

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-02 do dnia 2023-11-02

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
1	2 listopada 2023	Dieta podstawowa Wartość energetyczna: 2933,79 [kcal] Białko ogółem: 86,68 [g] Węglowodany ogółem: 388,98 [g] Tłuszcz: 95,40 [g] Sol: 4,76 [g] Błonnik: 24,85 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 20,51 [g]	Składniki: Makaron na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Ser twarogowo kanapkowy w plastrach 80 [g] [Alergen: VII,] Jabłko 150 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 901,42 [kcal] - 30,73% Białko ogół.: 35,09 [g] Węglowodany ogół.: 119,20 [g] Tłuszcz: 33,58 [g] Sól: 2,25 [g] Błonnik: 4,79 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,80 [g]	Składniki: Koktajl owocowy (maślanka, truskawki, banan) 250 [ml] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 169,00 [kcal] - 5,76% Białko ogół.: 6,45 [g] Węglowodany ogół.: 34,35 [g] Tłuszcz: 1,25 [g] Sól: 0,23 [g] Błonnik: 2,60 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,19 [g]	Składniki: Zupa kalafiorowa na wywarze mięsnym 400 [ml] [Alergen: IX, VII, I,] Jajko gotowane na twardo 2 [szt] [Alergen: III,] Sos musztardowy 80 [g] [Alergen: VII, I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Sałatka z buraczków 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1136,37 [kcal] - 38,73% Białko ogół.: 31,06 [g] Węglowodany ogół.: 142,24 [g] Tłuszcz: 26,21 [g] Sól: 1,13 [g] Błonnik: 14,39 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,85 [g]	Składniki: Sałatka ryżowa z szynką. 100 [g] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Rzodkiew biała 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 727,00 [kcal] - 24,78% Białko ogół.: 14,08 [g] Węglowodany ogół.: 93,19 [g] Tłuszcz: 34,36 [g] Sól: 1,15 [g] Błonnik: 3,07 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,67 [g]
2	2 listopada 2023	Dieta łatwostrawna Wartość energetyczna: 2598,85 [kcal] Białko ogółem: 80,57 [g] Węglowodany ogółem: 377,06 [g] Tłuszcz: 64,91 [g] Sol: 4,22 [g] Błonnik: 23,44 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,51 [g]	Składniki: Makaron na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Ser twarogowo kanapkowy w plastrach 80 [g] [Alergen: VII,] Jabłko gotowane 150 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 933,82 [kcal] - 35,93% Białko ogół.: 35,33 [g] Węglowodany ogół.: 125,92 [g] Tłuszcz: 33,22 [g] Sól: 2,25 [g] Błonnik: 4,78 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,80 [g]	Składniki: Koktajl owocowy (maślanka, truskawki, banan) 150 [ml] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 169,00 [kcal] - 6,5% Białko ogół.: 6,45 [g] Węglowodany ogół.: 34,35 [g] Tłuszcz: 1,25 [g] Sól: 0,23 [g] Błonnik: 2,60 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,19 [g]	Składniki: Zupa grysikowa na wywarze warzywnym 300 [ml] [Alergen: IX, I,] Jajko gotowane na twardo 2 [szt] [Alergen: III,] Sos pietruszkowy 80 [ml] [Alergen: I, IX,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Sałatka z buraków z obniżoną zawartością oleju rzepakowego 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 934,22 [kcal] - 35,95% Białko ogół.: 25,66 [g] Węglowodany ogół.: 127,95 [g] Tłuszcz: 12,12 [g] Sól: 0,74 [g] Błonnik: 12,48 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,89 [g]	Składniki: Sałatka ryżowa z szynką z obniżoną zawartością oleju rzepakowego 100 [g] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Pasta z kukuruczki z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 561,81 [kcal] - 21,62% Białko ogół.: 13,13 [g] Węglowodany ogół.: 88,84 [g] Tłuszcz: 18,32 [g] Sól: 1,00 [g] Błonnik: 3,58 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,63 [g]

