

JADŁOSPIS DEKADOWY 19-28.03.2024 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)
19.03.2024 wtorek							
SNIADANIE	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałatka szwedzka+sałata 100g pieczywo mieszane 100g (GLU,) masło ekstra 15g(MLE) płatki owsiane na mleku 400ml Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka 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	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałatka szwedzka+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 twarogiem 30g(MLE)	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałatka szwedzka+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 twarogiem 30g(MLE)	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata +pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU,) margaryna miękka 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 400ml Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka 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	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	Rosolnik z kaszą manną 400ml (GLU SEL) bigos z kielbasą 300g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ziemniaki z koperkiem 200g kompot 250ml	Rosolnik z kaszą manną 400ml (GLU SEL) pieczeń wieprzowa duszona 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g (SEL,) kompot 250ml	Rosolnik z kaszą manną 400ml (GLU SEL) pieczeń wieprzowa duszona 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g surówka z pora, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek; owoc 1szt	Rosolnik z kaszą manną 400ml (GLU SEL) pieczeń wieprzowa duszona 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g surówka z pora, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek; owoc 1szt	Rosolnik z kaszą manną 400ml (GLU SEL) pieczeń wieprzowa duszona 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g (SEL,) kompot 250ml	Rosolnik z kaszą manną 400ml (GLU SEL) pieczeń wieprzowa duszona 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g (SEL,) kompot 250ml	Rosolnik z kaszą manną 400ml (GLU SEL) pieczeń wieprzowa duszona 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g (SEL,) 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 IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) wędlina wieprzową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	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) wędlina 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	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 100g
	Wartość energetyczna 2368 kcal Białko ogółem 80.83 g Tłuszcz 83.43 g Węglowodany ogółem 337.13 g Błonnik pokarmowy 28.44 g Sód 3434.63 mg Sól 8.59 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26.74 g Glukoza 6.48 g Fruktოza 12.96 g Sacharoza 30.67 g Laktoza 20.40 g	Wartość energetyczna 2556 kcal Białko ogółem 90.38 g Tłuszcz 91.69 g Węglowodany ogółem 355.49 g Błonnik pokarmowy 23.10 g Sód 2467.89 mg Sól 6.17 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24.49 g Glukoza 6.77 g Fruktοza 12.79 g Sacharoza 31.85 g Laktoza 20.40 g	Wartość energetyczna 2228 kcal Białko ogółem 84.63 g Tłuszcz 72.98 g Węglowodany ogółem 329.16 g Błonnik pokarmowy 43.90 g Sód 2639.75 mg Sól 6.59 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.16 g Glukoza 9.89 g Fruktοza 20.61 g Sacharoza 18.09 g Laktoza 6.49 g	Wartość energetyczna 2421 kcal Białko ogółem 92.73 g Tłuszcz 80.31 g Węglowodany ogółem 354.82 g Błonnik pokarmowy 48.10 g Sód 3057.95 mg Sól 7.64 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.80 g Glukoza 9.89 g Fruktοza 20.61 g Sacharoza 18.92 g Laktoza 6.51 g	Wartość energetyczna 2360 kcal Białko ogółem 90.57 g Tłuszcz 78.32 g Węglowodany ogółem 336.58 g Błonnik pokarmowy 23.02 g Sód 2428.17 mg Sól 6.08 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.53 g Glukoza 7.01 g Fruktοza 13.18 g Sacharoza 29.83 g Laktoza 20.34 g	Wartość energetyczna 2360 kcal Białko ogółem 90.57 g Tłuszcz 78.32 g Węglowodany ogółem 336.58 g Błonnik pokarmowy 23.02 g Sód 2428.17 mg Sól 6.08 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.53 g Glukoza 7.01 g Fruktοza 13.18 g Sacharoza 29.83 g Laktoza 20.34 g	Wartość energetyczna 2200 kcal Białko ogółem 73.85 g Tłuszcz 67.38 g Węglowodany ogółem 338.55 g Błonnik pokarmowy 24.14 g Sód 2276.67 mg Sól 5.69 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.87 g Glukoza 8.78 g Fruktοza 13.98 g Sacharoza 66.51 g Laktoza 0.12 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 19-28.03.2024 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 (S S,P)	DIETA Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6 S,P,K) 6 posiłków	DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
20.03.2024 środa							
ŚNIADANIE	wędlina wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo mieszane 100g (GLU,) masło ekstra 15g(MLE) kasza manna na mleku 400ml(GLU, MLE) ogórek świeży +sałata 100g Herbata 250ml owoc 1szt	wędlina wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU,) masło ekstra 15g(MLE) kasza manna na mleku 400ml(GLU, MLE) sałata +pomidor 100g Herbata 250ml owoc 1szt	wędlina wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb razowy 100g (GLU,) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (GLU) ogórek świeży +sałata 100g Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt <u>IIK</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE)jajkiem 30g(JAJ)	wędlina wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb razowy 100g (GLU,) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (GLU) ogórek kiszony +sałata 100g Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt <u>IIK</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE)jajkiem 30g(JAJ)	wędlina wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU,) margaryna miękka 15g (MLE) kasza manna na mleku 400ml(GLU, MLE) sałata +pomidor 100g Herbata 250ml owoc 1szt	wędlina wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU,) margaryna miękka 15g (MLE) kasza manna na mleku 400ml(GLU, MLE) sałata +pomidor 100g Herbata 250ml owoc 1szt	wędlina wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU,) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (GLU) Herbata 250ml owoc 1szt
