ml	Zupa z soczewicy z pomidorami, natką pietruszki i 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 z soczewicy z pomidorami, natką pietruszki i 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 wielowarzywna czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż z jabłkiem 300g(MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) kompot 250ml	Zupa wielowarzywna czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż z jabłkiem 300g(MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) kompot 250ml	Zupa wielowarzywna 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	Pasztet wieprzowy 50g (GLU,SEL) Pomidor 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*) 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	Deser mleczny owocowy 1szt (MLE)	Deser mleczny owocowy 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Deser mleczny owocowy 1szt (MLE)	Deser mleczny owocowy 1szt (MLE)	Chrupki kukurydziane 20g
	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 Fruktaza 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 Fruktaza 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 Fruktaza 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 Fruktaza 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 Fruktaza 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 Fruktaza 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 Fruktaza 13.25 g Sacharoza 36.26 g Laktoza 0.47 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

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 16-25.08.2024 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)
18.08.2024 niedziela							
SNIADANIE	Jaja 1szt (JAJ) rzodkiewka+sałata 100g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Jaja 1szt (JAJ) pomidor+sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Jaja 1szt (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)	Jaja 1szt (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) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	wędlina wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) 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 makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, MLE,SEL) kotlet schabowy smażony 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g mizeria z jogurtem 150g (MLE) kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, MLE,SEL) bitka schabowa 100g w sosie własnym 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, MLE,SEL) bitka schabowa 100g w sosie własnym 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g mizeria z jogurtem 150g (MLE) kompot b/cukru 250ml podwieczorek: jabłko 1szt	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, MLE,SEL) bitka schabowa 100g w sosie własnym 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g mizeria z jogurtem 150g (MLE) kompot b/cukru 250ml podwieczorek: jabłko 1szt	Zupa makaronowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) bitka schabowa 100g w sosie własnym 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g samarchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml	Zupa makaronowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) bitka schabowa 100g w sosie własnym 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml	Zupa makaronowa z natką pietruszki 400ml (GLU, 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*) 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 drobiową 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 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 Fruktoza 13.48 g Sacharoza 67.41 g Laktoza 35.26 g	Wartość energetyczna 2580 kcal Białko ogółem 84.82 g Tłuszcz 70.67 g Węglowodany ogółem 417.04 g Błonnik pokarmowy 26.05 g Sód 1795.61 mg Sól 4.46 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.48 g Glukoza 8.24 g Fruktoza 13.48 g Sacharoza 67.41 g Laktoza 35.26 g	Wartość energetyczna 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 MLE mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych 9- leser GOR-gorczyca SEZ-sezam SO2-dwutlenek siarki LUB-tubin MIE- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 16-25.08.2024 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)
19.08.2024 poniedziałek							
SNIADANIE	Ser żółty 40g (MLE) 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	Ser żółty 40g (MLE) 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 IIŚNchleb razowy 60g (GLU,) z masłem roślinnym 5g(MLE) i i wędliną wieprzową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Ser żółty 40g (MLE) 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 IIŚNchleb razowy 60g (GLU,) z masłem roślinnym 5g(MLE) i i wędliną wieprzową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	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	Żurek z majerankiem z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż 200g potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Żurek z majerankiem z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż 200g potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Żurek z majerankiem z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż brązowy 200g potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:nektarynka 1szt	Żurek z majerankiem z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż brązowy 200g potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:nektarynka 1szt	Zupa ziemniaczana czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż 200g potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) buraczki gotowane 150g(GLU) kompot 250ml	Zupa ziemniaczana czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż 200g potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) buraczki gotowane 150g(GLU) kompot 250ml	Zupa ziemniaczana czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż 200g potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) 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 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	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)	pieczywo chrupkie 40g (GLU)
