

JADŁOSPIS DEKADOWY 17-26.06.2024 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)
17.06.2024 PONIEDZIAŁEK							
SNIADANIE	Polędwica drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) rzodkiewka +sałata 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) kasza manna 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) kasza manna 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 z kaszą manną 400ml (GLU) 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 z kaszą manną 400ml (GLU) 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) kasza manna 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) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	polędwica drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (GLU) 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	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 2429 kcal Białko ogółem 87.78 g Tłuszcz 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 Tłuszcz 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 Tłuszcz 76.89 g Węglowodany ogółem 352.90 g Błonnik pokarmowy 49.95 g Sód 2760.65 mg Sól 5.16 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 Tłuszcz 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 Tłuszcz 69.56 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 Tłuszcz 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 Tłuszcz 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 17-26.06.2024 r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w Poniatowej

Posilek	DIETA PODSTAWOWA (1)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (2)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (5 S,S,P)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6 S,P,K) 6 posiłków	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
18.06.2024 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 (MLE) 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 (MLE) 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 (MLE) Herbata 250ml owoc 1szt
OBIAD	botwinka z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron z serem twarogowym i szpinakiem 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) jabłko 1szt kompot 250ml	botwinka z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron z serem twarogowym i szpinakiem 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) jabłko 1szt kompot 250ml	botwinka z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron razowy z serem twarogowym i szpinakiem 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) kompot 300ml podwieczorek:jabłko 1szt	botwinka z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron razowy z serem twarogowym i szpinakiem 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) kompot 300ml podwieczorek:jabłko 1szt	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron z serem twarogowym i szpinakiem 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) jabłko 1szt kompot 250ml	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron z serem twarogowym i szpinakiem 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	Poledwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek św 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Poledwica 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*)	Poledwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) pomidor 100g Herbata 250ml	Poledwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) pomidor 100g Herbata 250ml	Poledwica 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 17-26.06.2024 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 POBUDEZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TLUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
19.06.2024 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 IIŚN 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 IIŚN 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 młodej 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 młodej 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:Sok pomidorowy 100% 200g	kapuśniak z młodej 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:Sok pomidorowy 100% 200g	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	Połudwica wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Połudwica wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Połudwica wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Połudwica 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 drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Połudwica wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Połudwica wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Połudwica wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Deser mleczny 1szt (MLE)	Deser mleczny 1szt (MLE)	Deser mleczny naturalny 1szt (MLE)	Deser mleczny naturalny 1szt (MLE)	Deser mleczny 1szt (MLE)	Deser mleczny 1szt (MLE)	Mus warzywno-owocowy 150g
	Wartość energetyczna 2346 kcal Białko ogółem 89.71 g Tuszczyz 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 Tuszczyz 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 Tuszczyz 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 Tuszczyz 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 Tuszczyz 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 Tuszczyz 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 Tuszczyz 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-lubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 17-26.06.2024 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,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)
20.06.2024 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 kotlet mielony mielony wieprzowy pieczony z cebulą 100g (GLU,JAJ) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU,MLE,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mielony wieprzowy pieczony 100g (GLU,JAJ) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU,MLE,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mielony wieprzowy pieczony 100g (GLU,JAJ) surówka z buraka 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) surówka z buraka 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) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki czysta 400ml (GLU,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mielony wieprzowy pieczony 100g (GLU,JAJ) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki czysta 400ml (GLU,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mielony wieprzowy pieczony 100g (GLU,JAJ) 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) kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Polędwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	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 IIK 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) kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Polędwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) 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	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 14.77 g Glukoza 9.41 g Fruktoza 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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-łubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 17-26.06.2024 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)
21.06.2024 piątek							
SNIADANIE	Pasta z ciecierzycy 50g 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	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 IISN 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 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	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 ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba smażona 100g (GLU, JAJ, RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty kiszzonej, marchwi, jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g(SEL) kompot 250ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty kiszzonej, marchwi, jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: kiwi 1szt	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty kiszzonej, marchwi, jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: 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	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 „IJK 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	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 17-26.06.2024 r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w Poniatowej