OBIAD	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) pierogi z soczewicą 250g (GLU) surówka z kapusty czerwonej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) pierogi z mięsem 250g (GLU) marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) pierogi z soczewicą 250g (GLU) surówka z kapusty czerwonej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Sok pomidorowy 100% 200g	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) pierogi z soczewicą 250g (GLU) surówka z kapusty czerwonej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Sok pomidorowy 100% 200g	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) pierogi z mięsem 250g (GLU) marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) pierogi z mięsem 250g (GLU) marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) pierogi z mięsem 250g (GLU) marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml
KOLACJA	wędlina drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ćwikła 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	wędlina drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ćwikła 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	wędlina drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ćwikła 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	wędlina drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ćwikła 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*)	wędlina drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	wędlina drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	wędlina drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Mus warzywno-owocowy 100g	Mus warzywno-owocowy 100g	Mus warzywno-owocowy 100g
	Wartość energetyczna 2340 kcal Białko ogółem 74.61 g Tłuszcz 70.35 g Węglowodany ogółem 366.53 g Błonnik pokarmowy 29.79 g Sód 2044.49 mg Sól 5.11 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26.42 g Glukoza 11.33 g Fruktoza 24.36 g Sacharoza 45.90 g Laktoza 28.85 g	Wartość energetyczna 2378 kcal Białko ogółem 76.81 g Tłuszcz 70.35 g Węglowodany ogółem 372.33 g Błonnik pokarmowy 23.19 g Sód 1934.49 mg Sól 4.83 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26.36 g Glukoza 11.33 g Fruktoza 24.36 g Sacharoza 43.90 g Laktoza 28.85 g	Wartość energetyczna 2345 kcal Białko ogółem 84.78 g Tłuszcz 76.55 g Węglowodany ogółem 354.55 g Błonnik pokarmowy 52.42 g Sód 2678.86 mg Sól 6.67 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21.25 g Glukoza 13.03 g Fruktoza 20.17 g Sacharoza 19.43 g Laktoza 4.33 g	Wartość energetyczna 2538 kcal Białko ogółem 92.88 g Tłuszcz 83.88 g Węglowodany ogółem 380.21 g Błonnik pokarmowy 56.62 g Sód 3097.06 mg Sól 7.72 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22.89 g Glukoza 13.03 g Fruktoza 20.17 g Sacharoza 20.26 g Laktoza 4.35 g	Wartość energetyczna 2399 kcal Białko ogółem 76.93 g Tłuszcz 58.91 g Węglowodany ogółem 401.64 g Błonnik pokarmowy 20.51 g Sód 1905.29 mg Sól 4.76 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.47 g Glukoza 11.78 g Fruktoza 24.00 g Sacharoza 78.87 g Laktoza 28.47 g	Wartość energetyczna 2399 kcal Białko ogółem 76.93 g Tłuszcz 58.91 g Węglowodany ogółem 401.64 g Błonnik pokarmowy 20.51 g Sód 1905.29 mg Sól 4.76 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.47 g Glukoza 11.78 g Fruktoza 24.00 g Sacharoza 78.87 g Laktoza 28.47 g	Wartość energetyczna 2351 kcal Białko ogółem 80.02 g Tłuszcz 60.07 g Węglowodany ogółem 388.04 g Błonnik pokarmowy 28.06 g Sód 1901.80 mg Sól 4.72 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.12 g Glukoza 11.68 g Fruktoza 16.63 g Sacharoza 69.72 g Laktoza 4.02 g

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

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 19-28.03.2024 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)
21.03.2024 czwartek							
ŚNIADANIE	Pasta z jaj z natką pietruszki 50g (JAJ, MLE) sałata +pomidor 100g pieczywo mieszane 100g(GLU.) masło ekstra 15g(MLE) makaron na mleku 400ml(GLU,MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Pasta z jaj z natką pietruszki 50g (JAJ, MLE) sałata +pomidor 100g pieczywo pszenne 100g(GLU.) masło ekstra 15g(MLE) makaron na mleku 400ml(GLU,MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Pasta z jaj z natką pietruszki 50g (JAJ, MLE) sałata +pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU.) masło ekstra 15g(MLE) zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU) Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt IIŚN chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE)twarogiem 30g(MLE)	Pasta z jaj z natką pietruszki 50g (JAJ, MLE) sałata +pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU.) masło ekstra 15g(MLE) zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU) Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt IIŚN chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE)twarogiem 30g(MLE)	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata +pomidor 100g pieczywo pszenne 100g(GLU.) margaryna miękka 15g (MLE) makaron na mleku 400ml(GLU,MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata +pomidor 100g pieczywo pszenne 100g(GLU.) margaryna miękka 15g (MLE) makaron 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 z makaronem 400ml (GLU) herbata 300 ml +cukier 10g owoc 1szt
OBIAD	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koperkiem 200g kotlet drobiowy mielony smażony 100g(GLU, JAJ) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet drobiowy mielony pieczony 100g(GLU, JAJ) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet drobiowy mielony pieczony 100g(GLU, JAJ) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:jabłko 1szt	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet drobiowy mielony pieczony 100g(GLU, JAJ) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:jabłko 1szt	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet drobiowy mielony pieczony 100g(GLU, JAJ) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet drobiowy mielony pieczony 100g(GLU, JAJ) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet drobiowy mielony pieczony 100g(GLU, JAJ) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Paszтет drobiowy 50g (GLU,SEL) pieczywo mieszane 100g (GLU.) masło roślinne 15g(MLE) pomidor 100g Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Paszтет drobiowy 50g (GLU,SEL) pieczywo pszenne 100g (GLU.) masło roślinne 15g(MLE) pomidor 100g Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb razowy 100g (GLU.) masło roślinne 15g(MLE) pomidor 100g Herbata b/cukru 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb razowy 100g (GLU.) masło roślinne 15g(MLE) pomidor 100g Herbata b/cukru 250ml III chleb razowy 100g (GLU.) z masłem roślinnym 10g(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 Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU.) margaryna miękka 15g (MLE) pomidor 100g Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU.) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Ciasto drożdżowe 50g(GLU, MLE)	Ciasto drożdżowe 50g(GLU, MLE)	Pieczywo chrupkie 40g (GLU)	Pieczywo chrupkie 40g (GLU)	Pieczywo chrupkie 40g (GLU)	Pieczywo chrupkie 40g (GLU)	Pieczywo chrupkie 40g (GLU)
	Wartość energetyczna 2484 kcal Białko ogółem 97.07 g Tłuszcz 72.31 g Węglowodany ogółem 373.43 g Błonnik pokarmowy 26.48 g Sód 2369.83 mg Sól 5.74 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26.73 g Glukoza 3.98 g Frukttoza 6.80 g Sacharoza 34.61 g Laktoza 34.17 g	Wartość energetyczna 2471 kcal Białko ogółem 97.98 g Tłuszcz 70.94 g Węglowodany ogółem 370.52 g Błonnik pokarmowy 19.50 g Sód 2252.09 mg Sól 5.45 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26.35 g Glukoza 3.67 g Frukttoza 6.50 g Sacharoza 32.55 g Laktoza 34.17 g	Wartość energetyczna 2261 kcal Białko ogółem 87.73 g Tłuszcz 59.88 g Węglowodany ogółem 362.89 g Błonnik pokarmowy 44.61 g Sód 2322.27 mg Sól 5.62 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.71 g Glukoza 7.20 g Frukttoza 14.18 g Sacharoza 19.81 g Laktoza 2.01 g	Wartość energetyczna 2454 kcal Białko ogółem 95.83 g Tłuszcz 67.21 g Węglowodany ogółem 388.55 g Błonnik pokarmowy 48.81 g Sód 2740.47 mg Sól 6.67 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.35 g Glukoza 7.20 g Frukttoza 14.18 g Sacharoza 20.64 g Laktoza 2.03 g	Wartość energetyczna 2387 kcal Białko ogółem 101.50 g Tłuszcz 57.55 g Węglowodany ogółem 374.80 g Błonnik pokarmowy 19.19 g Sód 2458.17 mg Sól 5.98 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.30 g Glukoza 2.71 g Frukttoza 3.97 g Sacharoza 30.72 g Laktoza 33.39 g	Wartość energetyczna 2387 kcal Białko ogółem 101.50 g Tłuszcz 57.55 g Węglowodany ogółem 374.80 g Błonnik pokarmowy 19.19 g Sód 2458.17 mg Sól 5.98 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.30 g Glukoza 2.71 g Frukttoza 3.97 g Sacharoza 30.72 g Laktoza 33.39 g	Wartość energetyczna 2117 kcal Białko ogółem 78.98 g Tłuszcz 50.47 g Węglowodany ogółem 348.50 g Błonnik pokarmowy 22.37 g Sód 2256.87 mg Sól 5.48 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.99 g Glukoza 5.38 g Frukttoza 6.27 g Sacharoza 25.25 g Laktoza 0.15 g

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

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 19-28.03.2024 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)
22.03.2024 piątek							
ŚNIADANIE	Ser żółty 40g(MLE) pomidor +sałata 100g pieczywo mieszane 100g (GLU, masło ekstra 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Marmolada 50g pieczywo pszenne 100g (GLU, masło ekstra 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Ser żółty 40g(MLE) pomidor +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)jajkiem 30g(JAJ)	Ser żółty 40g(MLE) pomidor +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)jajkiem 30g(JAJ)	Marmolada 50g pieczywo pszenne 100g (GLU, margaryna miękka 15g (MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt	Marmolada 50g pieczywo pszenne 100g (GLU, margaryna miękka 15g (MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU, masło ekstra 15g(MLE) Herbata 250ml owoc 1szt
OBIAD	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, JAJ, SEL) ryba smażona 100g (GLU, JAJ,RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kiszanej kapusty z olejem 150g kompot 250ml	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, JAJ, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g (SEL.) kompot 250ml	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, JAJ, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kiszanej kapusty z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, JAJ, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kiszanej kapusty z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, JAJ, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g (SEL.) kompot 250ml	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, JAJ, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g (SEL.) kompot 250ml	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, JAJ, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g (SEL.) kompot 250ml
KOLACJA	Pasta z ciecierzycy 50g Ogórek kiszony 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	Pasta z ciecierzycy 50g Ogórek kiszony 100g chleb razowy 100g (GLU, masło roślinne 15g(MLE) Herbata b/cukru 250ml	Pasta z ciecierzycy 50g Ogórek kiszony 100g chleb razowy 100g (GLU, masło roślinne 15g(MLE) Herbata b/cukru 250ml IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE)wędliną drobiową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Twarożek z natką 50g(MLE) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU, margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Twarożek z natką 50g(MLE) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU, margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU, masło roślinne 15g(MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Salatka warzywna 150g	Mus warzywno-owocowy 100g	Mus warzywno-owocowy 100g	Mus warzywno-owocowy 100g
	Wartość energetyczna 2414 kcal Białko ogółem 75.97 g Tłuszcz 92.62 g Węglowodany ogółem 335.36 g Błonnik pokarmowy 34.97 g Sód 2411.41 mg Sól 6.02 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27.70 g Glukoza 6.30 g Fruktოza 13.20 g Sacharoza 31.61 g Laktoza 16.31 g	Wartość energetyczna 2364 kcal Białko ogółem 77.55 g Tłuszcz 82.70 g Węglowodany ogółem 343.28 g Błonnik pokarmowy 26.13 g Sód 2232.83 mg Sól 5.57 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.53 g Glukoza 6.59 g Fruktοza 12.34 g Sacharoza 28.61 g Laktoza 18.72 g	Wartość energetyczna 2237 kcal Białko ogółem 77.01 g Tłuszcz 92.65 g Węglowodany ogółem 296.27 g Błonnik pokarmowy 48.61 g Sód 2883.75 mg Sól 7.18 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27.58 g Glukoza 6.82 g Fruktοza 12.58 g Sacharoza 17.15 g Laktoza 7.25 g	Wartość energetyczna 2430 kcal Białko ogółem 85.11 g Tłuszcz 99.98 g Węglowodany ogółem 321.93 g Błonnik pokarmowy 52.81 g Sód 3301.95 mg Sól 8.23 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 29.22 g Glukoza 6.82 g Fruktοza 12.58 g Sacharoza 17.98 g Laktoza 7.27 g	Wartość energetyczna 2360 kcal Białko ogółem 71.68 g Tłuszcz 71.16 g Węglowodany ogółem 372.64 g Błonnik pokarmowy 23.80 g Sód 1843.83 mg Sól 4.60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.57 g Glukoza 7.64 g Fruktοza 12.73 g Sacharoza 63.63 g Laktoza 17.41 g	Wartość energetyczna 2360 kcal Białko ogółem 71.68 g Tłuszcz 71.16 g Węglowodany ogółem 372.64 g Błonnik pokarmowy 23.80 g Sód 1843.83 mg Sól 4.60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.57 g Glukoza 7.64 g Fruktοza 12.73 g Sacharoza 63.63 g Laktoza 17.41 g	Wartość energetyczna 1817 kcal Białko ogółem 66.62 g Tłuszcz 45.05 g Węglowodany ogółem 297.71 g Błonnik pokarmowy 19.72 g Sód 2042.86 mg Sól 5.11 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.71 g Glukoza 7.03 g Fruktοza 12.27 g Sacharoza 60.96 g Laktoza 0.12 g

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

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 19-28.03.2024 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)
23.03.2024 sobota							
SNIADANIE	Poładwica sopocka wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka kons +sałata 100g pieczywo mieszane 100g (GLU,) masło ekstra 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 400ml(MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Poładwica sopocka wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU,) masło ekstra 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 400ml(MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Poładwica sopocka wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka kons +sałata 100g chleb razowy 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) zupa na wywarze z jarzyn z kaszą kukurydziana 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt <u>IIK</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE)jajkiem 30g(JAJ)	Poładwica sopocka wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka kons +sałata 100g chleb razowy 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) zupa na wywarze z jarzyn z kaszą kukurydziana 400ml Herbata b/cukru 250ml <u>IIK</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE)jajkiem 30g(JAJ)	Poładwica sopocka wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU,) margaryna miękka 15g (MLE) kasza kukurydziana na mleku 400ml(MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Poładwica sopocka wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU,) margaryna miękka 15g (MLE) kasza kukurydziana na mleku 400ml(MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Poładwica sopocka wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU,) masło ekstra 15g(MLE) zupa na wywarze z jarzyn z kasza kukurydziana 400ml Herbata 250ml owoc 1szt
OBIAD	Zupa kalafiorowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza gryczana 200g sos pieczarkowy 150g (GLU) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa kalafiorowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż 200g sos mięsno-warzywny duszony 150g(GLU) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa kalafiorowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza gryczana 200g sos pieczarkowy 150g (GLU) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: owoc 1szt	Zupa kalafiorowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza gryczana 200g sos pieczarkowy 150g (GLU) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: owoc 1szt	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż 200g sos mięsno-warzywny duszony 150g(GLU) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż 200g sos mięsno-warzywny duszony 150g(GLU) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż 200g sos mięsno-warzywny duszony 150g(GLU) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo mieszane 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 250ml	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 250ml	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata b/cukru 250ml	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata b/cukru 250ml <u>IIK</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE)wędliną wieprzową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU,) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU,) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Mus warzywno-owocowy 100g