	Wartość energetyczna 2409 kcal Białko ogółem 103.87 g Tuszczyz 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 Fruktoza 17.33 g Sacharoza 33.57 g Laktoza 34.04 g	Wartość energetyczna 2369 kcal Białko ogółem 100.97 g Tuszczyz 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 2379 kcal Białko ogółem 105.41 g Tuszczyz 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 2572 kcal Białko ogółem 113.51 g Tuszczyz 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 2268 kcal Białko ogółem 84.70 g Tuszczyz 61.07 g Węglowodany ogółem 358.91 g Błonnik pokarmowy 24.90 g Sód 2415.16 mg Sól 6.02 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.66 g Glukoza 9.07 g Fruktoza 15.47 g Sacharoza 34.58 g Laktoza 15.95 g	Wartość energetyczna 2268 kcal Białko ogółem 84.70 g Tuszczyz 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 2136 kcal Białko ogółem 79.36 g Tuszczyz 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-głuten 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

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 16-25.08.2024 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)
20.08.2024 wtorek							
ŚNIADANIE	Poładwica drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży +sałata 100g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	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 świeży +sałata 100g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt <u>IISN</u> kefir naturalny 200g(MLE)	Poładwica drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży +sałata 100g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt <u>IISN</u> kefir naturalny 200g(MLE)	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	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) bigos z soczewicą 300g (GLU) ziemniaki z koperkiem 200g kompot 250ml	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) pieczeń wieprzowa pieczona 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) pieczeń wieprzowa pieczona 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: jablko 1szt	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) pieczeń wieprzowa pieczona 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: jablko 1szt	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) pieczeń wieprzowa pieczona 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) pieczeń wieprzowa pieczona 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) pieczeń wieprzowa pieczona 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 100g chleb razowy 100g (GLU.) masło roślinne 15g(MLE) Herbata b/cukru 250ml <u>IIK</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną wieprzową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 100g chleb razowy 100g (GLU.) masło roślinne 15g(MLE) Herbata b/cukru 250ml <u>IIK</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną wieprzową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka 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)	Chrupki kukurydziane 20g
	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- leser GOR-gorczyca SEZ-sezam SO2-dwutlenek siarki ŁUB-lubin MIĘ-mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 16-25.08.2024 r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w Poniatowej

Posilek	DIETA PODSTAWOWA (1)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (2)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (5 S,P)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6 S,P,K) 6 posiłków	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
21.08.2024 środa							
SNIA DANIE	wędlina drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo mieszane 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) ryż na mleku 400ml (MLE) rzodkiewka +sałata 100g owoc 1szt Herbata 250ml	wędlina drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) ryż na mleku 400ml (MLE) sałata+pomidor 100g owoc 1szt Herbata 250ml	wędlina drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml rzodkiewka +sałata 100g owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	wędlina drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml rzodkiewka +sałata 100g owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	wędlina drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) ryż na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt sałata+pomidor 100g Herbata 250ml	wędlina drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) ryż na mleku 400ml (MLE) sałata+pomidor 100g owoc 1szt Herbata 250ml	wędlina drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml owoc 1sz Herbata 250ml
OBIAD	Zupa ogonowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron 200g z sosem z mięsem drobiowym i warzywami 150g (GLU, SEL) sałata z olejem 50g kompot 250ml	Zupa ogonowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron 200g z sosem z mięsem drobiowym i warzywami 150g (GLU, SEL) sałata z olejem 50g kompot 250ml	Zupa ogonowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron razowy 200g z sosem z mięsem drobiowym i warzywami 150g (GLU, SEL) sałata z olejem 50g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:kisiel b/cukru 200g	Zupa ogonowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron razowy 200g z sosem z mięsem drobiowym i warzywami 150g (GLU, SEL) sałata z olejem 50g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:kisiel b/cukru 200g	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron 200g z sosem z mięsem drobiowym i warzywami 150g (GLU, SEL) sałata z olejem 50g kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron 200g z sosem z mięsem drobiowym i warzywami 150g (GLU, SEL) sałata z olejem 50g kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron 200g z sosem z mięsem drobiowym i warzywami 150g (GLU, SEL) bukiet warzyw gotowanych 150g 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	Drożdżówka 1szt (GLU, JAJ)	Drożdżówka 1szt (GLU, JAJ)	Pieczywo chrupkie 40g(GLU)	Pieczywo chrupkie 40g(GLU)	Drożdżówka 1szt (GLU, JAJ)	Drożdżówka 1szt (GLU, JAJ)	Pieczywo chrupkie 40g(GLU)