Posilek	DIETA PODSTAWOWA (1)	DIETA LATWOSTRAWNA (2)	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (5 S,P)	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6 S,P,K) 6 posiłków	DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
22.06.2024 sobota							
SNIADANIE	Polędwica 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	Polędwica 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	Polędwica drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka +sałata 100g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z 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)	Polędwica drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka +sałata 100g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z 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)	Polędwica 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	Polędwica 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	Polędwica drobiowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) 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 Fruktოza 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 Fruktοza 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 Fruktοza 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 Fruktοza 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 Fruktοza 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 Fruktοza 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 Fruktοza 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-lubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 17-26.06.2024 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)
23.06.2024 niedziela							
ŚNIADANIE	Jaja 1szt (JAJ) sos tatarski 50g (MLE) 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) sos tatarski 50g (MLE) 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 <u>IIŚN</u> 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 <u>IIŚN</u> 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 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>IIK</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka drobiowa. 50g((GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml <u>IIK</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka drobiowa. 50g((GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) 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 Frukttoza 16.86 g Sacharozę 32.08 g Laktozę 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 Frukttoza 16.14 g Sacharozę 31.35 g Laktozę 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 Frukttoza 23.92 g Sacharozę 18.12 g Laktozę 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 Frukttoza 23.92 g Sacharozę 18.95 g Laktozę 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 Frukttoza 13.48 g Sacharozę 67.41 g Laktozę 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 Frukttoza 13.48 g Sacharozę 67.41 g Laktozę 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 Frukttoza 13.07 g Sacharozę 57.27 g Laktozę 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 17-26.06.2024 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 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)
24.06.2024 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 IISNkefir 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 IISNkefir 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 warzywami 150g (GLU, SEL) sos koperkowy 150g (GLU) 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 warzywami 150g (GLU, SEL) sos koperkowy 150g (GLU) 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 warzywami 150g (GLU, SEL) sos koperkowy 150g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: maślanka 200g (MLE)	Zupa ogórkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron razowy 200g z sosem z mięsem drobiowym i warzywami 150g (GLU, SEL) sos koperkowy 150g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: maślanka 200g (MLE)	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron 200g z sosem z mięsem drobiowym i warzywami 150g (GLU, SEL) sos koperkowy 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron 200g z sosem z mięsem drobiowym i warzywami 150g (GLU, SEL) sos koperkowy 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron 200g z sosem z mięsem drobiowym i warzywami 150g (GLU, SEL) sos koperkowy 150g (GLU) 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 Fruktoza 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 Fruktoza 15.47 g Sacharoza 34.58 g Laktoza 15.95 g	Wartość energetyczna 2268 kcal Białko ogółem 84.70 g Tłuszcz 61.07 g Węglowodany ogółem 358.91 g Błonnik pokarmowy 24.90 g Sód 2415.16 mg Sól 6.02 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.66 g Glukoza 9.07 g Fruktoza 15.47 g Sacharoza 34.58 g Laktoza 15.95 g	Wartość energetyczna 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 Fruktoza 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

JADŁOSPIS DEKADOWY 17-26.06.2024 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)
25.06.2024 wtorek							
SNIADANIE	Poledwica wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży +sałata 100g pieczywo mieszane 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Poledwica wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata+pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Poledwica wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży +sałata 100g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt <u>IISN</u> kefir naturalny 200g(MLE)	Poledwica wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży +sałata 100g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt <u>IISN</u> kefir naturalny 200g(MLE)	Poledwica wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata+pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Poledwica wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata+pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Poledwica wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata 250ml owoc 1szt
OBIAD	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) pieczeń wieprzowa pieczona (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb pszenny 70g (GLU) jabłko 1szt 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 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: jabłko 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: jabłko 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	Twarożek ze szczypiorem 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 ze szczypiorem 50g (MLE) pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml <u>IIK</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną wieprzową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Twarożek ze szczypiorem 50g (MLE) pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml <u>IIK</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną wieprzową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	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 drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) pomidor b/skóry 50g Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Ciasto drożdżowe 50g (GLU, MLE)	Ciasto drożdżowe 50g (GLU, MLE)	Pieczywo chrupkie 40g (GLU)	Pieczywo chrupkie 40g (GLU)	Ciasto drożdżowe 50g (GLU, MLE)	Ciasto drożdżowe 50g (GLU, MLE)	Ciasto drożdżowe 50g (GLU, MLE)
	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 Fruktოza 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 Fruktოza 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 Fruktοza 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 Fruktοza 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 Fruktοza 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 Fruktοza 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 Fruktοza 13.67 g Sacharoza 34.26 g Laktoza 0.55 g