	Wartość energetyczna 2119 kcal Białko ogółem 74.96 g Tłuszcz 64.93 g Węglowodany ogółem 325.49 g Błonnik pokarmowy 31.21 g Sód 1930.36 mg Sól 4.71 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27.13 g Glukoza 8.76 g Fruktოza 16.42 g Sacharoza 33.39 g Laktoza 19.56 g	Wartość energetyczna 2318 kcal Białko ogółem 88.04 g Tłuszcz 67.99 g Węglowodany ogółem 353.22 g Błonnik pokarmowy 24.12 g Sód 2049.86 mg Sól 4.90 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23.86 g Glukoza 9.69 g Fruktοza 17.25 g Sacharoza 34.57 g Laktoza 22.34 g	Wartość energetyczna 2138 kcal Białko ogółem 72.64 g Tłuszcz 68.18 g Węglowodany ogółem 334.72 g Błonnik pokarmowy 50.96 g Sód 2122.25 mg Sól 5.18 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24.46 g Glukoza 11.73 g Fruktοza 23.40 g Sacharoza 18.43 g Laktoza 4.10 g	Wartość energetyczna 2331 kcal Białko ogółem 80.74 g Tłuszcz 75.51 g Węglowodany ogółem 360.38 g Błonnik pokarmowy 55.16 g Sód 2540.45 mg Sól 6.23 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26.10 g Glukoza 11.73 g Fruktοza 23.40 g Sacharoza 19.26 g Laktoza 4.12 g	Wartość energetyczna 2323 kcal Białko ogółem 86.79 g Tłuszcz 67.31 g Węglowodany ogółem 357.92 g Błonnik pokarmowy 24.87 g Sód 2077.96 mg Sól 4.98 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.63 g Glukoza 9.19 g Fruktοza 15.15 g Sacharoza 34.47 g Laktoza 20.37 g	Wartość energetyczna 2323 kcal Białko ogółem 86.79 g Tłuszcz 67.31 g Węglowodany ogółem 357.92 g Błonnik pokarmowy 24.87 g Sód 2077.96 mg Sól 4.98 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.63 g Glukoza 9.19 g Fruktοza 15.15 g Sacharoza 34.47 g Laktoza 20.37 g	Wartość energetyczna 2295 kcal Białko ogółem 74.20 g Tłuszcz 58.51 g Węglowodany ogółem 385.43 g Błonnik pokarmowy 28.62 g Sód 1930.74 mg Sól 4.60 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.33 g Glukoza 10.51 g Fruktοza 15.50 g Sacharoza 69.42 g Laktoza 0.15 g

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

mgr Agata Birus
Agata Birus
 Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 19-28.03.2024 r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o. z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w Poniatowej

Posilek	DIETA PODSTAWOWA (1)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (2)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW (5 S,P)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW (6 S,P,K) 6 posiłków	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
24.03.2024 niedziela							
SNIADANIE	Jaja 1szt (JAJ) pomidor +sałata 100g sos tatarski 50g (MLE) pieczywo mieszane 100g(GLU,) masło ekstra 15g(MLE) ryż na mleku 400ml (GLU) Herbata 250ml owoc 1szt	Jaja 1szt (JAJ) pomidor +sałata 100g sos tatarski 50g (MLE) pieczywo pszenne 100g(GLU,) masło ekstra 15g(MLE) ryż na mleku 400ml (GLU) Herbata 250ml owoc 1szt	Jaja 1szt (JAJ) pomidor +sałata 100g sos tatarski 50g (MLE) chleb razowy 100g (GLU,) masło ekstra 15g(MLE) zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt IISN chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE)twarogiem 30g (MLE)	Jaja 1szt (JAJ) pomidor +sałata 100g sos tatarski 50g (MLE) chleb razowy 100g (GLU,) masło ekstra 15g(MLE) zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt IISN chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE)twarogiem 30g (MLE)	Szynka z indyka 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU,) margaryna miękka 15g (MLE) ryż na mleku 400ml (GLU) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka z indyka 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g(GLU,) margaryna miękka 15g (MLE) ryż na mleku 400ml (GLU) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka z indyka 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g(GLU,) masło ekstra 15g(MLE) zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml Herbata 250ml owoc 1szt
OBIAD	Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka pieczone 200g(GOR) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka gotowane 200g buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka gotowane 200g surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Sok pomidorowy 100% 200g	Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka gotowane 200g surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Sok pomidorowy 100% 200g	Rosół warzywny z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka gotowane 200g buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Rosół warzywny z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka gotowane 200g buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Rosół warzywny z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka gotowane 200g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałatka szwedzka 100g pieczywo mieszane 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałatka szwedzka 100g pieczywo pszenne 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałatka szwedzka 100g chleb razowy 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata b/cukru 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałatka szwedzka 100g chleb razowy 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata b/cukru 250ml IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE)wędliną drobiową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU,) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU,) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	jogurt naturalny 1szt(MLE)	Jogurt naturalny 1szt(MLE)	Jogurt naturalny 1szt(MLE)	Jogurt naturalny 1szt(MLE)	Jogurt naturalny 1szt(MLE)	Jogurt naturalny 1szt(MLE)	Mus warzywno-owocowy 100g
