

## Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2023-11-15</b>		
<b>Dieta: O, DIETA PODSTAWOWA I OLEŚNICA</b>		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie K 80g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 10g (MLE), Twaróg krojony 40g (MLE), Jabłko des. 1 szt., Dżem 40g (*).	Zupa fasolowa z ziemniakami 400ml (GLU, SEL, *), Udko opiekane 130g, Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki z olejem gotowane 100g (GLU), Kompot owocowy b/c 250ml.	Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Papryka św. 100g.
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Odpadki: 185.63 g; Energia: 8620.86 kJ; Energia: 2228.44 kcal; Miedź: 1.33 mg; Białko ogółem: 92.50 g; białko zwierzęce: 58.87 g; białko roślinne: 33.07 g; Tłuszcz: 59.32 g; Węglowodany ogółem: 300.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.96 g; Sód: 2023.28 mg; Potas: 4219.49 mg; Wapń: 899.60 mg; Fosfor: 1495.90 mg; Błonnik pokarmowy: 27.11 g; suma cukrów prostych: 75.01 g.</p>		
<b>środa 2023-11-15</b>		
<b>Dieta: O, DIETA DZIECI OLEŚNICA</b>		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie K 80g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Twaróg krojony 40g (MLE), Jabłko des. 1 szt., Dżem 40g (*).	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Udko w sosie potrawkowym duszone 130/120 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki z olejem gotowane 100g (GLU), Kompot owocowy b/c 250ml.	Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Salata ziel. 35g, Pomidor 70g.
<p><b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 200ml (GLU, MLE, *).</p> <p><b>Podwieczorek:</b> walecik 1szt (GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ).</p>		
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Odpadki: 189.28 g; Energia: 9214.90 kJ; Energia: 2370.93 kcal; Miedź: 1.27 mg; Białko ogółem: 90.63 g; białko zwierzęce: 60.07 g; białko roślinne: 29.90 g; Tłuszcz: 66.03 g; Węglowodany ogółem: 314.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.93 g; Sód: 1894.64 mg; Potas: 4098.17 mg; Wapń: 919.77 mg; Fosfor: 1440.23 mg; Błonnik pokarmowy: 24.13 g; suma cukrów prostych: 86.25 g.</p>		
<b>środa 2023-11-15</b>		
<b>Dieta: O, DIETA ŁATWO STR. II OLEŚNICA</b>		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie K 80g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 10g (MLE), Twaróg krojony 40g (MLE), Jabłko des. 1 szt., Dżem 40g (*).	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Udko w sosie potrawkowym duszone 130/120 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki z olejem gotowane 100g (GLU), Kompot owocowy b/c 250ml.	Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Salata ziel. 35g, Pomidor 70g.
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Odpadki: 189.28 g; Energia: 8696.30 kJ; Energia: 2247.03 kcal; Miedź: 1.22 mg; Białko ogółem: 89.35 g; białko zwierzęce: 59.83 g; białko roślinne: 28.96 g; Tłuszcz: 63.02 g; Węglowodany ogółem: 296.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.53 g; Sód: 1668.79 mg; Potas: 4041.32 mg; Wapń: 903.17 mg; Fosfor: 1415.08 mg; Błonnik pokarmowy: 23.37 g; suma cukrów prostych: 76.28 g.</p>		
<b>środa 2023-11-15</b>		
<b>Dieta: O, DIETA WĄTR. II OLEŚNICA</b>		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie K 80g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 10g (MLE), Twaróg krojony 40g (MLE), Jabłko des. 1 szt., Dżem 40g (*).	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Udko w sosie potrawkowym duszone 130/120 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki z olejem gotowane 100g (GLU), Kompot owocowy b/c 250ml.	Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Salata ziel. 35g, Pomidor 70g.
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Odpadki: 189.28 g; Energia: 8696.30 kJ; Energia: 2247.03 kcal; Miedź: 1.22 mg; Białko ogółem: 89.35 g; białko zwierzęce: 59.83 g; białko roślinne: 28.96 g; Tłuszcz: 63.02 g; Węglowodany ogółem: 296.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.53 g; Sód: 1668.79 mg; Potas: 4041.32 mg; Wapń: 903.17 mg; Fosfor: 1415.08 mg; Błonnik pokarmowy: 23.37 g; suma cukrów prostych: 76.28 g.</p>		
<b>środa 2023-11-15</b>		
<b>Dieta: O, DIETA CUK. VII OLEŚNICA</b>		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml, Masło ex 10g (MLE), Twarożek 100g (MLE), Jabłko des. 1 szt.	Zupa fasolowa z ziemniakami 400ml (GLU, SEL, *), Udko w sosie potrawkowym duszone 130/120 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki z olejem gotowane 100g (GLU), Surówka z selera i jabłka z jogurtem i kulturką 100g (MLE, SEL, *), Kompot owocowy b/c 250ml.	Herbata 250ml, Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 10g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Papryka św. 100g. <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham O 50g (GLU, MLE, *), Szyntka gotowana z indyka 30g (GLU, SOJ, MLE), Salata ziel. 35g.
<p><b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 150ml (GLU, MLE, *).</p>		
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Odpadki: 247.88 g; Energia: 9755.86 kJ; Energia: 2529.38 kcal; Miedź: 1.53 mg; Białko ogółem: 114.87 g; białko zwierzęce: 69.29 g; białko roślinne: 41.72 g; Tłuszcz: 66.41 g; Węglowodany ogółem: 345.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.57 g; Sód: 2820.70 mg; Potas: 4911.45 mg; Wapń: 1052.35 mg; Fosfor: 1614.14 mg; Błonnik pokarmowy: 36.77 g; suma cukrów prostych: 60.60 g.</p>		

## Jedlospisy dla oddziałów

Dietetyk: ..... / ..... / .....		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2023-11-15</b>		
<b>Dieta: O. DIETA PLYNNA/MIKSOWANA III</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Ziemniaczanka miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 800ml (GLU, MLE, SEL),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL),
<b>Wartości odżywcze:</b> Odpadki: 128.85 g; Energia: 1862.20 kJ; Energia: 967.33 kcal; Miedź: 0.73 mg; Białko ogółem: 53.78 g; białko zwierzęce: 55.70 g; białko roślinne: 11.46 g; Tłuszcz: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 120.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.81 g; Sód: 677.00 mg; Potas: 2811.15 mg; Wapń: 671.25 mg; Fosfor: 1234.00 mg; Błonnik pokarmowy: 10.96 g; suma cukrów prostych: 24.31 g;		
<b>środa 2023-11-15</b>		
<b>Dieta: O. DODATEK POŁOŻNICZY</b>		
II Śniadanie: Kisiel owocowy 200ml (GLU, MLE, ),	Podwieczorek: wafleki 1szt (GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Odpadki: 0.00 g; Energia: 518.60 kJ; Energia: 123.90 kcal; Miedź: 0.05 mg; Białko ogółem: 1.18 g; białko zwierzęce: 0.24 g; białko roślinne: 0.94 g; Tłuszcz: 5.61 g; Węglowodany ogółem: 17.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 2.40 g; Sód: 25.85 mg; Potas: 56.85 mg; Wapń: 16.60 mg; Fosfor: 25.15 mg; Błonnik pokarmowy: 0.76 g; suma cukrów prostych: 9.97 g;		
<b>środa 2023-11-15</b>		
<b>Dieta: O. DIETA DLA ZPO</b>		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie K 80g (GLU, JAJ, ), Masło ex 10g (MLE), Twaróg krojony 40g (MLE), Mus z jabłka 100g, Dżem 40g ( ), II Śniadanie: Kisiel owocowy 150ml (GLU, MLE, ),	Ziemniaczanka miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 400ml (GLU, MLE, SEL), Udka w sosie potrawkowym duszone 130/120 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki z olejem gotowane 100g (GLU), Kompot owocowy b/c 250ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g (MLE),	Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, ), Masło ex 10g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Salata ziel 35g, Pomidor 70g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Odpadki: 172.98 g; Energia: 8949.44 kJ; Energia: 2306.97 kcal; Miedź: 1.23 mg; Białko ogółem: 95.96 g; białko zwierzęce: 67.49 g; białko roślinne: 28.37 g; Tłuszcz: 65.03 g; Węglowodany ogółem: 297.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.45 g; Sód: 1762.49 mg; Potas: 4195.45 mg; Wapń: 1139.77 mg; Fosfor: 1588.93 mg; Błonnik pokarmowy: 22.46 g; suma cukrów prostych: 84.94 g;		

Dietetyk

..... / ..... / .....

Oddział: Szpital Oleśnica-Syców		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2023-11-16</b> <b>Dieta: O. DIETA PODSTAWOWA I OLEŚNICA</b>		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 20g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2 szt., Pomidor 100g, Ketchup 20g.	Koperkowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Risotto z sosem pietruszkowym gotowane 300/120 (GLU, MLE, SEL), Salata z jogurtem (MLE), Kompot z porzeczkami 250ml.	Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Pasta z tuńczyka i jaja 100g (JAJ, GOR), Ogórek kiszony 100g.
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2420.50 kcal; Energia: 10616.71 kJ; Białko ogółem: 86.99 g; białko zwierzęce: 62.29 g; białko roślinne: 35.24 g; Tłuszcz: 90.29 g; Węglowodany ogółem: 333.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.07 g; Sód: 3280.58 mg; Potas: 2912.28 mg; Wapń: 532.07 mg; Fosfor: 1322.53 mg; Błonnik pokarmowy: 21.89 g; suma cukrów prostych: 54.39 g; Woda: 995.22 g; Popiół: 15.60 g.		
<b>czwartek 2023-11-16</b> <b>Dieta: O. DIETA DZIECI OLEŚNICA</b>		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 20g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2 szt., Pomidor 100g, Ketchup 20g. II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE, *).	Koperkowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Risotto z sosem pietruszkowym gotowane 300/120 (GLU, MLE, SEL), Kompot z porzeczkami 250ml, Salata z jogurtem (MLE), <b>Podwieczorek:</b> Galaretki owocowa 150g.	Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Pasta z tuńczyka i jaja 100g (JAJ, GOR), Salata ziel. 35g, Pomidor 70g.
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2569.58 kcal; Energia: 11288.54 kJ; Białko ogółem: 91.59 g; białko zwierzęce: 66.08 g; białko roślinne: 35.93 g; Tłuszcz: 92.50 g; Węglowodany ogółem: 362.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.29 g; Sód: 2632.09 mg; Potas: 3303.51 mg; Wapń: 655.03 mg; Fosfor: 1416.76 mg; Błonnik pokarmowy: 23.65 g; suma cukrów prostych: 75.93 g; Woda: 1172.27 g; Popiół: 15.26 g.		
<b>czwartek 2023-11-16</b> <b>Dieta: O. DIETA LATWO STR. II OLEŚNICA</b>		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 20g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2 szt., Pomidor 100g, Ketchup 20g.	Koperkowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Risotto z sosem pietruszkowym gotowane 300/120 (GLU, MLE, SEL), Salata z jogurtem (MLE), Kompot z porzeczkami 250ml.	Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Pasta z tuńczyka i jaja 100g (JAJ, GOR), Salata ziel. 35g, Pomidor 70g.
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2430.85 kcal; Energia: 10655.06 kJ; Białko ogółem: 87.49 g; białko zwierzęce: 62.29 g; białko roślinne: 35.74 g; Tłuszcz: 90.48 g; Węglowodany ogółem: 336.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.08 g; Sód: 2587.58 mg; Potas: 3162.98 mg; Wapń: 533.12 mg; Fosfor: 1325.98 mg; Błonnik pokarmowy: 23.21 g; suma cukrów prostych: 54.54 g; Woda: 1037.56 g; Popiół: 14.53 g.		
<b>czwartek 2023-11-16</b> <b>Dieta: O. DIETA WĄTR. IIA OLEŚNICA</b>		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 20g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2 szt., Pomidor 100g, Ketchup 20g.	Koperkowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Risotto z sosem pietruszkowym gotowane 300/120 (GLU, MLE, SEL), Salata z jogurtem (MLE), Kompot z porzeczkami 250ml.	Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Pasta z tuńczyka i jaja 100g (JAJ, GOR), Salata ziel. 35g, Pomidor 70g.
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2430.85 kcal; Energia: 10655.06 kJ; Białko ogółem: 87.49 g; białko zwierzęce: 62.29 g; białko roślinne: 35.74 g; Tłuszcz: 90.48 g; Węglowodany ogółem: 336.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.08 g; Sód: 2587.58 mg; Potas: 3162.98 mg; Wapń: 533.12 mg; Fosfor: 1325.98 mg; Błonnik pokarmowy: 23.21 g; suma cukrów prostych: 54.54 g; Woda: 1037.56 g; Popiół: 14.53 g.		
<b>czwartek 2023-11-16</b> <b>Dieta: O. DIETA CUK. VII OLEŚNICA</b>		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml, Masło ex 20g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2 szt., Pomidor 100g, Ketchup 20g. II Śniadanie: Kisiel owocowy 150ml (GLU, MLE, *).	Koperkowa 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Risotto z sosem pietruszkowym gotowane 300/120 (GLU, MLE, SEL), Salata z jogurtem (MLE), Kompot z porzeczkami 250ml, Szpinak 100g (GLU, MLE).	Herbata 250ml, Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 10g (MLE), Pasta z tuńczyka i jaja 100g (JAJ, GOR), Ogórek kiszony 100g. <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham O 50g (GLU, MLE, *), Schab z koła 30g, Ogórek św. 100g.
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2629.84 kcal; Energia: 11655.66 kJ; Białko ogółem: 99.26 g; białko zwierzęce: 68.64 g; białko roślinne: 41.15 g; Tłuszcz: 98.30 g; Węglowodany ogółem: 363.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.40 g; Sód: 3730.52 mg; Potas: 3440.91 mg; Wapń: 637.96 mg; Fosfor: 1473.89 mg; Błonnik pokarmowy: 26.25 g; suma cukrów prostych: 57.64 g; Woda: 1265.53 g; Popiół: 18.51 g.		

## Jadospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Oleśnica-Syców		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2023-11-16</b> <b>Dieta: O. DIETA PŁYNNA/MIKSOWANA III</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ),	Koperkowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 400ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i> ),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <i>JAJ, SEL</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1017.50 kcal; Energia: 5160.05 kJ; Białko ogółem: 57.43 g; białko zwierzęce: 66.52 g; białko roślinne: 11.95 g; Tłuszcz: 33.77 g; Węglowodany ogółem: 123.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.54 g; Sód: 809.39 mg; Potas: 2906.72 mg; Wapń: 719.38 mg; Fosfor: 1421.22 mg; Błonnik pokarmowy: 11.06 g; suma cukrów prostych: 24.31 g; Woda: 1006.31 g; Popiół: 10.28 g;		
<b>czwartek 2023-11-16</b> <b>Dieta: O. DODATEK POŁOŻNICZY</b>		
<b>II Śniadanie:</b> Budyń waniliowy 200ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> , ?),	<b>Podwieczorek:</b> Galaretka owocowa 150g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 138.73 kcal; Energia: 633.48 kJ; Białko ogółem: 4.10 g; białko zwierzęce: 3.79 g; białko roślinne: 0.18 g; Tłuszcz: 2.02 g; Węglowodany ogółem: 25.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.21 g; Sód: 44.51 mg; Potas: 140.53 mg; Wapń: 121.91 mg; Fosfor: 90.78 mg; Błonnik pokarmowy: 0.43 g; suma cukrów prostych: 21.39 g; Woda: 134.71 g; Popiół: 0.73 g;		
<b>czwartek 2023-11-16</b> <b>Dieta: O. DIETA DLA ZPO</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Herbata 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie O 100g ( <i>GLU, JAJ, ?</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Parówka z indyka gotowana 2 szt. , Pomidor 100g , Ketchup 20g , <b>II Śniadanie:</b> Budyń waniliowy 200ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> , ?),	Koperkowa 400ml ( <i>GLU, MLE, SEL, ?</i> ), Risotto z sosem pietruszkowym gotowane 300/120 ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Salata z jogurtem ( <i>MLE</i> ), Kompot z porzeczkami 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 150g ( <i>MLE</i> ),	Herbata 250ml , Pieczywo pszenno-żytnie O 100g ( <i>GLU, JAJ, ?</i> ), Masło ex 10g ( <i>MLE</i> ), Pasta z tuńczyka i jaja 100g ( <i>JAJ,</i> <i>GOR</i> ), Salata ziel. 35g , Pomidor 70g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2633.58 kcal; Energia: 11553.04 kJ; Białko ogółem: 96.84 g; białko zwierzęce: 72.04 g; białko roślinne: 35.80 g; Tłuszcz: 95.50 g; Węglowodany ogółem: 364.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.07 g; Sód: 2726.59 mg; Potas: 3603.51 mg; Wapń: 910.03 mg; Fosfor: 1599.76 mg; Błonnik pokarmowy: 23.25 g; suma cukrów prostych: 75.00 g; Woda: 1256.82 g; Popiół: 16.76 g;		

