

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-04 do dnia 2023-11-04

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
1	4 listopada 2023	Dieta podstawowa Wartość energetyczna: 3090,83 [kcal] Białko ogółem: 111,06 [g] Węglowodany ogółem: 355,55 [g] Tłuszcz: 116,25 [g] Sol: 3,27 [g] Błonnik: 23,86 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 17,60 [g]	Składniki: Ryż na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Ser żółty 60 [g] [Alergen: VII,] Ogórek kiszony 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 900,87 [kcal] - 29,15% Białko ogół.: 39,24 [g] Węglowodany ogół.: 103,09 [g] Tłuszcz: 38,82 [g] Sól: 1,28 [g] Błonnik: 3,56 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,89 [g]	Składniki: Jogurt owocowy 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 91,50 [kcal] - 2,96% Białko ogół.: 5,55 [g] Węglowodany ogół.: 12,30 [g] Tłuszcz: 2,25 [g] Sól: 0,18 [g] Błonnik: 0,45 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,12 [g]	Składniki: Zupa z fasolki szparagowej na wywarze mięsny 400 [ml] [Alergen: IX, VII, I,] Pulpet wołowy. 140 [g] [Alergen: I, III,] Sos pieczarkowy 80 [g] [Alergen: VII, I,] Kasza jęczmienna ugotowana 200 [g] [Alergen: I,] Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1395,79 [kcal] - 45,16% Białko ogół.: 47,61 [g] Węglowodany ogół.: 168,07 [g] Tłuszcz: 35,18 [g] Sól: 0,37 [g] Błonnik: 17,03 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 9,32 [g]	Składniki: Pasta z wędliny 100 [g] [Alergen: III,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Papryka 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 702,67 [kcal] - 22,73% Białko ogół.: 18,66 [g] Węglowodany ogół.: 72,09 [g] Tłuszcz: 40,00 [g] Sól: 1,44 [g] Błonnik: 2,82 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,27 [g]
2	4 listopada 2023	Dieta łatwostrawna Wartość energetyczna: 2791,43 [kcal] Białko ogółem: 117,85 [g] Węglowodany ogółem: 385,03 [g] Tłuszcz: 63,65 [g] Sol: 3,30 [g] Błonnik: 28,60 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,58 [g]	Składniki: Ryż na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Skyr naturalny 150 [g] [Alergen: VII,] Jabłko gotowane 150 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 863,62 [kcal] - 30,94% Białko ogół.: 42,47 [g] Węglowodany ogół.: 127,60 [g] Tłuszcz: 21,84 [g] Sól: 0,56 [g] Błonnik: 4,54 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,53 [g]	Składniki: Jogurt owocowy 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 91,50 [kcal] - 3,28% Białko ogół.: 5,55 [g] Węglowodany ogół.: 12,30 [g] Tłuszcz: 2,25 [g] Sól: 0,18 [g] Błonnik: 0,45 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,12 [g]	Składniki: Zupa szpinakowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX,] Pulpet wołowy. 140 [g] [Alergen: I, III,] Sos koperkowy 80 [g] [Alergen: IX, I,] Kasza jęczmienna ugotowana 200 [g] [Alergen: I,] Seler duszony z jabłkiem z olejem rzepakowym 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1179,41 [kcal] - 42,25% Białko ogół.: 42,72 [g] Węglowodany ogół.: 158,32 [g] Tłuszcz: 17,51 [g] Sól: 0,35 [g] Błonnik: 16,78 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,70 [g]	Składniki: Pasta z wędliny. 100 [g] [Alergen: VI, IX, III,] 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.: 656,90 [kcal] - 23,53% Białko ogół.: 27,11 [g] Węglowodany ogół.: 86,81 [g] Tłuszcz: 22,05 [g] Sól: 2,21 [g] Błonnik: 6,83 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,23 [g]