	Wartość energetyczna 2358 kcal Białko ogółem 75.05 g Tuszczyzno 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 Fruktoza 15.53 g Sacharoza 35.11 g Laktoza 17.82 g	Wartość energetyczna 2346 kcal Białko ogółem 84.13 g Tuszczyzno 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 Fruktoza 14.78 g Sacharoza 25.67 g Laktoza 17.83 g	Wartość energetyczna 2136 kcal Białko ogółem 71.58 g Tuszczyzno 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 Fruktoza 13.61 g Sacharoza 15.62 g Laktoza 11.76 g	Wartość energetyczna 2329 kcal Białko ogółem 79.68 g Tuszczyzno 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 Fruktoza 13.61 g Sacharoza 16.45 g Laktoza 11.78 g	Wartość energetyczna 2329 kcal Białko ogółem 95.33 g Tuszczyzno 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 Fruktoza 15.35 g Sacharoza 61.86 g Laktoza 28.82 g	Wartość energetyczna 2329 kcal Białko ogółem 95.33 g Tuszczyzno 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 Fruktoza 15.35 g Sacharoza 61.86 g Laktoza 28.82 g	Wartość energetyczna 2231 kcal Białko ogółem 80.28 g Tuszczyzno 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 Fruktoza 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 MIĘ-mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 16-25.08.2024 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)
22.08.2024 czwartek							
SNIADANIE	Pasta z ciecierzycy 50g pomidor +sałata100g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU,MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Poledwica wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR R*) pomidor +sałata100g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU,MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Pasta z ciecierzycy 5g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml <u>II</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną wieprzową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Pasta z ciecierzycy 50g 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 <u>II</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną wieprzową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Poledwica wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR *) pomidor +sałata100g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka15g(MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU,MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Poledwica 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	Poledwica wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR *) pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata 250ml
OBIAD	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) chleb pszenny 70g (GLU) leczko z cukinii z kielbasą 300g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR R*) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g(GLU) klopsik wieprzowy 100g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 150g(GLU, MLE) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g(GLU) klopsik wieprzowy 100g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 150g(GLU, MLE) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek::maślanka 200g (MLE)	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g(GLU) klopsik wieprzowy 100g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 150g(GLU, MLE) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek::maślanka 200g (MLE)	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemiaki z koprem 200g klopsik wieprzowy 100g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 150g(GLU, MLE) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemiaki z koprem 200g klopsik wieprzowy 100g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 150g(GLU, MLE) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemiaki z koprem 200g klopsik wieprzowy 100g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 150g(GLU, MLE) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml
KOLACJA	Parówka 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 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 <u>II</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną wieprzową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR *) Pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml <u>II</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną wieprzową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) 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 miękka15g (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	Sok owocowy 200ml	Sok owocowy 200ml	Sok pomidorowy 200ml	Sok pomidorowy 200ml	Sok owocowy 200ml	Sok owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 20g
	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-szescam SO2-dwutlenek siarki LUB-lubin MIE- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 16-25.08.2024 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)
23.08.2024 piątek							
SNIADANIE	Jaja 1szt (JAJ) pomidor +sałata100g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 400ml (GLU,MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Jaja 1szt (JAJ) pomidor +sałata100g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 400ml (GLU,MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Jaja 1szt (JAJ) pomidor +sałata100g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IISN kefir naturalny 200g (MLE)	Jaja 1szt (JAJ) pomidor +sałata100g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IISN kefir naturalny 200g (MLE)	Marmolada 50g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 400ml (GLU,MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Marmolada 50g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 400ml (GLU,MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml owoc 1szt Herbata 250ml
OBIAD	Zupa kalafiorowa z natką pietruszki 400ml (GLU,MLE, SEL) ryba smażona 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) kompot b/cukru 250ml podwieczerek:Sok pomidorowy 100% 200g	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 b/cukru 250ml podwieczerek:Sok pomidorowy 100% 200g	Zupa zacierka z natką pietruszki 400ml (GLU, 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, 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, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (SEL) kompot 250ml