Dietetyk

.....

Oddział: Szpital OleśnicaSyców		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>piątek 2023-11-17</b>		
<b>Dieta: O. DIETA PODSTAWOWA I OLEŚNICA</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 20g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Pomidor 100g.	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba smażona 80g morszczuk (GLU, JAJ, RYB, OZI, ORZ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Kompot owocowy b/c 250ml, Mizeria ze śmietaną 100g (MLE).	Herbata 250ml b/c, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Sałata ziel. 35g, Papryka św. 70g.
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1909.86 kcal; Energia: 8434.32 kJ; Białko ogółem: 75.96 g; białko zwierzęce: 48.54 g; białko roślinne: 33.70 g; Tłuszcz: 64.88 g; Węglowodany ogółem: 275.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.10 g; Sód: 1972.59 mg; Potas: 3680.05 mg; Wapń: 922.86 mg; Fosfor: 1440.52 mg; Błonnik pokarmowy: 23.35 g; suma cukrów prostych: 31.04 g; Woda: 1149.29 g; Popiół: 15.71 g;		
<b>piątek 2023-11-17</b>		
<b>Dieta: O. DIETA DZIECI OLEŚNICA</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Pomidor 100g, II Śniadanie: Kisiel owocowy 150ml (GLU, MLE, *).	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba w sosie koperk. duszona 80/120 morszczuk (GLU, RYB, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Kompot owocowy b/c 250ml, Marchew oprószana gotowana 100g (GLU, MLE), Podwieczorek: Biszkopty 30g (GLU, JAJ, MLE, *).	Herbata 250ml b/c, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Sałata ziel. 35g, Pomidor 70g.
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1907.75 kcal; Energia: 8402.17 kJ; Białko ogółem: 83.66 g; białko zwierzęce: 55.00 g; białko roślinne: 34.32 g; Tłuszcz: 55.10 g; Węglowodany ogółem: 291.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.32 g; Sód: 1993.25 mg; Potas: 3974.66 mg; Wapń: 953.89 mg; Fosfor: 1477.80 mg; Błonnik pokarmowy: 25.88 g; suma cukrów prostych: 42.02 g; Woda: 1178.49 g; Popiół: 15.96 g;		
<b>piątek 2023-11-17</b>		
<b>Dieta: O. DIETA LATWO STR. II OLEŚNICA</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 10g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Pomidor 100g.	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba w sosie koperk. duszona 80/120 morszczuk (GLU, RYB, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Kompot owocowy b/c 250ml, Marchew oprószana gotowana 100g (GLU, MLE).	Herbata 250ml b/c, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Sałata ziel. 35g, Pomidor 100g.
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1757.01 kcal; Energia: 7771.11 kJ; Białko ogółem: 81.61 g; białko zwierzęce: 54.82 g; białko roślinne: 32.45 g; Tłuszcz: 49.93 g; Węglowodany ogółem: 266.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.10 g; Sód: 1954.12 mg; Potas: 3935.55 mg; Wapń: 940.93 mg; Fosfor: 1450.05 mg; Błonnik pokarmowy: 25.14 g; suma cukrów prostych: 33.24 g; Woda: 1167.38 g; Popiół: 15.85 g;		
<b>piątek 2023-11-17</b>		
<b>Dieta: O. DIETA WĄTR. IIA OLEŚNICA</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 10g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Pomidor 100g.	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba w sosie koperk. duszona 80/120 morszczuk (GLU, RYB, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Kompot owocowy b/c 250ml, Marchew oprószana gotowana 100g (GLU, MLE).	Herbata 250ml b/c, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Sałata ziel. 35g, Pomidor 70g.
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1757.01 kcal; Energia: 7771.11 kJ; Białko ogółem: 81.61 g; białko zwierzęce: 54.82 g; białko roślinne: 32.45 g; Tłuszcz: 49.93 g; Węglowodany ogółem: 266.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.10 g; Sód: 1954.12 mg; Potas: 3935.55 mg; Wapń: 940.93 mg; Fosfor: 1450.05 mg; Błonnik pokarmowy: 25.14 g; suma cukrów prostych: 33.24 g; Woda: 1167.38 g; Popiół: 15.85 g;		

Oddział: Szpital OleśnicaSyców		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2023-11-17</b>		
<b>Dieta: O. DIETA CUK. VII OLEŚNICA</b>		
Pl. owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml, Masło ex 20g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Pomidor 100g, II Śniadanie: Kisiel owocowy 150ml (GLU, MLE, *),	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba w sosie koperk. duszona 80/120 morszczuk (GLU, RYB, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Kalafior z wody gotowany 100g, Kompot owocowy b/c 250ml, Mizeria ze śmietaną 100g (MLE),	Herbata 250ml b/c, Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 10g (MLE), Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Sałata ziel. 35g, Papryka św. 70g. Posiłek nocny: Pieczywo graham O 50g (GLU, MLE, *), Poledwica sopocka 30g (GLU, MLE, *), Pomidor 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1981,55 kcal; Energia: 8582,13 kJ; Białko ogółem: 92,16 g; białko zwierzęce: 61,43 g; białko roślinne: 38,30 g; Tłuszcz: 60,99 g; Węglowodany ogółem: 292,99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29,31 g; Sód: 2313,17 mg; Potas: 4547,38 mg; Wapń: 961,40 mg; Fosfor: 1620,60 mg; Błonnik pokarmowy: 26,66 g; suma cukrów prostych: 35,23 g; Woda: 1458,33 g; Popiół: 18,51 g;		
<b>piątek 2023-11-17</b>		
<b>Dieta: O. DIETA PLYNNA/MIKSOWANA III</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Barszcz czerwony miksowany z masłem, mięsem i żółtkiem 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL).
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1011,67 kcal; Energia: 5135,48 kJ; Białko ogółem: 58,69 g; białko zwierzęce: 68,20 g; białko roślinne: 11,53 g; Tłuszcz: 34,71 g; Węglowodany ogółem: 118,89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19,82 g; Sód: 855,83 mg; Potas: 2938,15 mg; Wapń: 729,62 mg; Fosfor: 1429,16 mg; Błonnik pokarmowy: 11,25 g; suma cukrów prostych: 26,13 g; Woda: 1021,54 g; Popiół: 10,51 g;		
<b>piątek 2023-11-17</b>		
<b>Dieta: O. DODATEK POŁOŻNICZY</b>		
II Śniadanie: Kisiel owocowy 150ml (GLU, MLE, *),	Podwieczorek: Biskopki 15g (GLU, JAJ, MLE, *),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 150,74 kcal; Energia: 631,06 kJ; Białko ogółem: 2,05 g; białko zwierzęce: 0,18 g; białko roślinne: 1,87 g; Tłuszcz: 5,17 g; Węglowodany ogółem: 24,55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 2,22 g; Sód: 39,13 mg; Potas: 39,11 mg; Wapń: 12,96 mg; Fosfor: 27,75 mg; Błonnik pokarmowy: 0,74 g; suma cukrów prostych: 8,78 g; Woda: 11,11 g; Popiół: 0,12 g;		
<b>piątek 2023-11-17</b>		
<b>Dieta: O. DIETA DLA ZPO</b>		
Pl. owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Pomidor 100g, II Śniadanie: Kisiel owocowy 150ml (GLU, MLE, *),	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba w sosie koperk. duszona 80/120 morszczuk (GLU, RYB, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Kompot owocowy b/c 250ml, Marchew oprószana gotowana 100g (GLU, MLE), Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g (MLE),	Herbata 250ml b/c, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Pasta jajeczna 100g (JAJ, MLE), Sałata ziel. 35g, Pomidor 70g
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1927,75 kcal; Energia: 8654,51 kJ; Białko ogółem: 93,39 g; białko zwierzęce: 72,04 g; białko roślinne: 32,49 g; Tłuszcz: 57,11 g; Węglowodany ogółem: 279,48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28,50 g; Sód: 2172,89 mg; Potas: 4387,96 mg; Wapń: 1265,69 mg; Fosfor: 1620,16 mg; Błonnik pokarmowy: 25,40 g; suma cukrów prostych: 44,95 g; Woda: 1383,24 g; Popiół: 18,35 g;		

