

JADŁOSPIS DEKADOWY 5-14.09.2024r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w Poniatojewie

Posilek	DIETA PODSTAWOWA (1)	DIETA ŁATWOSTRAWNA (2)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (5 S,P)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6 S,P,K) 6 posiłków	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
<b>13.09.2024 piątek</b>							
SNIADANIE	Marmolada 50g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Marmolada 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Pasta z ciecierzycy 50g sałata +pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml 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	Polędwica wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata 250ml
OBIAD	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba smażona 100g (GLU, JAJ, RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (SEL) kompot 250ml	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (SEL) kompot 250ml	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (SEL) kompot b/cukru 250ml podwieczorek: owoc 1szt	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (SEL) kompot b/cukru 250ml podwieczorek: owoc 1szt	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (SEL) kompot 250ml	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (SEL) kompot 250ml	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (SEL) kompot 250ml
KOLACJA	Twarożek z natką 50g (MLE) rzodkiewka 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Twarożek z natką 50g (MLE) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Twarożek z natką 50g (MLE) rzodkiewka 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	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 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	Polędwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Sok owocowy 200g	Sok owocowy 200g	Sok pomidorowy 200g	Sok pomidorowy 200g	Sok owocowy 200g	Sok owocowy 200g	Biszkopty 40g(GLU, JAJ)
	Wartość energetyczna:2339 kcal Białko ogółem:83.81 g Węglowodany ogółem:374.99 g Tłuszcz:62.88 g Glukoza:9.59 g Sacharoza:35.59 g Błonnik pokarmowy:29.84 g Sód:1838.23 mg Fruktoza:21.52 g Laktoza:18.82 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:15.04 g	Wartość energetyczna:2256 kcal Białko ogółem:79.6 g Węglowodany ogółem:359.14 g Tłuszcz:61.89 g Glukoza:9.69 g Sacharoza:35.55 g Błonnik pokarmowy:27.32 g Sód:1727.58 mg Fruktoza:22.42 g Laktoza:18.82 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:14.84 g	Wartość energetyczna:2108 kcal Białko ogółem:83.98 g Węglowodany ogółem:336.54 g Tłuszcz:57.82 g Glukoza:13.05 g Sacharoza:18.29 g Błonnik pokarmowy:49.93 g Sód:2184.67 mg Fruktoza:24.84 g Laktoza:9.29 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:11.43 g	Wartość energetyczna:2313 kcal Białko ogółem:91.28 g Węglowodany ogółem:367.46 g Tłuszcz:64.75 g Glukoza:13.05 g Sacharoza:19.25 g Błonnik pokarmowy:54.97 g Sód:2504.22 mg Fruktoza:24.84 g Laktoza:9.3 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:13.18 g	Wartość energetyczna:2254 kcal Białko ogółem:79.64 g Węglowodany ogółem:359.2 g Tłuszcz:61.89 g Glukoza:9.69 g Sacharoza:35.55 g Błonnik pokarmowy:27.32 g Sód:1710.78 mg Fruktoza:22.42 g Laktoza:19.04 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:20.92 g	Wartość energetyczna:2254 kcal Białko ogółem:79.64 g Węglowodany ogółem:359.2 g Tłuszcz:61.89 g Glukoza:9.69 g Sacharoza:35.55 g Błonnik pokarmowy:27.32 g Sód:1710.78 mg Fruktoza:22.42 g Laktoza:19.04 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:20.92 g	Wartość energetyczna:2036 kcal Białko ogółem:72.75 g Węglowodany ogółem:320.63 g Tłuszcz:57.48 g Glukoza:5.23 g Sacharoza:32.24 g Błonnik pokarmowy:29.02 g Sód:2704.76 mg Fruktoza:11.22 g Laktoza:0.54 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:11.1 g

Dietetyk  
mgr inż. Patrycja Seweryn-Stach

**Alergeny:** GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi MLE- mleko i produkty mleczne

ORZ- orzechy z drzew orzechowych SEL- seler GOR-gorzyczka SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów