

JADŁOSPIS DEKADOWY 8-17.05.2024r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w 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)
8.05.2024 środa							
ŚNIADANIE	Jaja 1szt (JAJ) sos tatarski 50g(MLE) rzodkiewka +sałata 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 400ml (MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	jaja 1szt (JAJ) sos tatarski 50g(MLE) pomidor +sałata 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 400ml (MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	jaja 1szt (JAJ) sos tatarski 50g(MLE) rzodkiewka +sałata 100g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą kukurydzianą 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt IIŚN kefir naturalny 200g (MLE)	jaja 1szt (JAJ) sos tatarski 50g(MLE) rzodkiewka +sałata 100g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą kukurydzianą 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 kukurydziana 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 kukurydziana 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 kukurydzianą 400ml Herbata 250ml owoc 1szt
OBIAD	Zupa zacierka z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200g gołąbki w kapuście w sosie pomidorowym 300g(GLU) jabłko 1szt kompot 250ml	Zupa zacierka z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mięsno-ryżowy pieczony 100g(GLU, JAJ) marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml	Zupa zacierka z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200g gołąbki w kapuście w sosie pomidorowym 300g(GLU) jabłko 1szt kompot b/cukru 250ml podwieczorek: owoc 1szt	Zupa zacierka z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200g gołąbki w kapuście w sosie pomidorowym 300g(GLU) jabłko 1szt kompot b/cukru 250ml podwieczorek: owoc 1szt	Zupa zacierka z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mięsno-ryżowy pieczony 100g(GLU, JAJ) marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml	Zupa zacierka z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mięsno-ryżowy pieczony 100g(GLU, JAJ) marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml	Zupa zacierka z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mięsno-ryżowy pieczony 100g(GLU, JAJ) marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) 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 POSIŁEK	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 2282 kcal Białko ogółem 77.87 g Tłuszcz 59.95 g Węglowodany ogółem 374.78 g Błonnik pokarmowy 31.52 g Sód 2129.64 mg Sól 5.34 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.24 g Glukoza 11.25 g Frukttoza 17.29 g Sacharoza 35.23 g Laktoza 15.94 g	Wartość energetyczna 2381 kcal Białko ogółem 80.85 g Tłuszcz 69.75 g Węglowodany ogółem 373.16 g Błonnik pokarmowy 25.54 g Sód 2114.32 mg Sól 5.30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.56 g Glukoza 9.55 g Frukttoza 15.17 g Sacharoza 27.76 g Laktoza 15.97 g	Wartość energetyczna 2289 kcal Białko ogółem 79.72 g Tłuszcz 62.58 g Węglowodany ogółem 375.15 g Błonnik pokarmowy 46.31 g Sód 2155.28 mg Sól 5.36 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.80 g Glukoza 11.27 g Frukttoza 22.94 g Sacharoza 17.82 g Laktoza 6.49 g	Wartość energetyczna 2482 kcal Białko ogółem 87.82 g Tłuszcz 69.91 g Węglowodany ogółem 400.81 g Błonnik pokarmowy 50.51 g Sód 2573.48 mg Sól 6.41 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.44 g Glukoza 11.27 g Frukttoza 22.94 g Sacharoza 18.65 g Laktoza 6.51 g	Wartość energetyczna 2336 kcal Białko ogółem 85.55 g Tłuszcz 66.00 g Węglowodany ogółem 364.36 g Błonnik pokarmowy 23.29 g Sód 2265.82 mg Sól 5.68 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.31 g Glukoza 7.60 g Frukttoza 13.52 g Sacharoza 25.11 g Laktoza 15.97 g	Wartość energetyczna 2336 kcal Białko ogółem 85.55 g Tłuszcz 66.00 g Węglowodany ogółem 364.36 g Błonnik pokarmowy 23.29 g Sód 2265.82 mg Sól 5.68 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.31 g Glukoza 7.60 g Frukttoza 13.52 g Sacharoza 25.11 g Laktoza 15.97 g	Wartość energetyczna 2186 kcal Białko ogółem 74.51 g Tłuszcz 59.65 g Węglowodany ogółem 353.17 g Błonnik pokarmowy 23.84 g Sód 2137.62 mg Sól 5.35 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.67 g Glukoza 5.77 g Frukttoza 11.02 g Sacharoza 26.16 g Laktoza 0.55 g

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-gorczyca SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 8-17.05.2024r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w 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)
9.05.2024 czwartek							
SNIADANIE	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) salata + pomidor 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) salata + pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) salata + pomidor 100g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIŚN chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i twarogiem 30g(MLE)	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) salata + pomidor 100g chleb razowy 100g(GLU) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata b/cukru 250ml IIŚN chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i twarogiem 30g(MLE)	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) salata + pomidor 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g(MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, MLE) owoc 1szt Herbata 250ml	Szynka wieprzowa 40g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) salata + pomidor 100g pieczywo pszenne 100g(GLU) margaryna miękka 15g(MLE) makaron na mleku 400ml (GLU, 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 makaronem 400ml (GLU) owoc 1szt Herbata 250ml
OBIAD	Zupa grochowa z majerankiem 400ml (GLU, SEL) kasza gryczana 200g sos pieczarkowy 150g(GLU) Surówka z czerwonej kapusty i marchwi z olejem 150g kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryż 200g potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) buraczki gotowane 150g(GLU) kompot 250ml	Zupa grochowa z majerankiem 400ml (GLU, SEL) kasza gryczana 200g sos pieczarkowy 150g(GLU) Surówka z czerwonej kapusty i marchwi z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Maślanka 200g(MLE)	Zupa grochowa z majerankiem 400ml (GLU, SEL) kasza gryczana 200g sos pieczarkowy 150g(GLU) Surówka z czerwonej kapusty i marchwi z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Maślanka 200g(MLE)	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryż 200g potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) buraczki gotowane 150g(GLU) kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryż 200g potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) buraczki gotowane 150g(GLU) kompot 250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryż 200g potrawka drobiowa duszona 150g (GLU) marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Paszтет drobiowy 50g(GLU, SEL) papryka 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Paszтет drobiowy 50g(GLU, SEL) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml IIIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml IIIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) kawa zbożowa na mleku 250ml (GLU, MLE)	Szynka drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor b/skóry 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml
DODATKOWY POSIŁEK	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Biszkopty 40g (GLU, JAJ)
	Wartość energetyczna 2361 kcal Białko ogółem 90.90 g Tłuszcz 66.62 g Węglowodany ogółem 364.44 g Błonnik pokarmowy 32.16 g Sód 2097.59 mg Sól 5.25 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 18.54 g Glukoza 7.36 g Fruktoza 13.52 g Sacharoza 41.19 g Laktoza 38.22 g	Wartość energetyczna 2512 kcal Białko ogółem 96.60 g Tłuszcz 73.37 g Węglowodany ogółem 377.75 g Błonnik pokarmowy 20.76 g Sód 2463.92 mg Sól 6.14 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.01 g Glukoza 6.36 g Fruktoza 12.67 g Sacharoza 41.43 g Laktoza 38.19 g	Wartość energetyczna 2165 kcal Białko ogółem 87.38 g Tłuszcz 60.24 g Węglowodany ogółem 343.45 g Błonnik pokarmowy 48.26 g Sód 2557.45 mg Sól 5.65 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.06 g Glukoza 10.35 g Fruktoza 16.72 g Sacharoza 16.00 g Laktoza 6.44 g	Wartość energetyczna 2358 kcal Białko ogółem 95.48 g Tłuszcz 67.57 g Węglowodany ogółem 369.11 g Błonnik pokarmowy 52.46 g Sód 2975.65 mg Sól 6.70 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.70 g Glukoza 10.35 g Fruktoza 16.72 g Sacharoza 16.83 g Laktoza 6.46 g	Wartość energetyczna 2446 kcal Białko ogółem 97.95 g Tłuszcz 67.02 g Węglowodany ogółem 374.05 g Błonnik pokarmowy 20.56 g Sód 2482.92 mg Sól 6.19 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.02 g Glukoza 6.36 g Fruktoza 12.67 g Sacharoza 41.43 g Laktoza 38.19 g	Wartość energetyczna 2446 kcal Białko ogółem 97.95 g Tłuszcz 67.02 g Węglowodany ogółem 374.05 g Błonnik pokarmowy 20.56 g Sód 2482.92 mg Sól 6.19 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.02 g Glukoza 6.36 g Fruktoza 12.67 g Sacharoza 41.43 g Laktoza 38.19 g	Wartość energetyczna 2258 kcal Białko ogółem 72.27 g Tłuszcz 57.85 g Węglowodany ogółem 374.98 g Błonnik pokarmowy 21.36 g Sód 2181.14 mg Sól 5.44 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.51 g Glukoza 6.85 g Fruktoza 11.87 g Sacharoza 75.30 g Laktoza 0.12 g

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-gorzycza SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki ŁUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 8-17.05.2024r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w 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)
10.05.2024 piątek							
ŚNIADANIE	Ser żółty 40g (MLE) ogórek świeży+salata 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) ogórek świeży+salata 100g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt <u>IIŚN</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	Ser żółty 40g (MLE) ogórek świeży+salata 100g chleb razowy 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt <u>IIŚN</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	Marmolada 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU,MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Marmolada 50g 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 z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU,MLE,SEL) ryba smażona 100g (GLU, JAJ, RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g(SEL) kompot 250ml	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU,MLE,SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g(SEL) kompot 250ml	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU,MLE,SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g Bukiet warzyw gotowanych 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Kisiel b/cukru 200g	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU,MLE,SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g Bukiet warzyw gotowanych 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Kisiel b/cukru 200g	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g(SEL) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g(SEL) kompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, 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 <u>IIK</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i 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) 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 2386 kcal Białko ogółem 93.17 g Tłuszcz 81.18 g Węglowodany ogółem 339.31 g Błonnik pokarmowy 36.91 g Sód 1859.26 mg Sól 4.65 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.73 g Glukoza 8.29 g Fruktoza 15.03 g Sacharoza 33.13 g Laktoza 18.70 g	Wartość energetyczna 2253 kcal Białko ogółem 82.07 g Tłuszcz 64.07 g Węglowodany ogółem 353.92 g Błonnik pokarmowy 27.89 g Sód 1788.11 mg Sól 4.46 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.37 g Glukoza 7.09 g Fruktoza 13.53 g Sacharoza 30.99 g Laktoza 18.66 g	Wartość energetyczna 2184 kcal Białko ogółem 87.50 g Tłuszcz 82.14 g Węglowodany ogółem 297.30 g Błonnik pokarmowy 46.43 g Sód 2982.32 mg Sól 7.42 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.31 g Glukoza 8.51 g Fruktoza 14.88 g Sacharoza 22.30 g Laktoza 7.12 g	Wartość energetyczna 2377 kcal Białko ogółem 95.60 g Tłuszcz 89.47 g Węglowodany ogółem 322.96 g Błonnik pokarmowy 50.63 g Sód 3400.52 mg Sól 8.47 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21.95 g Glukoza 8.51 g Fruktoza 14.88 g Sacharoza 23.13 g Laktoza 7.14 g	Wartość energetyczna 2321 kcal Białko ogółem 81.92 g Tłuszcz 58.41 g Węglowodany ogółem 380.32 g Błonnik pokarmowy 22.24 g Sód 1802.41 mg Sól 4.49 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.02 g Glukoza 8.61 g Fruktoza 14.20 g Sacharoza 64.27 g Laktoza 22.21 g	Wartość energetyczna 2321 kcal Białko ogółem 81.92 g Tłuszcz 58.41 g Węglowodany ogółem 380.32 g Błonnik pokarmowy 22.24 g Sód 1802.41 mg Sól 4.49 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.02 g Glukoza 8.61 g Fruktoza 14.20 g Sacharoza 64.27 g Laktoza 22.21 g	Wartość energetyczna 1930 kcal Białko ogółem 68.39 g Tłuszcz 51.80 g Węglowodany ogółem 309.08 g Błonnik pokarmowy 19.88 g Sód 2054.99 mg Sól 5.13 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.35 g Glukoza 7.95 g Fruktoza 13.20 g Sacharoza 65.08 g Laktoza 3.99 g

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-gorczyca SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki ŁUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
 Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 8-17.05.2024r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w 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)
11.05.2024 sobota							
SNIADANIE	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek św+sałata 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) ryż na mleku 400ml (MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata + pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) ryż na mleku 400ml (MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek św+sałata 100g chleb razowy 100g(GLU,) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt <u>IISN</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i twarogiem 30g(MLE)	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek św+sałata 100g chleb razowy 100g(GLU,) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt <u>IISN</u> 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) ryż na mleku 400ml (MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata + pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) ryż na mleku 400ml (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 ryżem 400ml Herbata 250ml owoc 1szt
OBIAD	Rosolnik z kaszą maną 400ml (GLU SEL) bigos z kielbasą 300g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ziemniaki z koperkiem 200g kompot 250ml	Rosolnik z kaszą maną 400ml (GLU SEL) pieczeń wieprzowa duszona 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g sałata z koperkiem i olejem 50g kompot 250ml	Rosolnik z kaszą maną 400ml (GLU SEL) pieczeń wieprzowa duszona 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g sałata z koperkiem i olejem 50g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: kiwi 1szt	Rosolnik z kaszą maną 400ml (GLU SEL) pieczeń wieprzowa duszona 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g sałata z koperkiem i olejem 50g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: kiwi 1szt	Rosolnik z kaszą maną 400ml (GLU SEL) pieczeń wieprzowa duszona 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g sałata z koperkiem i olejem 50g kompot 250ml	Rosolnik z kaszą maną 400ml (GLU SEL) pieczeń wieprzowa duszona 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g sałata z koperkiem i olejem 50g kompot 250ml	Rosolnik z kaszą maną 400ml (GLU SEL) pieczeń wieprzowa duszona 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g sałata z koperkiem i olejem 50g kompot 250ml
KOLACJA	Pasta z ciecierzycy 50g pomidor 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 250ml	Poładwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 250ml	Pasta z ciecierzycy 50g pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata b/cukru 250ml	Pasta z ciecierzycy 50g pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata b/cukru 250ml <u>IK</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną drobiową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Poładwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) Herbata 250ml	Poładwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) margaryna miękka 15g(MLE) Herbata 250ml	Poładwica 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 2236 kcal Białko ogółem 75.74 g Tłuszcz 71.61 g Węglowodany ogółem 337.95 g Błonnik pokarmowy 33.95 g Sód 3074.11 mg Sól 7.68 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26.36 g Glukoza 9.11 g Fruktოza 16.37 g Sacharoza 28.71 g Laktoza 20.40 g	Wartość energetyczna 2348 kcal Białko ogółem 90.11 g Tłuszcz 70.28 g Węglowodany ogółem 351.91 g Błonnik pokarmowy 22.35 g Sód 2438.43 mg Sól 6.09 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25.42 g Glukoza 8.79 g Fruktοza 14.87 g Sacharoza 30.78 g Laktoza 20.43 g	Wartość energetyczna 2369 kcal Białko ogółem 88.22 g Tłuszcz 66.55 g Węglowodany ogółem 378.34 g Błonnik pokarmowy 53.57 g Sód 2300.59 mg Sól 5.72 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.84 g Glukoza 12.52 g Fruktοza 24.02 g Sacharoza 18.54 g Laktoza 6.49 g	Wartość energetyczna 2562 kcal Białko ogółem 96.32 g Tłuszcz 73.88 g Węglowodany ogółem 404.00 g Błonnik pokarmowy 57.77 g Sód 2718.79 mg Sól 6.77 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21.48 g Glukoza 12.52 g Fruktοza 24.02 g Sacharoza 19.37 g Laktoza 6.51 g	Wartość energetyczna 2348 kcal Białko ogółem 90.11 g Tłuszcz 70.28 g Węglowodany ogółem 351.91 g Błonnik pokarmowy 22.35 g Sód 2438.43 mg Sól 6.09 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25.42 g Glukoza 8.79 g Fruktοza 14.87 g Sacharoza 30.78 g Laktoza 20.43 g	Wartość energetyczna 2348 kcal Białko ogółem 90.11 g Tłuszcz 70.28 g Węglowodany ogółem 351.91 g Błonnik pokarmowy 22.35 g Sód 2438.43 mg Sól 6.09 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25.42 g Glukoza 8.79 g Fruktοza 14.87 g Sacharoza 30.78 g Laktoza 20.43 g	Wartość energetyczna 2269 kcal Białko ogółem 75.97 g Tłuszcz 57.65 g Węglowodany ogółem 375.32 g Błonnik pokarmowy 23.50 g Sód 2293.03 mg Sól 5.73 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.86 g Glukoza 8.38 g Fruktοza 13.17 g Sacharoza 67.63 g Laktoza 0.15 g

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-gorczyca SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki ŁUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 8-17.05.2024r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w 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 POBUZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
12.05.2024 niedziela							
ŚNIADANIE	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata + pomidor 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 400ml (MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata + pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 400ml (MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata + pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU,) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą jaglaną 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt IIŚN kefir naturalny 200g (MLE)	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata + pomidor 100g chleb razowy 100g (GLU,) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą jaglaną 400ml Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt IIŚN kefir naturalny 200g (MLE)	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata + pomidor 100g pieczywo pszenne 100g(GLU,) margaryna miękka 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 400ml (MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka drobiowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata + pomidor 100g pieczywo pszenne 100g(GLU,) margaryna miękka 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 400ml (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 kaszą jaglaną 400ml herbata 300 ml +cukier 10g owoc 1szt
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem z natką pietruszki 400ml (MLE,SEL) kotlet schabowy smażony 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem z natką pietruszki 400ml (MLE,SEL) bitka schabowa duszona 100g w sosie własnym 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem z natką pietruszki 400ml (MLE,SEL) bitka schabowa duszona 100g w sosie własnym 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: jabłko 1szt	Zupa pomidorowa z ryżem z natką pietruszki 400ml (MLE,SEL) bitka schabowa duszona 100g w sosie własnym 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: jabłko 1szt	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) bitka schabowa duszona 100g w sosie własnym 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) bitka schabowa duszona 100g w sosie własnym 150g (GLU) ziemniaki z koprem 200g buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 250ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL) pulpet wieprzowy pieczony 100g(GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Pasta z jaj z natką pietruszki 50g (JAJ, MLE) pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) papryka 100g Herbata 250ml	Pasta z jaj z natką pietruszki 50g (JAJ, MLE) pieczywo pszenne 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) pomidor 100g Herbata 250ml	Pasta z jaj z natką pietruszki 50g (JAJ, MLE) chleb razowy 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) papryka 100g Herbata b/cukru 250ml	Pasta z jaj z natką pietruszki 50g (JAJ, MLE) chleb razowy 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) papryka 100g 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	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany naturalny 1szt (MLE)	Serek homogenizowany naturalny 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Serek homogenizowany 1szt (MLE)	Mus warzywno-owocowy 100g
	Wartość energetyczna 2615 kcal Białko ogółem 126.65 g Tłuszcz 77.61 g Węglowodany ogółem 365.93 g Błonnik pokarmowy 27.83 g Sód 2721.75 mg Sól 6.77 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27.39 g Glukoza 9.31 g Fruktოza 17.74 g Sacharoza 39.51 g Laktoza 56.74 g	Wartość energetyczna 2274 kcal Białko ogółem 104.47 g Tłuszcz 60.52 g Węglowodany ogółem 339.59 g Błonnik pokarmowy 19.16 g Sód 2294.74 mg Sól 5.58 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23.89 g Glukoza 9.88 g Fruktοza 18.49 g Sacharoza 35.40 g Laktoza 38.57 g	Wartość energetyczna 2191 kcal Białko ogółem 98.11 g Tłuszcz 64.56 g Węglowodany ogółem 325.29 g Błonnik pokarmowy 41.62 g Sód 2360.25 mg Sól 5.74 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 26.22 g Glukoza 14.70 g Fruktοza 25.92 g Sacharoza 17.65 g Laktoza 31.35 g	Wartość energetyczna 2384 kcal Białko ogółem 106.21 g Tłuszcz 71.89 g Węglowodany ogółem 350.95 g Błonnik pokarmowy 45.82 g Sód 2778.45 mg Sól 6.79 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27.86 g Glukoza 14.70 g Fruktοza 25.92 g Sacharoza 18.48 g Laktoza 31.37 g	Wartość energetyczna 2207 kcal Białko ogółem 92.09 g Tłuszcz 57.72 g Węglowodany ogółem 342.03 g Błonnik pokarmowy 20.71 g Sód 2338.12 mg Sól 5.71 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21.72 g Glukoza 7.81 g Fruktοza 14.47 g Sacharoza 37.69 g Laktoza 20.40 g	Wartość energetyczna 2207 kcal Białko ogółem 92.09 g Tłuszcz 57.72 g Węglowodany ogółem 342.03 g Błonnik pokarmowy 20.71 g Sód 2338.12 mg Sól 5.71 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21.72 g Glukoza 7.81 g Fruktοza 14.47 g Sacharoza 37.69 g Laktoza 20.40 g	Wartość energetyczna 2112 kcal Białko ogółem 77.71 g Tłuszcz 45.15 g Węglowodany ogółem 361.19 g Błonnik pokarmowy 21.02 g Sód 2185.42 mg Sól 5.33 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 14.15 g Glukoza 6.28 g Fruktοza 11.37 g Sacharoza 74.45 g Laktoza 0.12 g

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-gorczyca SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki ŁUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 8-17.05.2024r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w 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)
13.05.2024 poniedziałek							
ŚNIADANIE	Szynka wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) rzdokiewka +sałata 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) płatki owsiane na mleku 400ml(GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Szynka 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	Szynka wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) rzdokiewka +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 wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) rzdokiewka +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 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	Szynka 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	Szynka 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	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g(GLU) Pierś z kurczaka gotowana 100g w sosie z natką pietruszki 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g(GLU) Pierś z kurczaka gotowana 100g w sosie z natką pietruszki 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g(GLU) Pierś z kurczaka gotowana 100g w sosie z natką pietruszki 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Kisiel b/cukru 200g	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g(GLU) Pierś z kurczaka gotowana 100g w sosie z natką pietruszki 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek:Kisiel b/cukru 200g	Zupa ziemniaczana czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koprem 200g Pierś z kurczaka gotowana 100g w sosie z natką pietruszki 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml	Zupa ziemniaczana czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koprem 200g Pierś z kurczaka gotowana 100g w sosie z natką pietruszki 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml	Zupa ziemniaczana czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koprem 200g Pierś z kurczaka gotowana 100g w sosie z natką pietruszki 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml
	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 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	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 2307 kcal Białko ogółem 91.13 g Tłuszcz 67.44 g Węglowodany ogółem 348.22 g Błonnik pokarmowy 30.07 g Sód 2413.22 mg Sól 6.01 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22.65 g Glukoza 7.43 g Fruktoza 13.39 g Sacharoza 33.20 g Laktoza 24.28 g	Wartość energetyczna 2345 kcal Białko ogółem 93.33 g Tłuszcz 67.44 g Węglowodany ogółem 354.02 g Błonnik pokarmowy 23.47 g Sód 2303.22 mg Sól 5.73 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22.59 g Glukoza 7.43 g Fruktoza 13.39 g Sacharoza 31.20 g Laktoza 24.28 g	Wartość energetyczna 2193 kcal Białko ogółem 80.15 g Tłuszcz 65.23 g Węglowodany ogółem 342.49 g Błonnik pokarmowy 49.91 g Sód 2669.99 mg Sól 6.25 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.78 g Glukoza 7.34 g Fruktoza 12.26 g Sacharoza 19.31 g Laktoza 4.02 g	Wartość energetyczna 2386 kcal Białko ogółem 88.25 g Tłuszcz 72.56 g Węglowodany ogółem 368.15 g Błonnik pokarmowy 54.11 g Sód 3088.19 mg Sól 7.30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.42 g Glukoza 7.34 g Fruktoza 12.26 g Sacharoza 20.14 g Laktoza 4.04 g	Wartość energetyczna 2038 kcal Białko ogółem 88.80 g Tłuszcz 48.19 g Węglowodany ogółem 324.69 g Błonnik pokarmowy 21.43 g Sód 2584.02 mg Sól 6.44 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.69 g Glukoza 6.86 g Fruktoza 12.68 g Sacharoza 31.57 g Laktoza 20.41 g	Wartość energetyczna 2038 kcal Białko ogółem 88.80 g Tłuszcz 48.19 g Węglowodany ogółem 324.69 g Błonnik pokarmowy 21.43 g Sód 2584.02 mg Sól 6.44 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.69 g Glukoza 6.86 g Fruktoza 12.68 g Sacharoza 31.57 g Laktoza 20.41 g	Wartość energetyczna 1811 kcal Białko ogółem 70.16 g Tłuszcz 33.65 g Węglowodany ogółem 319.51 g Błonnik pokarmowy 21.41 g Sód 1725.90 mg Sól 4.29 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 12.76 g Glukoza 7.89 g Fruktoza 12.73 g Sacharoza 66.14 g Laktoza 0.13 g

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-gorczyca SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki ŁUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Apolo Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 8-17.05.2024r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w 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)
14.05.2024 wtorek							
ŚNIADANIE	Polędwica wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata + pomidor 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Polędwica wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata + pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g (MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Polędwica wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata + pomidor 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 IJK kefir naturalny 200g (MLE)	Polędwica wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata + pomidor 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 IJK kefir naturalny 200g (MLE)	Polędwica wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata + pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Polędwica wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata + pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) kasza manna na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	polędwica 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 300g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) Pierogi z mięsem 300g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) Pierogi z soczewicą 300g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: :Sok pomidorowy 200g100%	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) Pierogi z soczewicą 300g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: :Sok pomidorowy 200g100%	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) Pierogi z mięsem 300g (GLU) buraczki gotowane 150g(GLU) kompot 250ml	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) Pierogi z mięsem 300g (GLU) buraczki gotowane 150g(GLU) kompot 250ml	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) Pierogi z mięsem 300g (GLU) marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml
KOLACJA	wędlina drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek św 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	wędlina drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 250ml	wędlina drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek św 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	wędlina drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek św 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 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 2313 kcal Białko ogółem 82.59 g Tłuszcz 61.09 g Węglowodany ogółem 373.62 g Błonnik pokarmowy 34.95 g Sód 3019.82 mg Sól 4.79 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.83 g Glukoza 11.28 g Fruktოza 19.03 g Sacharoza 37.37 g Laktoza 19.73 g	Wartość energetyczna 2512 kcal Białko ogółem 92.07 g Tłuszcz 64.68 g Węglowodany ogółem 406.22 g Błonnik pokarmowy 25.65 g Sód 3366.49 mg Sól 4.58 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.48 g Glukoza 9.16 g Fruktοza 15.91 g Sacharoza 32.44 g Laktoza 19.73 g	Wartość energetyczna 2258 kcal Białko ogółem 79.49 g Tłuszcz 59.55 g Węglowodany ogółem 375.13 g Błonnik pokarmowy 52.59 g Sód 3409.70 mg Sól 5.77 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 11.78 g Glukoza 12.75 g Fruktοza 23.49 g Sacharoza 20.77 g Laktoza 4.27 g	Wartość energetyczna 2451 kcal Białko ogółem 87.59 g Tłuszcz 66.88 g Węglowodany ogółem 400.79 g Błonnik pokarmowy 56.79 g Sód 3827.90 mg Sól 6.82 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.42 g Glukoza 12.75 g Fruktοza 23.49 g Sacharoza 21.60 g Laktoza 4.29 g	Wartość energetyczna 2650 kcal Białko ogółem 93.76 g Tłuszcz 61.45 g Węglowodany ogółem 444.62 g Błonnik pokarmowy 22.84 g Sód 3372.99 mg Sól 4.61 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.09 g Glukoza 8.16 g Fruktοza 13.60 g Sacharoza 75.82 g Laktoza 19.41 g	Wartość energetyczna 2650 kcal Białko ogółem 93.76 g Tłuszcz 61.45 g Węglowodany ogółem 444.62 g Błonnik pokarmowy 22.84 g Sód 3372.99 mg Sól 4.61 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.09 g Glukoza 8.16 g Fruktοza 13.60 g Sacharoza 75.82 g Laktoza 19.41 g	Wartość energetyczna 2518 kcal Białko ogółem 83.45 g Tłuszcz 55.26 g Węglowodany ogółem 436.62 g Błonnik pokarmowy 23.60 g Sód 3251.99 mg Sól 4.30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.53 g Glukoza 7.45 g Fruktοza 12.50 g Sacharoza 76.96 g Laktoza 3.99 g

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 ŁUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Apolo Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 8-17.05.2024r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w 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 POBUŻAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)	DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)	DIETA ELIMINACYJNA BIEGUNKOWA BEZMLECZNA (11 ML)
15.05.2024 środa							
ŚNIADANIE	Pasta z jaj z natką pietruszki 50g (JAJ, MLE) papryka+sałata 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) 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 IIŚN chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i twarogiem 30g(MLE)	Pasta z jaj z natką pietruszki 50g (JAJ, MLE) 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 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) 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 pulpet drobiowy mielony pieczony 100g(GLU, JAJ) sałata z koperkiem i jogurtem 50g (MLE) kompot 250ml	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet drobiowy mielony pieczony 100g(GLU, JAJ) sałata z koperkiem i jogurtem 50g (MLE) kompot 250ml	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet drobiowy mielony pieczony 100g(GLU, JAJ) sałata z koperkiem i jogurtem 50g (MLE) kompot b/cukru 250ml podwieczorek:owoc 1szt	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet drobiowy mielony pieczony 100g(GLU, JAJ) sałata z koperkiem i jogurtem 50g (MLE) kompot b/cukru 250ml podwieczorek:owoc 1szt	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet drobiowy mielony pieczony 100g(GLU, JAJ) sałata z koperkiem i jogurtem 50g (MLE) kompot 250ml	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet drobiowy mielony pieczony 100g(GLU, JAJ) sałata z koperkiem i jogurtem 50g (MLE) 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	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 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) 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 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 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) pomidor b/skóry 50g Herbata 250ml
DODATKOWY POSILEK	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	Jogurt naturalny 1szt (MLE)	biszkopty 40g (GLU, JAJ)
	Wartość energetyczna 2411 kcal Białko ogółem 103.73 g Tłuszcz 68.09 g Węglowodany ogółem 359.15 g Błonnik pokarmowy 28.15 g Sód 2531.52 mg Sól 6.02 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25.32 g Glukoza 6.78 g Fruktoza 9.55 g Sacharoza 27.86 g Laktoza 38.57 g	Wartość energetyczna 2498 kcal Białko ogółem 104.15 g Tłuszcz 73.59 g Węglowodany ogółem 366.43 g Błonnik pokarmowy 21.56 g Sód 2339.83 mg Sól 5.67 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 27.35 g Glukoza 6.16 g Fruktoza 8.95 g Sacharoza 25.78 g Laktoza 38.57 g	Wartość energetyczna 2301 kcal Białko ogółem 98.99 g Tłuszcz 68.17 g Węglowodany ogółem 344.12 g Błonnik pokarmowy 43.76 g Sód 2566.21 mg Sól 6.25 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23.01 g Glukoza 7.25 g Fruktoza 9.23 g Sacharoza 14.98 g Laktoza 11.61 g	Wartość energetyczna 2494 kcal Białko ogółem 107.09 g Tłuszcz 75.50 g Węglowodany ogółem 369.78 g Błonnik pokarmowy 47.96 g Sód 2984.41 mg Sól 7.30 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 24.65 g Glukoza 7.25 g Fruktoza 9.23 g Sacharoza 15.81 g Laktoza 11.63 g	Wartość energetyczna 2309 kcal Białko ogółem 102.97 g Tłuszcz 59.79 g Węglowodany ogółem 349.46 g Błonnik pokarmowy 17.49 g Sód 2463.81 mg Sól 5.99 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23.06 g Glukoza 4.33 g Fruktoza 5.85 g Sacharoza 22.62 g Laktoza 38.25 g	Wartość energetyczna 2309 kcal Białko ogółem 102.97 g Tłuszcz 59.79 g Węglowodany ogółem 349.46 g Błonnik pokarmowy 17.49 g Sód 2463.81 mg Sól 5.99 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 23.06 g Glukoza 4.33 g Fruktoza 5.85 g Sacharoza 22.62 g Laktoza 38.25 g	Wartość energetyczna 2128 kcal Białko ogółem 76.70 g Tłuszcz 47.11 g Węglowodany ogółem 361.51 g Błonnik pokarmowy 20.60 g Sód 2250.86 mg Sól 5.48 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 15.33 g Glukoza 5.58 g Fruktoza 7.07 g Sacharoza 62.51 g Laktoza 0.12 g

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-gorczyca SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki ŁUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 8-17.05.2024r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w Poniatowej

Posiłek	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)
16.05.2024 czwartek							
ŚNIADANIE	wędlina wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo mieszane 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 400ml(MLE) sałata + pomidor 100g Herbata 250ml owoc 1szt	wędlina wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) masło ekstra 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 400ml(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 kukurydzianą 400ml sałata + pomidor 100g Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt <u>IIK</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i 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 kukurydzianą 400ml sałata + pomidor 100g Herbata b/cukru 250ml owoc 1szt <u>IIK</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	wędlina wieprzowa 40g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna miękka 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 400ml(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 kukurydziana na mleku 400ml(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 kukurydzianą 400ml sałata + pomidor 100g Herbata 250ml owoc 1szt
OBIAD	Barszcz ukraiński z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż prażony z jabłkiem 300g sos jogurtowy 100g(MLE) kompot 250ml	Barszcz ukraiński z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż prażony z jabłkiem 300g sos jogurtowy 100g(MLE) kompot 250ml	Barszcz ukraiński z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż brązowy zapiekany z mięsem i warzywami 350g(GLU) sos pieczeniowy 100g(GLU) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: :Sok pomidorowy 200g100%	Barszcz ukraiński z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż brązowy zapiekany z mięsem i warzywami 350g(GLU) sos pieczeniowy 100g(GLU) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: :Sok pomidorowy 200g100%	Zupa koperkowa czysta z ziemniakami 400ml (SEL) ryż prażony z jabłkiem 300g sos jogurtowy 100g(MLE) kompot 250ml	Zupa koperkowa czysta z ziemniakami 400ml (SEL) ryż prażony z jabłkiem 300g sos jogurtowy 100g(MLE) kompot 250ml	Zupa koperkowa czysta z ziemniakami 400ml (SEL) ryż zapiekany z mięsem i warzywami 350g(GLU) sos pieczeniowy 100g(GLU) marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 250ml
KOLACJA	Parówka wieprzowa 80g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży 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	wędlina drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży 100g chleb razowy 100g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata b/cukru 250ml	wędlina 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 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 POSIŁEK	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 2580 kcal Białko ogółem 78.45 g Tłuszcz 87.07 g Węglowodany ogółem 388.01 g Błonnik pokarmowy 29.64 g Sód 2437.09 mg Sól 4.35 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 36.40 g Glukoza 11.71 g Frukttoza 25.02 g Sacharoza 51.01 g Laktoza 28.93 g	Wartość energetyczna 2618 kcal Białko ogółem 80.65 g Tłuszcz 87.07 g Węglowodany ogółem 393.81 g Błonnik pokarmowy 23.04 g Sód 2327.09 mg Sól 4.07 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 36.34 g Glukoza 11.71 g Frukttoza 25.02 g Sacharoza 49.01 g Laktoza 28.93 g	Wartość energetyczna 2365 kcal Białko ogółem 89.42 g Tłuszcz 68.62 g Węglowodany ogółem 370.86 g Błonnik pokarmowy 51.45 g Sód 2569.84 mg Sól 6.38 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 20.67 g Glukoza 12.56 g Frukttoza 18.98 g Sacharoza 18.93 g Laktoza 4.01 g	Wartość energetyczna 2558 kcal Białko ogółem 97.52 g Tłuszcz 75.95 g Węglowodany ogółem 396.52 g Błonnik pokarmowy 55.65 g Sód 2988.04 mg Sól 7.43 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 22.31 g Glukoza 12.56 g Frukttoza 18.98 g Sacharoza 19.76 g Laktoza 4.03 g	Wartość energetyczna 2235 kcal Białko ogółem 70.32 g Tłuszcz 63.23 g Węglowodany ogółem 355.43 g Błonnik pokarmowy 15.97 g Sód 1838.49 mg Sól 4.59 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25.92 g Glukoza 10.25 g Frukttoza 23.74 g Sacharoza 44.12 g Laktoza 25.06 g	Wartość energetyczna 2235 kcal Białko ogółem 70.32 g Tłuszcz 63.23 g Węglowodany ogółem 355.43 g Błonnik pokarmowy 15.97 g Sód 1838.49 mg Sól 4.59 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 25.92 g Glukoza 10.25 g Frukttoza 23.74 g Sacharoza 44.12 g Laktoza 25.06 g	Wartość energetyczna 2085 kcal Białko ogółem 70.55 g Tłuszcz 59.94 g Węglowodany ogółem 331.11 g Błonnik pokarmowy 23.82 g Sód 1825.48 mg Sól 4.53 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.04 g Glukoza 7.75 g Frukttoza 13.37 g Sacharoza 34.72 g Laktoza 0.55 g

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-gorczyca SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki ŁUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk

JADŁOSPIS DEKADOWY 8-17.05.2024r. na rzecz Powiatowego Centrum Zdrowia Sp. z o. o z siedzibą w Opolu Lub. dla potrzeb hospitalizowanych w Szpitalu w Opolu Lub. i w 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)
17.05.2024 piątek							
ŚNIADANIE	Pasta z ciecierzycy 50g sałata + pomidor 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	Pasta z ciecierzycy 50g sałata + pomidor 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 wędliną wieprzową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Pasta z ciecierzycy 50g sałata + pomidor 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 wędliną wieprzową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Marmolada 50g pieczywo pszenne 100g (GLU, margaryna miękka 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 400ml (GLU, MLE) Herbata 250ml owoc 1szt	Marmolada 50g 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 makaronowa z natką pietruszki 400ml (GLU, JAJ, SEL) ryba smażona 100g (GLU, JAJ,RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kiszzonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 250ml	Zupa makaronowa z natką pietruszki 400ml (GLU, JAJ, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml	Zupa makaronowa z natką pietruszki 400ml (GLU, JAJ, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kiszzonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: jabłko 1szt	Zupa makaronowa z natką pietruszki 400ml (GLU, JAJ, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kiszzonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 250ml podwieczorek: jabłko 1szt	Zupa makaronowa z natką pietruszki 400ml (GLU, JAJ, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml	Zupa makaronowa z natką pietruszki 400ml (GLU, JAJ, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml	Zupa makaronowa z natką pietruszki 400ml (GLU, JAJ, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 250ml
KOLACJA	Twarożek z natką 50g(MLE) rzodkiewka 100g pieczywo mieszane 100g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 250ml	Twarożek z natką 50g(MLE) pomidor 100g pieczywo pszenne 100g (GLU, masło roślinne 15g(MLE) Herbata 250ml	Twarożek z natką 50g(MLE) rzodkiewka 100g chleb razowy 100g (GLU, masło roślinne 15g(MLE) Herbata b/cukru 250ml	Twarożek z natką 50g(MLE) rzodkiewka 100g chleb razowy 100g (GLU, masło roślinne 15g(MLE) Herbata b/cukru 250ml IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i 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 2338 kcal Białko ogółem 80.11 g Tuszcz 73.87 g Węglowodany ogółem 355.71 g Błonnik pokarmowy 33.63 g Sód 1651.18 mg Sól 4.11 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 21.21 g Glukoza 7.94 g Fruktoza 13.18 g Sacharoza 31.47 g Laktoza 19.08 g	Wartość energetyczna 2218 kcal Białko ogółem 78.89 g Tuszcz 65.80 g Węglowodany ogółem 342.56 g Błonnik pokarmowy 25.26 g Sód 1837.03 mg Sól 4.58 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.92 g Glukoza 8.04 g Fruktoza 14.08 g Sacharoza 26.13 g Laktoza 18.73 g	Wartość energetyczna 2079 kcal Białko ogółem 77.62 g Tuszcz 65.77 g Węglowodany ogółem 319.87 g Błonnik pokarmowy 56.91 g Sód 2073.88 mg Sól 5.14 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 16.04 g Glukoza 12.40 g Fruktoza 22.28 g Sacharoza 19.33 g Laktoza 3.27 g	Wartość energetyczna 2272 kcal Białko ogółem 85.72 g Tuszcz 73.10 g Węglowodany ogółem 345.53 g Błonnik pokarmowy 61.11 g Sód 2492.08 mg Sól 6.19 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 17.68 g Glukoza 12.40 g Fruktoza 22.28 g Sacharoza 20.16 g Laktoza 3.29 g	Wartość energetyczna 2270 kcal Białko ogółem 79.09 g Tuszcz 57.74 g Węglowodany ogółem 371.93 g Błonnik pokarmowy 22.58 g Sód 1800.03 mg Sól 4.49 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.22 g Glukoza 8.49 g Fruktoza 13.72 g Sacharoza 61.10 g Laktoza 18.41 g	Wartość energetyczna 2270 kcal Białko ogółem 79.09 g Tuszcz 57.74 g Węglowodany ogółem 371.93 g Błonnik pokarmowy 22.58 g Sód 1800.03 mg Sól 4.49 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 19.22 g Glukoza 8.49 g Fruktoza 13.72 g Sacharoza 61.10 g Laktoza 18.41 g	Wartość energetyczna 1830 kcal Białko ogółem 64.76 g Tuszcz 47.61 g Węglowodany ogółem 296.20 g Błonnik pokarmowy 18.23 g Sód 2022.31 mg Sól 5.06 g Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem 13.34 g Glukoza 7.26 g Fruktoza 12.22 g Sacharoza 60.66 g Laktoza 0.13 g

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-gorzycza SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki ŁUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

mgr Agata Birus
Agata Birus
Dietetyk