Dietetyk

Oddział: Szpital Ogólnobezwzględny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2023-11-18</b> <b>Dieta: O. DIETA PODSTAWOWA I OLEŚNICA</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, ?), Herbata 250ml, Masło ex 10g (MLE), Twarożek z koperkiem 100g (MLE), Ogórek św. 70g, Salata ziel. 35g,	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, ?), Makaron z sosem bolońskim gotowany 220/120 (GLU, JAJ, MLE, ?), Kompot z porzeczkami 250ml, Buraczki z olejem gotowane 100g (GLU),	Herbata 250ml b/c, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, ?), Masło ex 10g (MLE), Szynka drobiowa 50g, Pomidor 100g,
<b>sobota 2023-11-18</b> <b>Dieta: O. DIETA DZIECI OLEŚNICA</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, ?), Masło ex 10g (MLE), Twarożek z koperkiem 100g (MLE), Salata ziel. 35g, <b>II Śniadanie:</b> Budyń śmietankowy 200ml (MLE),	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, ?), Makaron z sosem bolońskim gotowany 220/120 (GLU, JAJ, MLE, ?), Kompot z porzeczkami 250ml, Buraczki z olejem gotowane 100g (GLU), <b>Podwieczorek:</b> Jabłko des. 1 szt.,	Herbata 250ml b/c, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, ?), Masło ex 10g (MLE), Szynka drobiowa 50g, Pomidor 100g,
<b>sobota 2023-11-18</b> <b>Dieta: O. DIETA ŁATWO STR. II OLEŚNICA</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, ?), Herbata 250ml, Masło ex 10g (MLE), Twarożek z koperkiem 100g (MLE), Salata ziel. 35g,	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, ?), Makaron z sosem bolońskim gotowany 220/120 (GLU, JAJ, MLE, ?), Kompot z porzeczkami 250ml, Buraczki z olejem gotowane 100g (GLU),	Herbata 250ml b/c, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, ?), Masło ex 10g (MLE), Szynka drobiowa 50g, Pomidor 100g,
<b>sobota 2023-11-18</b> <b>Dieta: O. DIETA WĄTR. IIA OLEŚNICA</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, ?), Herbata 250ml, Masło ex 10g (MLE), Twarożek z koperkiem 100g (MLE), Salata ziel. 35g,	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, ?), Makaron z sosem bolońskim gotowany 220/120 (GLU, JAJ, MLE, ?), Kompot z porzeczkami 250ml, Buraczki z olejem gotowane 100g (GLU),	Herbata 250ml b/c, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, ?), Masło ex 10g (MLE), Szynka drobiowa 50g, Pomidor 100g,
<b>sobota 2023-11-18</b> <b>Dieta: O. DIETA CUK. VII OLEŚNICA</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, ?), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g (MLE), Twarożek z koperkiem 100g (MLE), Ogórek św. 70g, Salata ziel. 35g, <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 150ml (GLU, MLE, ?),	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, ?), Buraczki z olejem gotowane 100g (GLU), Surówka z białej kapusty 100g, Kompot owocowy b/c 250ml, Makaron z sosem bolońskim gotowany 220/120 (GLU, JAJ, MLE, ?),	Herbata 250ml b/c, Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, ?), Masło ex 10g (MLE), Szynka drobiowa 50g, Pomidor 100g, <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham O 50g (GLU, MLE, ?), Schab z kołsa 30g, Papryka kons. 100g (GOR),
<b>sobota 2023-11-18</b> <b>Dieta: O. DIETA PŁYNNA/MIKROWANA III</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Gospodarska mikrowana z masłem, mięsem i żółtkiem 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, ?),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL),
<b>sobota 2023-11-18</b> <b>Dieta: O. DODATEK POŁOŻNICZY</b>		
<b>II Śniadanie:</b> Budyń śmietankowy 200ml (MLE),	<b>Podwieczorek:</b> Jabłko des. 1 szt.,	
<b>sobota 2023-11-18</b> <b>Dieta: O. DIETA DLA ZPO</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, ?), Herbata 250ml, Masło ex 10g (MLE), Twarożek z koperkiem 100g (MLE), Salata ziel. 35g, <b>II Śniadanie:</b> Budyń śmietankowy 200ml (MLE),	Gospodarska z ziel. pietruszką 400ml (GLU, MLE, SEL, ?), Buraczki z olejem gotowane 100g (GLU), Kompot z porzeczkami 250ml, Makaron z sosem bolońskim gotowany 220/120 (GLU, JAJ, MLE, ?), <b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 150g (MLE),	Herbata 250ml b/c, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, ?), Masło ex 10g (MLE), Szynka drobiowa 50g, Pomidor 100g,

Dietetyk

Oddział: Szpital OleśnicaSyców		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2023-11-19</b>		
<b>Dieta: O. DIETA PODSTAWOWA I OLEŚNICA</b>		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 20g (MLE), Połędwica drobiowa 50g, Papryka św. 70g, Sałata ziel. 35g.	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Filet dr. panierow. smażony 100g (GLU, JAJ, OZI, ORZ), Surówka wielowarzywna 100g (*), Kompot z porzeczkami 250ml, Ziemniaki gotowane 200g.	Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser plastry 2 szt. (MLE), Sałata ziel. 35g, Ogórek św. 70g.
<b>niedziela 2023-11-19</b>		
<b>Dieta: O. DIETA DZIECI OLEŚNICA</b>		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 20g (MLE), Połędwica drobiowa 50g, Pomidor 70g, Sałata ziel. 35g, <b>II Sniadanie:</b> Jogurt owocowy 1 szt. (MLE).	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Filet drobiowy w sosie pieczeniowym 80/120 (GLU, MLE, SEL), Kompot z porzeczkami 250ml, Jarzynka z wody gotowana 100g (SEL), Ziemniaki gotowane 200g, <b>Podwieczorek:</b> Galaretką z jabłkiem 200g.	Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser plastry 2 szt. (MLE), Sałata ziel. 35g, Pomidor 70g.
<b>niedziela 2023-11-19</b>		
<b>Dieta: O. DIETA LATWO STR. II OLEŚNICA</b>		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 20g (MLE), Połędwica drobiowa 50g, Pomidor 70g, Sałata ziel. 35g.	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Filet drobiowy w sosie pieczeniowym 80/120 (GLU, MLE, SEL), Jarzynka z wody gotowana 100g (SEL), Kompot z porzeczkami 250ml, Ziemniaki gotowane 200g.	Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser plastry 2 szt. (MLE), Sałata ziel. 35g, Pomidor 70g.
<b>niedziela 2023-11-19</b>		
<b>Dieta: O. DIETA WĄTR. IIA OLEŚNICA</b>		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 20g (MLE), Połędwica drobiowa 50g, Pomidor 70g, Sałata ziel. 35g.	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Filet drobiowy w sosie pieczeniowym 80/120 (GLU, MLE, SEL), Jarzynka z wody gotowana 100g (SEL), Kompot z porzeczkami 250ml, Ziemniaki gotowane 200g.	Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser plastry 2 szt. (MLE), Sałata ziel. 35g, Pomidor 70g.
<b>niedziela 2023-11-19</b>		
<b>Dieta: O. DIETA CUK. VII OLEŚNICA</b>		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml, Masło ex 20g (MLE), Połędwica drobiowa 50g, Papryka św. 70g, Sałata ziel. 35g, <b>II Sniadanie:</b> Kisiel owocowy 150ml (GLU, MLE, *).	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Filet drobiowy w sosie pieczeniowym 80/120 (GLU, MLE, SEL), Surówka wielowarzywna 100g (*), Kompot z porzeczkami 250ml, Surówka z selera i jabłka z jogurtem z pietruszką 100g (MLE, SEL), Ziemniaki gotowane 200g.	Herbata 250ml, Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 10g (MLE), Ser plastry 2 szt. (MLE), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 35g, <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham O 50g (GLU, MLE, *), Twaróg krojony 30g (MLE), Pomidor 100g.
<b>niedziela 2023-11-19</b>		
<b>Dieta: O. DIETA PLYNNA/MIKSOWANA III</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE).	Ryżowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, MLE, SEL).	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml (JAJ, SEL).
<b>niedziela 2023-11-19</b>		
<b>Dieta: O. DODATEK POŁOŻNICZY</b>		
<b>II Sniadanie:</b> Jogurt owocowy 1 szt. (MLE).	<b>Podwieczorek:</b> Galaretką z jabłkiem 200g.	
<b>niedziela 2023-11-19</b>		
<b>Dieta: O. DIETA DLA ZPO</b>		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 20g (MLE), Połędwica drobiowa 50g, Pomidor 70g, Sałata ziel. 35g, <b>II Sniadanie:</b> Kisiel owocowy 150ml (GLU, MLE, *).	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Filet drobiowy w sosie pieczeniowym 80/120 (GLU, MLE, SEL), Jarzynka z wody gotowania 100g (SEL), Kompot z porzeczkami 250ml, Ziemniaki gotowane 200g, <b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 150g (MLE).	Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser plastry 2 szt. (MLE), Sałata ziel. 35g, Pomidor 70g.



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Ogólnoleczykowy		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2023-11-19</b>		
<b>Dieta: O. DIETA PODSTAWOWA I OLEŚNICA</b>		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 20g (MLE), Połędwica drobiowa 50g, Papryka św. 70g, Sałata ziel. 35g.	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Filet dr. panierow. smażony 100g (GLU, JAJ, OZI, ORZ), Surówka wielowarzywna 100g (*), Kompot z porzeczkami 250ml, Ziemniaki gotowane 200g.	Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser plastry 2 szt. (MLE), Sałata ziel. 35g, Ogórek św. 70g.
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 152.94 kcal; Energia: 8485.52 kJ; Białko ogółem: 2054.31 g; białko zwierzęce: 978.50 g; białko roślinne: 76.41 g; Tłuszcz: 304.41 g; Węglowodany ogółem: 49.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 68.04 g; Sód: 26.20 mg; Potas: 22.89 mg; Wapń: 1621.59 mg; Fosfor: 0.00 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 3028.02 g; Woda: 1228.29 g; Popiół: 561.52 g.		
<b>niedziela 2023-11-19</b>		
<b>Dieta: O. DIETA DZIECI OLEŚNICA</b>		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 20g (MLE), Połędwica drobiowa 50g, Pomidor 70g, Sałata ziel. 35g, II Śniadanie: Jogurt owocowy 1 szt. (MLE).	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Filet drobiowy w sosie pieczeniowym 80/120 (GLU, MLE, SEL), Kompot z porzeczkami 250ml, Jarzynka z wody gotowana 100g (SEL), Ziemniaki gotowane 200g, Podwieczorek: Galaretkę z jabłkiem 200g.	Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser plastry 2 szt. (MLE), Sałata ziel. 35g, Pomidor 70g.
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 136.14 kcal; Energia: 8629.37 kJ; Białko ogółem: 2163.80 g; białko zwierzęce: 1184.22 g; białko roślinne: 85.05 g; Tłuszcz: 318.44 g; Węglowodany ogółem: 75.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 68.82 g; Sód: 29.76 mg; Potas: 25.18 mg; Wapń: 1640.55 mg; Fosfor: 0.00 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 3748.53 g; Woda: 1384.24 g; Popiół: 740.82 g.		
<b>niedziela 2023-11-19</b>		
<b>Dieta: O. DIETA ŁATWO STR. II OLEŚNICA</b>		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 20g (MLE), Połędwica drobiowa 50g, Pomidor 70g, Sałata ziel. 35g.	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Filet drobiowy w sosie pieczeniowym 80/120 (GLU, MLE, SEL), Jarzynka z wody gotowana 100g (SEL), Kompot z porzeczkami 250ml, Ziemniaki gotowane 200g.	Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser plastry 2 szt. (MLE), Sałata ziel. 35g, Pomidor 70g.
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 128.04 kcal; Energia: 8218.47 kJ; Białko ogółem: 1996.50 g; białko zwierzęce: 987.73 g; białko roślinne: 78.93 g; Tłuszcz: 293.61 g; Węglowodany ogółem: 52.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 65.70 g; Sód: 28.36 mg; Potas: 23.88 mg; Wapń: 1567.95 mg; Fosfor: 0.00 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 3385.83 g; Woda: 1236.04 g; Popiół: 541.62 g.		
<b>niedziela 2023-11-19</b>		
<b>Dieta: O. DIETA WĄTR. IIA OLEŚNICA</b>		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Herbata 250ml, Masło ex 20g (MLE), Połędwica drobiowa 50g, Pomidor 70g, Sałata ziel. 35g.	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Filet drobiowy w sosie pieczeniowym 80/120 (GLU, MLE, SEL), Jarzynka z wody gotowana 100g (SEL), Kompot z porzeczkami 250ml, Ziemniaki gotowane 200g.	Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g (GLU, JAJ, *), Masło ex 10g (MLE), Ser plastry 2 szt. (MLE), Sałata ziel. 35g, Pomidor 70g.
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 128.04 kcal; Energia: 8218.47 kJ; Białko ogółem: 1996.50 g; białko zwierzęce: 987.73 g; białko roślinne: 78.93 g; Tłuszcz: 293.61 g; Węglowodany ogółem: 52.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 65.70 g; Sód: 28.36 mg; Potas: 23.88 mg; Wapń: 1567.95 mg; Fosfor: 0.00 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 3385.83 g; Woda: 1236.04 g; Popiół: 541.62 g.		
<b>niedziela 2023-11-19</b>		
<b>Dieta: O. DIETA CUK. VII OLEŚNICA</b>		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml, Masło ex 20g (MLE), Połędwica drobiowa 50g, Papryka św. 70g, Sałata ziel. 35g, II Śniadanie: Kisiel owocowy 150ml (GLU, MLE, *).	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, SEL, *), Filet drobiowy w sosie pieczeniowym 80/120 (GLU, MLE, SEL), Surówka wielowarzywna 100g (*), Kompot z porzeczkami 250ml, Surówka z selera i jabłka z jogurtem z pietruszką 100g (MLE, SEL), Ziemniaki gotowane 200g.	Herbata 250ml, Pieczywo graham O 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 10g (MLE), Ser plastry 2 szt. (MLE), Ogórek św. 70g, Sałata ziel. 35g, Posiłek nocny: Pieczywo graham O 50g (GLU, MLE, *), Twaróg krojony 30g (MLE), Pomidor 100g.
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 198.14 kcal; Energia: 9090.71 kJ; Białko ogółem: 2204.11 g; białko zwierzęce: 1248.95 g; białko roślinne: 90.20 g; Tłuszcz: 332.10 g; Węglowodany ogółem: 56.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 68.78 g; Sód: 29.19 mg; Potas: 29.26 mg; Wapń: 1933.17 mg; Fosfor: 0.00 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 3808.49 g; Woda: 1442.40 g; Popiół: 663.28 g.		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Oleśnica-Syców		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2023-11-19</b>		
<b>Dieta: O. DIETA PLYNNA/MIKSWANA III</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ).	Ryżowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 500ml ( <i>JAJ, MLE, SEL</i> ).	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <i>JAJ, SEL</i> ).
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 131.75 kcal; Energia: 6119.30 kJ; Białko ogółem: 1233.28 g; białko zwierzęce: 1009.62 g; białko roślinne: 69.09 g; Tłuszcz: 133.85 g; Węglowodany ogółem: 23.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.78 g; Sód: 26.07 mg; Potas: 12.20 mg; Wapń: 905.60 mg; Fosfor: 0.00 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 2787.50 g; Woda: 1581.10 g; Popiół: 725.85 g;		
<b>niedziela 2023-11-19</b>		
<b>Dieta: O. DODATEK POŁOŻNICZY</b>		
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1 szt. ( <i>MLE</i> ).	Podwieczorek: Galaretkę z jabłkiem 200g.	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 6.10 kcal; Energia: 610.90 kJ; Białko ogółem: 167.30 g; białko zwierzęce: 196.49 g; białko roślinne: 6.12 g; Tłuszcz: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 23.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.12 g; Sód: 1.40 mg; Potas: 1.30 mg; Wapń: 72.60 mg; Fosfor: 0.00 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 362.70 g; Woda: 148.20 g; Popiół: 199.20 g;		
<b>niedziela 2023-11-19</b>		
<b>Dieta: O. DIETA DLA ZPO</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g ( <i>GLU, JAJ, *</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Poledwica drobiowa 50g, Pomidor 70g, Sałata ziel. 35g. II Śniadanie: Kisiel owocowy 150ml ( <i>GLU, MLE, *</i> ).	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 400ml ( <i>GLU, SEL, *</i> ), Filet drobiowy w sosie pieczeniowym 80/120 ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Jarzynka z wody gotowana 100g ( <i>SEL</i> ), Kompot z porzeczkami 250ml, ziemniaki gotowane 200g. Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g ( <i>MLE</i> ).	Herbata 250ml, Pieczywo pszenno-żytnie O 100g ( <i>GLU, JAJ, *</i> ), Masło ex 10g ( <i>MLE</i> ), Ser plastry 2 szt. ( <i>MLE</i> ), Sałata ziel. 35g, Pomidor 70g.
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 128.04 kcal; Energia: 8651.53 kJ; Białko ogółem: 2099.24 g; białko zwierzęce: 1127.06 g; białko roślinne: 84.97 g; Tłuszcz: 304.91 g; Węglowodany ogółem: 83.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 68.72 g; Sód: 30.15 mg; Potas: 24.14 mg; Wapń: 1662.58 mg; Fosfor: 0.00 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 3695.84 g; Woda: 1420.99 g; Popiół: 798.18 g;		

Dietetyk

-----