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-02 do dnia 2023-11-02

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
3	2 listopada 2023	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu Wartość energetyczna: 2643,00 [kcal] Białko ogółem: 105,83 [g] Węglowodany ogółem: 416,32 [g] Tłuszcz: 38,84 [g] Sol: 2,52 [g] Błonnik: 22,78 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,42 [g]	Składniki: Makaron na mleku 0,5% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III,] Jabłko gotowane 150 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 840,82 [kcal] - 31,81% Białko ogół.: 32,38 [g] Węglowodany ogół.: 139,77 [g] Tłuszcz: 15,24 [g] Sól: 0,59 [g] Błonnik: 4,78 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,57 [g]	Składniki: Maślanka naturalna 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,50 [kcal] - 2,1% Białko ogół.: 5,10 [g] Węglowodany ogół.: 7,05 [g] Tłuszcz: 0,75 [g] Sól: 0,23 [g] Błonnik: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,01 [g]	Składniki: Zupa grycikowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Suflet drobiowy 140 [g] [Alergen: I, III,] Sos pietruszkowy 80 [ml] [Alergen: I, IX,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Marchew gotowana z olejem rzepakowym. 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1241,87 [kcal] - 46,99% Białko ogół.: 55,17 [g] Węglowodany ogół.: 180,61 [g] Tłuszcz: 10,91 [g] Sól: 0,70 [g] Błonnik: 14,42 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,48 [g]	Składniki: Sałatka ryżowa z szynką z obniżoną zawartością oleju rzepakowego 100 [g] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Pasta z cukinii z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 504,81 [kcal] - 19,1% Białko ogół.: 13,18 [g] Węglowodany ogół.: 88,89 [g] Tłuszcz: 11,94 [g] Sól: 1,00 [g] Błonnik: 3,58 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,36 [g]
4	2 listopada 2023	Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów Wartość energetyczna: 2508,01 [kcal] Białko ogółem: 75,81 [g] Węglowodany ogółem: 281,27 [g] Tłuszcz: 99,42 [g] Sol: 4,32 [g] Błonnik: 18,43 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 23,10 [g]	Składniki: Makaron na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Ser twarogowo kanapkowy w plastrach 80 [g] [Alergen: VII,] Jabłko 150 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 889,45 [kcal] - 35,46% Białko ogół.: 35,09 [g] Węglowodany ogół.: 116,21 [g] Tłuszcz: 33,58 [g] Sól: 2,25 [g] Błonnik: 4,79 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,80 [g]	Składniki: Koktajl truskawkowy 150 [ml] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 72,00 [kcal] - 2,87% Białko ogół.: 5,45 [g] Węglowodany ogół.: 10,85 [g] Tłuszcz: 0,95 [g] Sól: 0,22 [g] Błonnik: 0,90 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,14 [g]	Składniki: Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX,] Jajko gotowane na twardo 2 [szt] [Alergen: III,] Sos pietruszkowy. 80 [ml] [Alergen: IX,] Ziemniaki z koperkiem. 200 [g] Sałatka z buraczków 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 831,53 [kcal] - 33,15% Białko ogół.: 21,19 [g] Węglowodany ogół.: 64,01 [g] Tłuszcz: 30,53 [g] Sól: 0,70 [g] Błonnik: 9,67 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 8,49 [g]	Składniki: Sałatka ryżowa z szynką. 100 [g] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Rzodkiew biała 100 [g] Herbata 250 [ml] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 715,03 [kcal] - 28,51% Białko ogół.: 14,08 [g] Węglowodany ogół.: 90,20 [g] Tłuszcz: 34,36 [g] Sól: 1,15 [g] Błonnik: 3,07 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,67 [g]

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-02 do dnia 2023-11-02

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
5	2 listopada 2023	Dieta papkowata Wartość energetyczna: 2879,55 [kcal] Białko ogółem: 158,96 [g] Węglowodany ogółem: 355,85 [g] Tłuszcz: 69,55 [g] Sol: 1,85 [g] Błonnik: 21,72 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,38 [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] - 31,41% 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: Koktajl owocowy (maślanka, truskawki, banan) 150 [ml] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 169,00 [kcal] - 5,87% Białko ogół.: 6,45 [g] Węglowodany ogół.: 34,35 [g] Tłuszcz: 1,25 [g] Sól: 0,23 [g] Błonnik: 2,60 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,19 [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] - 37,25% 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] - 25,47% 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	2 listopada 2023	Dieta beztłuszczowa Wartość energetyczna: 2446,42 [kcal] Białko ogółem: 115,08 [g] Węglowodany ogółem: 420,98 [g] Tłuszcz: 11,77 [g] Sol: 2,14 [g] Błonnik: 25,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,86 [g]	Składniki: Makaron na mleku 0,0% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Pasta z twarogu z koperkiem (ser krajanka chudy) 80 [g] [Alergen: VII,] Jabłko gotowane 150 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,0% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 760,90 [kcal] - 31,1% Białko ogół.: 41,19 [g] Węglowodany ogół.: 139,43 [g] Tłuszcz: 3,05 [g] Sól: 0,09 [g] Błonnik: 4,87 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,17 [g]	Składniki: Maślanka naturalna 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,50 [kcal] - 2,27% Białko ogół.: 5,10 [g] Węglowodany ogół.: 7,05 [g] Tłuszcz: 0,75 [g] Sól: 0,23 [g] Błonnik: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,01 [g]	Składniki: Zupa grysikowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Suflet drobiowy 140 [g] [Alergen: I, III,] Sos pietruszkowy 80 [ml] [Alergen: I, IX,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Marchew gotowana b/tł 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1216,41 [kcal] - 49,72% Białko ogół.: 55,76 [g] Węglowodany ogół.: 185,76 [g] Tłuszcz: 6,03 [g] Sól: 0,82 [g] Błonnik: 16,55 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,26 [g]	Składniki: Sałatka ryżowa z szynką b/tł. 100 [g] [Alergen: IX,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Pasta z cukinii b/tł. 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 413,61 [kcal] - 16,91% Białko ogół.: 13,03 [g] Węglowodany ogół.: 88,74 [g] Tłuszcz: 1,94 [g] Sól: 1,00 [g] Błonnik: 3,58 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,42 [g]

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-02 do dnia 2023-11-02

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
7	2 listopada 2023	Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa Wartość energetyczna: 2752,54 [kcal] Białko ogółem: 87,88 [g] Węglowodany ogółem: 395,91 [g] Tłuszcz: 69,78 [g] Sol: 4,40 [g] Błonnik: 23,88 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 15,06 [g]	Składniki: Makaron na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Ser twarogowo kanapkowy w plastrach 80 [g] [Alergen: VII,] Serek wiejski 150 [g] Jabłko gotowane 150 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 933,82 [kcal] - 33,93% Białko ogół.: 35,33 [g] Węglowodany ogół.: 125,92 [g] Tłuszcz: 33,22 [g] Sól: 2,25 [g] Błonnik: 4,78 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,80 [g]	Składniki: Koktajl owocowy (maślanka, truskawki, banan) 150 [ml] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 169,00 [kcal] - 6,14% Białko ogół.: 6,45 [g] Węglowodany ogół.: 34,35 [g] Tłuszcz: 1,25 [g] Sól: 0,23 [g] Błonnik: 2,60 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,19 [g]	Składniki: Zupa grysikowa na wywarze warzywnym 300 [ml] [Alergen: IX, I,] Jajko gotowane na twardo 2 [szt] [Alergen: III,] Sos pietruszkowy 80 [ml] [Alergen: I, IX,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Sałatka z buraków z obniżoną zawartością oleju rzepakowego 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 934,22 [kcal] - 33,94% Białko ogół.: 25,66 [g] Węglowodany ogół.: 127,95 [g] Tłuszcz: 12,12 [g] Sól: 0,74 [g] Błonnik: 12,48 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,89 [g]	Składniki: Sałatka ryżowa z szynką z obniżoną zawartością oleju rzepakowego 100 [g] Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Pasta z cukinii z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 715,50 [kcal] - 25,99% Białko ogół.: 20,44 [g] Węglowodany ogół.: 107,69 [g] Tłuszcz: 23,19 [g] Sól: 1,18 [g] Błonnik: 4,02 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,18 [g]
8	2 listopada 2023	Płynna wzmocniona Wartość energetyczna: 2921,83 [kcal] Białko ogółem: 159,83 [g] Węglowodany ogółem: 363,52 [g] Tłuszcz: 70,51 [g] Sol: 1,85 [g] Błonnik: 21,97 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,45 [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] - 32,4% 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: Koktajl owocowy (maślanka, truskawki, banan) 150 [ml] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 169,00 [kcal] - 5,78% Białko ogół.: 6,45 [g] Węglowodany ogół.: 34,35 [g] Tłuszcz: 1,25 [g] Sól: 0,23 [g] Błonnik: 2,60 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,19 [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] - 36,71% 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] - 25,1% 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]

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-02 do dnia 2023-11-02

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
9	2 listopada 2023	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu bezmleczna Wartość energetyczna: 2663,20 [kcal] Białko ogółem: 99,92 [g] Węglowodany ogółem: 427,59 [g] Tłuszcz: 37,11 [g] Sol: 1,89 [g] Błonnik: 24,47 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,09 [g]	Składniki: Makaron na wywarze mięsny 300 [ml] [Alergen: I, IX,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III,] Jabłko gotowane 150 [g] Kawa zbożowa 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 846,49 [kcal] - 31,78% Białko ogół.: 31,58 [g] Węglowodany ogół.: 140,57 [g] Tłuszcz: 14,27 [g] Sól: 0,15 [g] Błonnik: 6,45 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,25 [g]	Składniki: Kisiel 150 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 70,49 [kcal] - 2,65% Białko ogół.: 0,04 [g] Węglowodany ogół.: 17,61 [g] Tłuszcz: 0,00 [g] Sól: 0,04 [g] Błonnik: 0,02 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g]	Składniki: Zupa grysikowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Suflet drobiowy 140 [g] [Alergen: I, III,] Sos pietruszkowy 80 [ml] [Alergen: I, IX,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Marchew gotowana z olejem rzepakowym. 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1241,41 [kcal] - 46,61% Białko ogół.: 55,12 [g] Węglowodany ogół.: 180,52 [g] Tłuszcz: 10,90 [g] Sól: 0,70 [g] Błonnik: 14,42 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,48 [g]	Składniki: Sałatka ryżowa z szynką z obniżoną zawartością oleju rzepakowego 100 [g] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Pasta z kukuruczki z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 504,81 [kcal] - 18,96% Białko ogół.: 13,18 [g] Węglowodany ogół.: 88,89 [g] Tłuszcz: 11,94 [g] Sól: 1,00 [g] Błonnik: 3,58 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,36 [g]