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-04 do dnia 2023-11-04

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
3	4 listopada 2023	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu Wartość energetyczna: 2609,43 [kcal] Białko ogółem: 118,00 [g] Węglowodany ogółem: 391,33 [g] Tłuszcz: 38,54 [g] Sol: 2,97 [g] Błonnik: 28,15 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,45 [g]	Składniki: Ryż na mleku 0,5% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Skyr naturalny 150 [g] [Alergen: VII,] Jabłko gotowane 150 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 816,62 [kcal] - 31,29% Białko ogół.: 42,87 [g] Węglowodany ogół.: 137,15 [g] Tłuszcz: 10,21 [g] Sól: 0,41 [g] Błonnik: 4,54 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,08 [g]	Składniki: Jogurt owocowy 0% 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 58,50 [kcal] - 2,24% Białko ogół.: 5,25 [g] Węglowodany ogół.: 9,00 [g] Tłuszcz: 0,15 [g] Sól: 0,00 [g] Błonnik: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g]	Składniki: Zupa szpinakowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX,] Pulpet wołowy. 140 [g] [Alergen: I, III,] Sos koperkowy 80 [g] [Alergen: IX, I,] Kasza jęczmienna ugotowana 200 [g] [Alergen: I,] Seler duszony z jabłkiem z ograniczoną ilością oleju rzepakowego 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1134,41 [kcal] - 43,47% Białko ogół.: 42,72 [g] Węglowodany ogół.: 158,32 [g] Tłuszcz: 12,51 [g] Sól: 0,35 [g] Błonnik: 16,78 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,41 [g]	Składniki: Pasta z wędliny. 100 [g] [Alergen: VI, IX, III,] 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.: 599,90 [kcal] - 22,99% Białko ogół.: 27,16 [g] Węglowodany ogół.: 86,86 [g] Tłuszcz: 15,67 [g] Sól: 2,21 [g] Błonnik: 6,83 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,96 [g]
4	4 listopada 2023	Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów Wartość energetyczna: 2532,77 [kcal] Białko ogółem: 104,13 [g] Węglowodany ogółem: 264,01 [g] Tłuszcz: 96,55 [g] Sol: 2,33 [g] Błonnik: 16,31 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 15,85 [g]	Składniki: Ryż na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Skyr naturalny 150 [g] [Alergen: VII,] Ogórek kiszony 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 775,50 [kcal] - 30,62% Białko ogół.: 42,12 [g] Węglowodany ogół.: 106,94 [g] Tłuszcz: 21,96 [g] Sól: 0,55 [g] Błonnik: 3,56 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,43 [g]	Składniki: Kefir 2% 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 75,00 [kcal] - 2,96% Białko ogół.: 5,10 [g] Węglowodany ogół.: 7,05 [g] Tłuszcz: 3,00 [g] Sól: 0,00 [g] Błonnik: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g]	Składniki: Zupa z fasolki szparagowej na wywarze mięsny 400 [ml] [Alergen: IX, VII, I,] Pulpet wołowy. 140 [g] [Alergen: I, III,] Sos koperkowy. 80 [g] [Alergen: IX,] Kasza jęczmienna ugotowana. 200 [g] [Alergen: I,] Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 991,57 [kcal] - 39,15% Białko ogół.: 38,25 [g] Węglowodany ogół.: 80,92 [g] Tłuszcz: 31,59 [g] Sól: 0,34 [g] Błonnik: 9,93 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 8,15 [g]	Składniki: Pasta z wędliny 100 [g] [Alergen: III,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Papryka 100 [g] Herbata 250 [ml] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 690,70 [kcal] - 27,27% Białko ogół.: 18,66 [g] Węglowodany ogół.: 69,10 [g] Tłuszcz: 40,00 [g] Sól: 1,44 [g] Błonnik: 2,82 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,27 [g]