KOLACJA	Twarożek z natką 50g (MLE) rzodkiewka 100g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Twarożek z natką 50g (MLE) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Twarożek z natką 50g (MLE) rzodkiewka 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Twarożek z natką 50g (MLE) rzodkiewka 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Twarożek z natką 50g (MLE) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Twarożek z natką 50g (MLE) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	jogurt owocowy 1szt(MLE)	jogurt owocowy 1szt(MLE)	jogurt naturalny 1szt(MLE)	jogurt naturalny 1szt(MLE)	jogurt owocowy 1szt(MLE)	jogurt owocowy 1szt(MLE)	Biszkopty 40g(GLU, MEL)
	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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 LUB-lubin MIE- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 16-25.08.2024 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)
24.08.2024 sobota							
ŚNIADANIE	Polędwica wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata100g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza kukurydziana 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) kasza kukurydziana 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 kaszą kukurydzianą 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 kaszą kukurydzianą 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) kasza kukurydziana 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) kasza kukurydziana 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 kaszą kukurydzianą 400ml owoc 1szt Herbata 250ml
OBIAD	Barszcz czerwony z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron z serem twarogowym 300g(GLU, MLE) jablko 1szt kompot 250ml	Barszcz czerwony z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron z serem twarogowym 300g(GLU, MLE) jablko 1szt kompot 250ml	Barszcz czerwony z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron razowy z serem twarogowym 300g(GLU, MLE) kompot b/cukru 250ml jablko 1szt podwieczorek:brzoswknia 1szt	Barszcz czerwony z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron razowy z serem twarogowym 300g(GLU, MLE) jablko 1szt kompot b/cukru 250ml podwieczorek: brzoswknia 1szt	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron z serem twarogowym 300g(GLU, MLE) jablko 1szt kompot 250ml	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron z serem twarogowym 300g(GLU, MLE) jablko 1szt 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	Paszтет drobiowy 50g(GLU, SEL) Pomidor 100g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Paszтет drobiowy 50g(GLU, SEL) 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	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)	Pieczywo chrupkie 40g (GLU)
	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 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

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 16-25.08.2024 r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w Poniatowej

Posilek	DIETA PODSTAWOWA (1)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (2)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (5 S,P)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6 S,P,K) 6 posiłków	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
25.08.2024 niedziela							
SNIADANIE	Jaja 1szt (JAJ) rzodkiewka +sałata 100g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) ryz na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Jaja 1szt (JAJ) pomidor +sałata100g pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) ryz na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Jaja 1szt (JAJ) rzodkiewka +sałata 100g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml <u>II</u> SN chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i twarogiem 30g(MLE)	Jaja 1szt (JAJ) rzodkiewka +sałata 100g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml <u>II</u> SN 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) ryz na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata100g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g (MLE) ryz na mleku 400ml (MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml owoc 1szt herbata 300 ml +cukier 10g
OBIAD	Rosół z makaronem i natka pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko pieczone 200g surówka z pomidorów z olejem 150g kompot 250ml	Rosół z makaronem i natka pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko gotowane 200g surówka z pomidorów z olejem 150g kompot 250ml	Rosół z makaronem i natka pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko gotowane 200g surówka z pomidorów z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: jabłko 1szt	Rosół z makaronem i natka pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko gotowane 200g surówka z pomidorów z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: jabłko 1szt	Rosół warzywny z makaronem i natka pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko gotowane 200g marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml	Rosół warzywny z makaronem i natka pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko gotowane 200g marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml	Rosół warzywny z makaronem i natka pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko gotowane 200g marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży 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*) ogórek świeży 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml <u>III</u> K 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 <u>III</u> K chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną wieprzową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	jogurt naturalny 1szt(MLE)	jogurt naturalny 1szt(MLE)	jogurt naturalny 1szt(MLE)	jogurt naturalny 1szt(MLE)	jogurt naturalny 1szt(MLE)	jogurt naturalny 1szt(MLE)	Biszkopty 40g(GLU, JAJ)
	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 Fruktოza 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 Fruktοza 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 Fruktοza 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 Fruktοza 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 Fruktοza 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 Fruktοza 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 Fruktοza 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-gorzycza SEZ-sezam SO2-dwutlenek siarki ŁUB-tubin MIE- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk