

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-01 do dnia 2023-11-01

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
1	1 listopada 2023	Dieta podstawowa Wartość energetyczna: 2880,94 [kcal] Białko ogółem: 143,89 [g] Węglowodany ogółem: 357,87 [g] Tłuszcz: 77,51 [g] Sol: 0,92 [g] Błonnik: 25,17 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 8,19 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Polędwica drobiowa. 60 [g] Rzodkiewka 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 736,17 [kcal] - 25,55% Białko ogół.: 35,96 [g] Węglowodany ogół.: 98,66 [g] Tłuszcz: 23,42 [g] Sól: 0,40 [g] Błonnik: 3,81 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,74 [g]	Składniki: Skyr naturalny 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 99,00 [kcal] - 3,44% Białko ogół.: 18,00 [g] Węglowodany ogół.: 5,70 [g] Tłuszcz: 0,00 [g] Sól: 0,00 [g] Błonnik: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g]	Składniki: Zupa krem z dyni ze słonecznikiem na wywarze mięsnym 400 [ml] [Alergen: IX, VII,] Kluski śląskie 200 [g] [Alergen: III,] Sos mięsno-pomidorowy 200 [g] [Alergen: I,] Surówka domowa z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1306,04 [kcal] - 45,33% Białko ogół.: 44,50 [g] Węglowodany ogół.: 176,40 [g] Tłuszcz: 24,23 [g] Sól: 0,46 [g] Błonnik: 18,61 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,73 [g]	Składniki: Sałatka makaronowa z tuńczykiem 100 [g] [Alergen: I, IV,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Papryka czerwona 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 739,73 [kcal] - 25,68% Białko ogół.: 45,43 [g] Węglowodany ogół.: 77,11 [g] Tłuszcz: 29,86 [g] Sól: 0,06 [g] Błonnik: 2,75 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,72 [g]
2	1 listopada 2023	Dieta łatwostrawna Wartość energetyczna: 2845,23 [kcal] Białko ogółem: 121,99 [g] Węglowodany ogółem: 392,51 [g] Tłuszcz: 66,48 [g] Sol: 1,11 [g] Błonnik: 31,54 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 9,80 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Polędwica drobiowa. 60 [g] Banan 120 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 841,80 [kcal] - 29,59% Białko ogół.: 36,95 [g] Węglowodany ogół.: 123,12 [g] Tłuszcz: 23,29 [g] Sól: 0,40 [g] Błonnik: 5,08 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,79 [g]	Składniki: Skyr naturalny 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 99,00 [kcal] - 3,48% Białko ogół.: 18,00 [g] Węglowodany ogół.: 5,70 [g] Tłuszcz: 0,00 [g] Sól: 0,00 [g] Błonnik: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g]	Składniki: Zupa krem z dyni z natką pietruszki na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX,] Kluski śląskie 200 [g] [Alergen: III,] Sos mięsno-pomidorowy. 200 [g] [Alergen: I,] Włoszczyzna duszona z olejem rzepakowym 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1298,90 [kcal] - 45,65% Białko ogół.: 39,82 [g] Węglowodany ogół.: 174,01 [g] Tłuszcz: 24,78 [g] Sól: 0,42 [g] Błonnik: 20,37 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,51 [g]	Składniki: Sałatka makaronowa z rybą 100 [g] [Alergen: IV, IX, I,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Marchew gotowana w plastrach z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 605,53 [kcal] - 21,28% Białko ogół.: 27,22 [g] Węglowodany ogół.: 89,68 [g] Tłuszcz: 18,41 [g] Sól: 0,29 [g] Błonnik: 6,09 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,50 [g]

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-01 do dnia 2023-11-01

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
3	1 listopada 2023	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu Wartość energetyczna: 2581,23 [kcal] Białko ogółem: 122,44 [g] Węglowodany ogółem: 393,31 [g] Tłuszcz: 36,47 [g] Sol: 1,11 [g] Błonnik: 31,54 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,98 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 0,5% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Polędwica drobiowa. 60 [g] Banan 120 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 742,80 [kcal] - 28,78% Białko ogół.: 37,35 [g] Węglowodany ogół.: 123,87 [g] Tłuszcz: 11,66 [g] Sól: 0,40 [g] Błonnik: 5,08 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,34 [g]	Składniki: Skyr naturalny 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 99,00 [kcal] - 3,84% Białko ogół.: 18,00 [g] Węglowodany ogół.: 5,70 [g] Tłuszcz: 0,00 [g] Sól: 0,00 [g] Błonnik: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g]	Składniki: Zupa krem z dyni z natką pietruszki na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX,] Kluski śląskie 200 [g] [Alergen: III,] Sos mięsno-pomidorowy. 200 [g] [Alergen: I,] Włoszczyzna duszona z ograniczoną ilością oleju rzepakowego 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1190,90 [kcal] - 46,14% Białko ogół.: 39,82 [g] Węglowodany ogół.: 174,01 [g] Tłuszcz: 12,78 [g] Sól: 0,42 [g] Błonnik: 20,37 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,41 [g]	Składniki: Sałatka makaronowa z rybą 100 [g] [Alergen: IV, IX, I,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Marchew gotowana w plasterkach z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 548,53 [kcal] - 21,25% Białko ogół.: 27,27 [g] Węglowodany ogół.: 89,73 [g] Tłuszcz: 12,03 [g] Sól: 0,29 [g] Błonnik: 6,09 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,23 [g]
4	1 listopada 2023	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Wartość energetyczna: 2555,32 [kcal] Białko ogółem: 140,70 [g] Węglowodany ogółem: 283,20 [g] Tłuszcz: 73,42 [g] Sol: 0,72 [g] Błonnik: 20,75 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 10,12 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Polędwica drobiowa. 60 [g] Rzodkiewka 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 724,20 [kcal] - 28,34% Białko ogół.: 35,96 [g] Węglowodany ogół.: 95,67 [g] Tłuszcz: 23,42 [g] Sól: 0,40 [g] Błonnik: 3,81 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,74 [g]	Składniki: Skyr naturalny 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 99,00 [kcal] - 3,87% Białko ogół.: 18,00 [g] Węglowodany ogół.: 5,70 [g] Tłuszcz: 0,00 [g] Sól: 0,00 [g] Błonnik: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g]	Składniki: Zupa krem z dyni ze słonecznikiem na wywarze mięsny 400 [ml] [Alergen: IX, VII,] Kluski śląskie. 200 [g] [Alergen: III,] Sos mięsno-pomidorowy. 200 [g] [Alergen: I,] Surówka domowa z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1004,36 [kcal] - 39,3% Białko ogół.: 41,31 [g] Węglowodany ogół.: 107,71 [g] Tłuszcz: 20,14 [g] Sól: 0,26 [g] Błonnik: 14,19 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,66 [g]	Składniki: Sałatka makaronowa z tuńczykiem 100 [g] [Alergen: I, IV,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Papryka czerwona 100 [g] Herbata 250 [ml] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 727,76 [kcal] - 28,48% Białko ogół.: 45,43 [g] Węglowodany ogół.: 74,12 [g] Tłuszcz: 29,86 [g] Sól: 0,06 [g] Błonnik: 2,75 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,72 [g]

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-01 do dnia 2023-11-01

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
5	1 listopada 2023	Dieta papkowata Wartość energetyczna: 2809,55 [kcal] Białko ogółem: 170,51 [g] Węglowodany ogółem: 327,20 [g] Tłuszcz: 68,30 [g] Sol: 1,62 [g] Błonnik: 19,12 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,19 [g]	Składniki: Papka bogatobiałkowa śniadanie 700 [ml] [Alergen: VII, I,] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 904,49 [kcal] - 32,19% Białko ogół.: 41,09 [g] Węglowodany ogół.: 113,36 [g] Tłuszcz: 32,55 [g] Sól: 0,52 [g] Błonnik: 4,36 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,03 [g]	Składniki: Skyr naturalny 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 99,00 [kcal] - 3,52% Białko ogół.: 18,00 [g] Węglowodany ogół.: 5,70 [g] Tłuszcz: 0,00 [g] Sól: 0,00 [g] Błonnik: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g]	Składniki: Papka bogatobiałkowa z indyka obiad (mięso z udźca indyka gotowane 200 g) 700 [ml] [Alergen: IX, III,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1072,67 [kcal] - 38,18% Białko ogół.: 60,64 [g] Węglowodany ogół.: 115,12 [g] Tłuszcz: 16,59 [g] Sól: 0,60 [g] Błonnik: 7,38 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,70 [g]	Składniki: Papka bogatobiałkowa z indyka kolacja (mięso z udźca indyka gotowane 150g) 700 [ml] [Alergen: III, VII, IX,] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 733,39 [kcal] - 26,1% Białko ogół.: 50,78 [g] Węglowodany ogół.: 93,02 [g] Tłuszcz: 19,16 [g] Sól: 0,50 [g] Błonnik: 7,38 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,46 [g]
6	1 listopada 2023	Dieta beztłuszczowa Wartość energetyczna: 2562,20 [kcal] Białko ogółem: 121,99 [g] Węglowodany ogółem: 402,18 [g] Tłuszcz: 18,79 [g] Sol: 0,72 [g] Błonnik: 31,79 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,15 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 0% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Polędwica drobiowa. 60 [g] Banan 120 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,0% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 796,60 [kcal] - 31,09% Białko ogół.: 36,50 [g] Węglowodany ogół.: 128,87 [g] Tłuszcz: 3,91 [g] Sól: 0,00 [g] Błonnik: 5,08 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,41 [g]	Składniki: Skyr naturalny 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 99,00 [kcal] - 3,86% Białko ogół.: 18,00 [g] Węglowodany ogół.: 5,70 [g] Tłuszcz: 0,00 [g] Sól: 0,00 [g] Błonnik: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g]	Składniki: Zupa krem z dyni z natką pietruszki na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX,] Kluski śląskie 200 [g] [Alergen: III,] Sos mięsno-pomidorowy. 200 [g] [Alergen: I,] Włoszczyzna duszona b/tł 150 [g] [Alergen: IX, I,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1182,27 [kcal] - 46,14% Białko ogół.: 40,37 [g] Węglowodany ogół.: 178,03 [g] Tłuszcz: 9,85 [g] Sól: 0,43 [g] Błonnik: 20,62 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,67 [g]	Składniki: Sałatka makaronowa z rybą 100 [g] [Alergen: IV, IX, I,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Marchew gotowana w plasterach b/tł 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 484,33 [kcal] - 18,9% Białko ogół.: 27,12 [g] Węglowodany ogół.: 89,58 [g] Tłuszcz: 5,03 [g] Sól: 0,29 [g] Błonnik: 6,09 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,07 [g]

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-01 do dnia 2023-11-01

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
7	1 listopada 2023	Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa Wartość energetyczna: 2971,12 [kcal] Białko ogółem: 136,31 [g] Węglowodany ogółem: 405,20 [g] Tłuszcz: 68,89 [g] Sol: 1,17 [g] Błonnik: 30,22 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 10,00 [g]	Składniki: Kasza manna na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Polędwica drobiowa. 60 [g] Twaróg z koperkiem 50 [g] [Alergen: VII,] Banan 120 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 909,19 [kcal] - 30,6% Białko ogół.: 46,02 [g] Węglowodany ogół.: 126,81 [g] Tłuszcz: 25,55 [g] Sól: 0,46 [g] Błonnik: 3,76 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,99 [g]	Składniki: Skyr naturalny 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 99,00 [kcal] - 3,33% Białko ogół.: 18,00 [g] Węglowodany ogół.: 5,70 [g] Tłuszcz: 0,00 [g] Sól: 0,00 [g] Błonnik: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g]	Składniki: Zupa krem z dyni z natką pietruszki na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX,] Kluski śląskie 200 [g] [Alergen: III,] Sos mięsno-pomidorowy. 200 [g] [Alergen: I,] Włoszczyzna duszona z olejem rzepakowym 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1298,90 [kcal] - 43,72% Białko ogół.: 39,82 [g] Węglowodany ogół.: 174,01 [g] Tłuszcz: 24,78 [g] Sól: 0,42 [g] Błonnik: 20,37 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,51 [g]	Składniki: Sałatka makaronowa z rybą 100 [g] [Alergen: IV, IX, I,] Jogurt owocowy 0% 150 [g] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Marchew gotowana w plastrach z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 664,03 [kcal] - 22,35% Białko ogół.: 32,47 [g] Węglowodany ogół.: 98,68 [g] Tłuszcz: 18,56 [g] Sól: 0,29 [g] Błonnik: 6,09 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,50 [g]
8	1 listopada 2023	Płynna wzmocniona Wartość energetyczna: 2851,83 [kcal] Białko ogółem: 171,38 [g] Węglowodany ogółem: 334,87 [g] Tłuszcz: 69,26 [g] Sol: 1,62 [g] Błonnik: 19,37 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,26 [g]	Składniki: Koktajl bogatobiałkowy w postaci płynnej śniadanie 700 [ml] [Alergen: VII, I,] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 946,77 [kcal] - 33,2% Białko ogół.: 41,96 [g] Węglowodany ogół.: 121,03 [g] Tłuszcz: 33,51 [g] Sól: 0,52 [g] Błonnik: 4,61 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,10 [g]	Składniki: Skyr naturalny 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 99,00 [kcal] - 3,47% Białko ogół.: 18,00 [g] Węglowodany ogół.: 5,70 [g] Tłuszcz: 0,00 [g] Sól: 0,00 [g] Błonnik: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g]	Składniki: Koktajl bogatobiałkowy z indyka w postaci płynnej obiad (mięso z udźca indyka gotowane 200 g) 700 [ml] [Alergen: IX, III,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1072,67 [kcal] - 37,61% Białko ogół.: 60,64 [g] Węglowodany ogół.: 115,12 [g] Tłuszcz: 16,59 [g] Sól: 0,60 [g] Błonnik: 7,38 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,70 [g]	Składniki: Koktajl bogatobiałkowy z indyka w postaci płynnej kolacja (mięso z udźca indyka gotowane 150g) 700 [ml] [Alergen: III, VII, IX,] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 733,39 [kcal] - 25,72% Białko ogół.: 50,78 [g] Węglowodany ogół.: 93,02 [g] Tłuszcz: 19,16 [g] Sól: 0,50 [g] Błonnik: 7,38 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,46 [g]

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-01 do dnia 2023-11-01

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
9	1 listopada 2023	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu bezmleczna Wartość energetyczna: 2537,78 [kcal] Białko ogółem: 106,34 [g] Węglowodany ogółem: 401,85 [g] Tłuszcz: 36,26 [g] Sol: 0,85 [g] Błonnik: 34,87 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 14,46 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na wywarze mięsnym 300 [ml] [Alergen: IX,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Polędwica drobiowa. 60 [g] Banan 120 [g] Kawa zbożowa 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 670,47 [kcal] - 26,42% Białko ogół.: 36,55 [g] Węglowodany ogół.: 109,67 [g] Tłuszcz: 10,69 [g] Sól: 0,14 [g] Błonnik: 6,75 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,52 [g]	Składniki: Bezmleczny koktajl jaglany 150 [ml] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 127,88 [kcal] - 5,04% Białko ogół.: 2,70 [g] Węglowodany ogół.: 28,44 [g] Tłuszcz: 0,76 [g] Sól: 0,00 [g] Błonnik: 1,66 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,30 [g]	Składniki: Zupa krem z dyni z natką pietruszki na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX,] Kluski śląskie 200 [g] [Alergen: III,] Sos mięsno-pomidorowy. 200 [g] [Alergen: I,] Włoszczyzna duszona z ograniczoną ilością oleju rzepakowego 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1190,90 [kcal] - 46,93% Białko ogół.: 39,82 [g] Węglowodany ogół.: 174,01 [g] Tłuszcz: 12,78 [g] Sól: 0,42 [g] Błonnik: 20,37 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,41 [g]	Składniki: Salatka makaronowa z rybą 100 [g] [Alergen: IV, IX, I,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Marchew gotowana w plastrach z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 548,53 [kcal] - 21,61% Białko ogół.: 27,27 [g] Węglowodany ogół.: 89,73 [g] Tłuszcz: 12,03 [g] Sól: 0,29 [g] Błonnik: 6,09 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,23 [g]