	Wartość energetyczna 2299 kcal Białko ogółem 91.76 g Tłuszcz 85.57 g Węglowodany ogółem 301.79 g Błonnik pokarmowy 22.84 g Sód 1918.36 mg Sól 4.81 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26.57 g Glukoza 5.71 g Fruktოza 12.07 g Sacharoza 39.15 g Laktoza 20.40 g	Wartość energetyczna 2337 kcal Białko ogółem 93.96 g Tłuszcz 85.57 g Węglowodany ogółem 307.59 g Błonnik pokarmowy 16.24 g Sód 1808.36 mg Sól 4.53 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26.51 g Glukoza 5.71 g Fruktοza 12.07 g Sacharoza 37.15 g Laktoza 20.40 g	Wartość energetyczna 2210 kcal Białko ogółem 92.79 g Tłuszcz 79.05 g Węglowodany ogółem 301.41 g Błonnik pokarmowy 40.85 g Sód 2418.47 mg Sól 6.05 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22.24 g Glukoza 8.78 g Fruktοza 16.35 g Sacharoza 20.85 g Laktoza 6.49 g	Wartość energetyczna 2403 kcal Białko ogółem 100.89 g Tłuszcz 86.38 g Węglowodany ogółem 327.07 g Błonnik pokarmowy 45.05 g Sód 2836.67 mg Sól 7.10 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23.88 g Glukoza 8.78 g Fruktοza 16.35 g Sacharoza 21.68 g Laktoza 6.51 g	Wartość energetyczna 2140 kcal Białko ogółem 87.57 g Tłuszcz 68.99 g Węglowodany ogółem 303.24 g Błonnik pokarmowy 18.51 g Sód 1946.36 mg Sól 4.87 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.38 g Glukoza 6.28 g Fruktοza 12.57 g Sacharoza 38.43 g Laktoza 4.86 g	Wartość energetyczna 2140 kcal Białko ogółem 87.57 g Tłuszcz 68.99 g Węglowodany ogółem 303.24 g Błonnik pokarmowy 18.51 g Sód 1946.36 mg Sól 4.87 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.38 g Glukoza 6.28 g Fruktοza 12.57 g Sacharoza 38.43 g Laktoza 4.86 g	Wartość energetyczna 2258 kcal Białko ogółem 82.73 g Tłuszcz 68.73 g Węglowodany ogółem 340.03 g Błonnik pokarmowy 22.17 g Sód 1953.93 mg Sól 4.88 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.20 g Glukoza 10.03 g Fruktοza 15.12 g Sacharoza 69.42 g Laktoza 0.15 g

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

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 19-28.03.2024 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 POBUDEZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
25.03.2024 PONIEDZIAŁEK							
ŚNIADANIE	Poledwica drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka +sałata 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Poledwica drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	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 makaronem 400ml (GLU) Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i twarogiem 30g(MLE)	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 makaronem 400ml (GLU) Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i twarogiem 30g(MLE)	Poledwica drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Poledwica drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	poledwica drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU) Herbata 250ml owoc 1szt
OBIAD	zupa ogórkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	zupa koperkowa czysta 400ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	zupa ogórkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Kisiel b/cukru 200g	zupa ogórkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Kisiel b/cukru 200g	zupa koperkowa czysta 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g (GLU) kompot 250ml	zupa koperkowa czysta 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g (GLU) kompot 250ml	zupa koperkowa czysta 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 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 mieszane 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 wędliną wieprzową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Ciasto drożdżowe 50g(GLU,MLE)	Ciasto drożdżowe 50g(GLU,MLE)	Pieczywo chrupkie 40g (GLU)	Pieczywo chrupkie 40g (GLU)	Pieczywo chrupkie 40g (GLU)	Pieczywo chrupkie 40g (GLU)	Pieczywo chrupkie 40g (GLU)
	Wartość energetyczna 2492 kcal Białko ogółem 94.47 g Tłuszcz 73.02 g Węglowodany ogółem 378.57 g Błonnik pokarmowy 29.50 g Sód 2570.89 mg Sól 6.41 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.10 g Glukoza 8.05 g Fruktoza 14.83 g Sacharoza 34.53 g Laktoza 33.79 g	Wartość energetyczna 2415 kcal Białko ogółem 83.76 g Tłuszcz 72.63 g Węglowodany ogółem 369.48 g Błonnik pokarmowy 22.87 g Sód 1939.14 mg Sól 4.82 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.76 g Glukoza 7.18 g Fruktoza 13.83 g Sacharoza 32.59 g Laktoza 15.94 g	Wartość energetyczna 2470 kcal Białko ogółem 94.92 g Tłuszcz 67.32 g Węglowodany ogółem 392.35 g Błonnik pokarmowy 45.99 g Sód 2707.70 mg Sól 6.72 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11.34 g Glukoza 8.06 g Fruktoza 14.63 g Sacharoza 21.28 g Laktoza 19.48 g	Wartość energetyczna 2663 kcal Białko ogółem 103.02 g Tłuszcz 74.65 g Węglowodany ogółem 418.01 g Błonnik pokarmowy 50.19 g Sód 3125.90 mg Sól 7.77 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.98 g Glukoza 8.06 g Fruktoza 14.63 g Sacharoza 22.11 g Laktoza 19.50 g	Wartość energetyczna 2170 kcal Białko ogółem 83.32 g Tłuszcz 54.00 g Węglowodany ogółem 350.03 g Błonnik pokarmowy 23.34 g Sód 2336.69 mg Sól 5.80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.86 g Glukoza 7.27 g Fruktoza 13.22 g Sacharoza 29.16 g Laktoza 14.17 g	Wartość energetyczna 2170 kcal Białko ogółem 83.32 g Tłuszcz 54.00 g Węglowodany ogółem 350.03 g Błonnik pokarmowy 23.34 g Sód 2336.69 mg Sól 5.80 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.86 g Glukoza 7.27 g Fruktoza 13.22 g Sacharoza 29.16 g Laktoza 14.17 g	Wartość energetyczna 2115 kcal Białko ogółem 77.30 g Tłuszcz 49.04 g Węglowodany ogółem 354.70 g Błonnik pokarmowy 25.89 g Sód 2245.39 mg Sól 5.57 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10.50 g Glukoza 7.84 g Fruktoza 13.72 g Sacharoza 29.89 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-sesam 12-dwutlenek siarki 13-lubin 14- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 19-28.03.2024 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)
26.03.2024 wtorek							
SNIADANIE	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 400ml (MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 400ml (MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g chleb razowy 100g(GLU) masło roślinne 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą jaglaną 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt IIŚN kefir naturalny 200g(MLE)	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g chleb razowy 100g(GLU) masło roślinne 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą jaglaną 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt IIŚN kefir naturalny 200g(MLE)	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) kasza jaglana na mleku 400ml (MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) kasza jaglana na mleku 400ml (MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą jaglaną 400ml Herbata 250ml owoc 1szt
OBIAD	Barszcz ukraiński z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron z kapustą i pieczarkami 400g(GLU) kompot 250ml jabłko 1szt	Barszcz ukraiński z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron z serem twarogowym 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) kompot 250ml jabłko 1szt	Barszcz ukraiński z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron razowy z serem twarogowym 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) kompot 300ml jabłko 1szt podwieczorek: Sok pomidorowy 100% 200g	Barszcz ukraiński z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron razowy z serem twarogowym 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) kompot 300ml jabłko 1szt podwieczorek: Sok pomidorowy 100% 200g	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron z serem twarogowym 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) kompot 250ml jabłko 1szt	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron z serem twarogowym 350g(GLU, MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) kompot 250ml jabłko 1szt	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron z mięsem i warzywami 350g(GLU, MLE) sos koperkowy 100g(GLU) Marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml jabłko 1szt
KOLACJA	Paszтет drobiowy 50g(GLU, SEL) sałatka szwedzka 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Paszтет drobiowy 50g(GLU, SEL) sałatka szwedzka 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Poładwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałatka szwedzka 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Poładwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałatka szwedzka 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*)	Poładwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) pomidor +sałata 100g Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Poładwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) pomidor +sałata 100g Kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Poładwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	jogurt owocowy 1szt(MLE)	Jogurt owocowy 1szt(MLE)	Jogurt naturalny 1szt(MLE)	Jogurt naturalny 1szt(MLE)	Jogurt owocowy 1szt(MLE)	Jogurt owocowy 1szt(MLE)	Mus warzywno-owocowy 100g
	Wartość energetyczna 2224 kcal Białko ogółem 89.74 g Tłuszcz 59.86 g Węglowodany ogółem 345.94 g Błonnik pokarmowy 30.29 g Sód 2759.24 mg Sól 6.89 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.94 g Glukoza 6.96 g Fruktoza 12.94 g Sacharoza 39.11 g Laktoza 42.06 g	Wartość energetyczna 2486 kcal Białko ogółem 111.84 g Tłuszcz 67.75 g Węglowodany ogółem 367.95 g Błonnik pokarmowy 18.83 g Sód 2079.54 mg Sól 5.19 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23.79 g Glukoza 6.51 g Fruktoza 12.72 g Sacharoza 42.09 g Laktoza 48.50 g	Wartość energetyczna 2010 kcal Białko ogółem 92.32 g Tłuszcz 44.40 g Węglowodany ogółem 329.15 g Błonnik pokarmowy 44.13 g Sód 2611.10 mg Sól 6.51 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.30 g Glukoza 10.08 g Fruktoza 21.32 g Sacharoza 32.24 g Laktoza 19.93 g	Wartość energetyczna 2203 kcal Białko ogółem 100.42 g Tłuszcz 51.73 g Węglowodany ogółem 354.81 g Błonnik pokarmowy 48.33 g Sód 3029.30 mg Sól 6.51 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.94 g Glukoza 10.08 g Fruktoza 21.32 g Sacharoza 33.07 g Laktoza 19.95 g	Wartość energetyczna 2242 kcal Białko ogółem 106.44 g Tłuszcz 51.61 g Węglowodany ogółem 346.09 g Błonnik pokarmowy 21.18 g Sód 2410.94 mg Sól 6.00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.73 g Glukoza 6.12 g Fruktoza 12.33 g Sacharoza 38.39 g Laktoza 44.59 g	Wartość energetyczna 2242 kcal Białko ogółem 106.44 g Tłuszcz 51.61 g Węglowodany ogółem 346.09 g Błonnik pokarmowy 21.18 g Sód 2410.94 mg Sól 6.00 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.73 g Glukoza 6.12 g Fruktoza 12.33 g Sacharoza 38.39 g Laktoza 44.59 g	Wartość energetyczna 2311 kcal Białko ogółem 81.73 g Tłuszcz 61.36 g Węglowodany ogółem 373.66 g Błonnik pokarmowy 28.27 g Sód 1880.78 mg Sól 4.67 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.29 g Glukoza 11.22 g Fruktoza 16.06 g Sacharoza 67.78 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 19-28.03.2024 r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o. z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w Poniatowej

Posilek	DIETA PODSTAWOWA (1)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (2)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW (5 S,P)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW (6 S,P,K) 6 posiłków	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
27.03.2024 środa							
SNIADANIE	Ser żółty 40g (MLE) papryka +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) papryka +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) papryka +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	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż 200g potrawka drobiowa duszona 150g(GLU) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż 200g potrawka drobiowa duszona 150g(GLU) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż brązowy 200g potrawka drobiowa duszona 150g(GLU) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczorek:jogurt naturalny 1szt (MLE)	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż brązowy 200g potrawka drobiowa duszona 150g(GLU) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczorek:kisiel b/cukru 200g	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż 200g potrawka drobiowa duszona 150g(GLU) marchew gotowana 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż 200g potrawka drobiowa duszona 150g(GLU) marchew gotowana 150g (GLU) kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż 200g potrawka drobiowa duszona 150g(GLU) marchew gotowana 150g (GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Poledwica wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Poledwica wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Poledwica wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	Poledwica wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) 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 wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Poledwica wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Poledwica wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Poledwica 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 2402 kcal Białko ogółem 84.28 g Tłuszcz 83.29 g Węglowodany ogółem 345.55 g Błonnik pokarmowy 33.02 g Sód 2654.72 mg Sól 6.63 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.94 g Glukoza 9.22 g Fruktoza 16.78 g Sacharoza 37.56 g Laktoza 19.78 g	Wartość energetyczna 2299 kcal Białko ogółem 82.23 g Tłuszcz 69.89 g Węglowodany ogółem 350.10 g Błonnik pokarmowy 26.02 g Sód 2560.72 mg Sól 6.40 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.94 g Glukoza 8.77 g Fruktoza 16.33 g Sacharoza 35.61 g Laktoza 19.73 g	Wartość energetyczna 2259 kcal Białko ogółem 78.63 g Tłuszcz 86.69 g Węglowodany ogółem 317.45 g Błonnik pokarmowy 52.04 g Sód 2859.40 mg Sól 7.12 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22.89 g Glukoza 10.35 g Fruktoza 17.98 g Sacharoza 25.39 g Laktoza 4.32 g	Wartość energetyczna 2452 kcal Białko ogółem 86.73 g Tłuszcz 94.02 g Węglowodany ogółem 343.11 g Błonnik pokarmowy 56.24 g Sód 3277.60 mg Sól 8.17 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24.53 g Glukoza 10.35 g Fruktoza 17.98 g Sacharoza 26.22 g Laktoza 4.34 g	Wartość energetyczna 2353 kcal Białko ogółem 80.29 g Tłuszcz 64.26 g Węglowodany ogółem 376.88 g Błonnik pokarmowy 23.13 g Sód 2343.84 mg Sól 5.85 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.60 g Glukoza 9.02 g Fruktoza 13.97 g Sacharoza 67.51 g Laktoza 15.57 g	Wartość energetyczna 2353 kcal Białko ogółem 80.29 g Tłuszcz 64.26 g Węglowodany ogółem 376.88 g Błonnik pokarmowy 23.13 g Sód 2343.84 mg Sól 5.85 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.60 g Glukoza 9.02 g Fruktoza 13.97 g Sacharoza 67.51 g Laktoza 15.57 g	Wartość energetyczna 2066 kcal Białko ogółem 66.64 g Tłuszcz 52.64 g Węglowodany ogółem 345.04 g Błonnik pokarmowy 23.05 g Sód 2237.64 mg Sól 5.58 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 10.51 g Glukoza 9.59 g Fruktoza 14.47 g Sacharoza 68.49 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
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 19-28.03.2024 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)
28.03.2024 czwartek						
SNIADANIE	Pasta jajeczna z natką pietruszki 50g (JAJ, MLE) pomidor +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 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 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 wieprzowy pieczony 100g (GLU,JAJ) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU,MLE,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mielony wieprzowy pieczony 100g (GLU,JAJ) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU,MLE,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mielony wieprzowy pieczony 100g (GLU,JAJ) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczorek:jogurt naturalny 1szt (MLE)	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	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	Poładwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Poładwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Poładwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml IIIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Poładwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Poładwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g (MLE) Herbata 250ml	Poładwica 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)	Wafle ryżowe 40g	Wafle ryżowe 40g	Wafle ryżowe 40g	Wafle ryżowe 40g
	Wartość energetyczna 2308 kcal Białko ogółem 90.32 g Tłuszcz 66.90 g Węglowodany ogółem 353.00 g Błonnik pokarmowy 31.44 g Sód 2254.68 mg Sól 5.63 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.56 g Glukoza 6.92 g Fruktოza 14.77 g Sacharoza 43.26 g Laktoza 20.13 g	Wartość energetyczna 2369 kcal Białko ogółem 91.50 g Tłuszcz 67.77 g Węglowodany ogółem 365.17 g Błonnik pokarmowy 28.05 g Sód 1745.84 mg Sól 4.36 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.87 g Glukoza 6.28 g Fruktοza 14.20 g Sacharoza 37.98 g Laktoza 16.26 g	Wartość energetyczna 2389 kcal Białko ogółem 96.76 g Tłuszcz 66.87 g Węglowodany ogółem 377.02 g Błonnik pokarmowy 50.76 g Sód 2169.17 mg Sól 5.18 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.87 g Glukoza 6.71 g Fruktοza 14.52 g Sacharoza 23.87 g Laktoza 6.75 g	Wartość energetyczna 2582 kcal Białko ogółem 104.86 g Tłuszcz 74.20 g Węglowodany ogółem 402.68 g Błonnik pokarmowy 54.96 g Sód 2587.37 mg Sól 6.23 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.51 g Glukoza 6.71 g Fruktοza 14.52 g Sacharoza 24.70 g Laktoza 6.77 g	Wartość energetyczna 2416 kcal Białko ogółem 92.51 g Tłuszcz 67.76 g Węglowodany ogółem 373.64 g Błonnik pokarmowy 23.93 g Sód 2055.54 mg Sól 4.92 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.12 g Glukoza 6.32 g Fruktοza 12.50 g Sacharoza 36.43 g Laktoza 19.41 g	Wartość energetyczna 2416 kcal Białko ogółem 92.51 g Tłuszcz 67.76 g Węglowodany ogółem 373.64 g Błonnik pokarmowy 23.93 g Sód 2055.54 mg Sól 4.92 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.12 g Glukoza 6.32 g Fruktοza 12.50 g Sacharoza 36.43 g Laktoza 19.41 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