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

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 17-26.06.2024 r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w Poniatowej

Posilek	DIETA PODSTAWOWA (1)	DIETA LATWOSTRAWNA (2)	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (5 S,P)	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6 S,P,K) 6 posiłków	DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
26.06.2024 środa							
ŚNIADANIE	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 1szt Herbata 250ml
OBIAD	Zupa z fasolki szparagowej z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza gryczana 200g sos pieczarkowy 150g (GLU) surówka z kapusty młodej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa z fasolki szparagowej z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) sos mięsno-warzywny duszony 150g(GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml	Zupa z fasolki szparagowej z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza gryczana 200g sos pieczarkowy 150g (GLU) surówka z kapusty młodej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Maślanka 200g (MLE)	Zupa z fasolki szparagowej z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza gryczana 200g sos pieczarkowy 150g (GLU) surówka z kapusty młodej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Maślanka 200g (MLE)	Zupa wielowarzywna czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koprem 2000g sos mięsno-warzywny duszony 150g(GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml	Zupa wielowarzywna czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koprem 2000g sos mięsno-warzywny duszony 150g(GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml	Zupa wielowarzywna czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koprem 2000g sos mięsno-warzywny duszony 150g(GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g 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 IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną wieprzową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Papryka 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną 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	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 2358 kcal Białko ogółem 75.05 g Tłuszcz 63.98 g Węglowodany ogółem 388.47 g Błonnik pokarmowy 35.62 g Sód 2372.06 mg Sól 5.94 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.41 g Glukoza 9.15 g Fruktoza 15.53 g Sacharoza 35.11 g Laktoza 17.82 g	Wartość energetyczna 2346 kcal Białko ogółem 84.13 g Tłuszcz 78.62 g Węglowodany ogółem 341.34 g Błonnik pokarmowy 28.33 g Sód 2335.02 mg Sól 5.82 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.40 g Glukoza 9.07 g Fruktoza 14.78 g Sacharoza 25.67 g Laktoza 17.83 g	Wartość energetyczna 2136 kcal Białko ogółem 71.58 g Tłuszcz 68.94 g Węglowodany ogółem 331.74 g Błonnik pokarmowy 47.63 g Sód 2437.95 mg Sól 5.79 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.47 g Glukoza 8.48 g Fruktoza 13.61 g Sacharoza 15.62 g Laktoza 11.76 g	Wartość energetyczna 2329 kcal Białko ogółem 79.68 g Tłuszcz 76.27 g Węglowodany ogółem 357.40 g Błonnik pokarmowy 51.83 g Sód 2856.15 mg Sól 6.84 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.11 g Glukoza 8.48 g Fruktoza 13.61 g Sacharoza 16.45 g Laktoza 11.78 g	Wartość energetyczna 2329 kcal Białko ogółem 95.33 g Tłuszcz 56.78 g Węglowodany ogółem 372.62 g Błonnik pokarmowy 25.70 g Sód 2380.89 mg Sól 5.96 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.78 g Glukoza 10.20 g Fruktoza 15.35 g Sacharoza 61.86 g Laktoza 28.82 g	Wartość energetyczna 2329 kcal Białko ogółem 95.33 g Tłuszcz 56.78 g Węglowodany ogółem 372.62 g Błonnik pokarmowy 25.70 g Sód 2380.89 mg Sól 5.96 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.78 g Glukoza 10.20 g Fruktoza 15.35 g Sacharoza 61.86 g Laktoza 28.82 g	Wartość energetyczna 2231 kcal Białko ogółem 80.28 g Tłuszcz 53.33 g Węglowodany ogółem 372.87 g Błonnik pokarmowy 28.51 g Sód 2191.96 mg Sól 5.46 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.50 g Glukoza 10.77 g Fruktoza 15.85 g Sacharoza 69.36 g Laktoza 4.00 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