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-04 do dnia 2023-11-04

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
5	4 listopada 2023	Dieta papkowata Wartość energetyczna: 2802,05 [kcal] Białko ogółem: 158,06 [g] Węglowodany ogółem: 333,80 [g] Tłuszcz: 70,55 [g] Sol: 1,80 [g] Błonnik: 19,57 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,31 [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] - 32,28% 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: Jogurt owocowy 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 91,50 [kcal] - 3,27% Białko ogół.: 5,55 [g] Węglowodany ogół.: 12,30 [g] Tłuszcz: 2,25 [g] Sól: 0,18 [g] Błonnik: 0,45 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,12 [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] - 38,28% 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] - 26,17% 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	4 listopada 2023	Dieta beztłuszczowa Wartość energetyczna: 2404,80 [kcal] Białko ogółem: 117,28 [g] Węglowodany ogółem: 382,15 [g] Tłuszcz: 21,85 [g] Sol: 2,60 [g] Błonnik: 29,04 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,85 [g]	Składniki: Ryż na mleku 0,0% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Skyr naturalny 150 [g] [Alergen: VII,] Jabłko gotowane 150 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,0% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 688,42 [kcal] - 28,63% Białko ogół.: 42,02 [g] Węglowodany ogół.: 126,65 [g] Tłuszcz: 2,46 [g] Sól: 0,01 [g] Błonnik: 4,54 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,15 [g]	Składniki: Jogurt owocowy 0% 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 58,50 [kcal] - 2,43% Białko ogół.: 5,25 [g] Węglowodany ogół.: 9,00 [g] Tłuszcz: 0,15 [g] Sól: 0,00 [g] Błonnik: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g]	Składniki: Zupa szpinakowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX,] Pulpet wołowy. 140 [g] [Alergen: I, III,] Sos koperkowy 80 [g] [Alergen: IX, I,] Kasza jęczmienna ugotowana 200 [g] [Alergen: I,] Seler duszony z jabłkiem b/tł. 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1122,18 [kcal] - 46,66% Białko ogół.: 43,00 [g] Węglowodany ogół.: 159,79 [g] Tłuszcz: 10,57 [g] Sól: 0,38 [g] Błonnik: 17,67 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,90 [g]	Składniki: Pasta z wędliny. 100 [g] [Alergen: VI, IX, III,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Marchew gotowana w plastrach b/tł 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 535,70 [kcal] - 22,28% Białko ogół.: 27,01 [g] Węglowodany ogół.: 86,71 [g] Tłuszcz: 8,67 [g] Sól: 2,21 [g] Błonnik: 6,83 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,80 [g]

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-04 do dnia 2023-11-04

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
7	4 listopada 2023	Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa Wartość energetyczna: 2912,43 [kcal] Białko ogółem: 134,45 [g] Węglowodany ogółem: 393,28 [g] Tłuszcz: 68,00 [g] Sol: 3,72 [g] Błonnik: 28,60 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 10,64 [g]	Składniki: Ryż na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Skyr naturalny 150 [g] [Alergen: VII,] Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III,] Jabłko gotowane 150 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 933,62 [kcal] - 32,06% Białko ogół.: 48,72 [g] Węglowodany ogół.: 127,90 [g] Tłuszcz: 26,69 [g] Sól: 0,74 [g] Błonnik: 4,54 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,03 [g]	Składniki: Jogurt owocowy 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 91,50 [kcal] - 3,14% Białko ogół.: 5,55 [g] Węglowodany ogół.: 12,30 [g] Tłuszcz: 2,25 [g] Sól: 0,18 [g] Błonnik: 0,45 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,12 [g]	Składniki: Zupa szpinakowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX,] Pulpet wołowy. 140 [g] [Alergen: I, III,] Sos koperkowy 80 [g] [Alergen: IX, I,] Kasza jęczmienna ugotowana 200 [g] [Alergen: I,] Seler duszony z jabłkiem z ograniczoną ilością oleju rzepakowego 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1134,41 [kcal] - 38,95% Białko ogół.: 42,72 [g] Węglowodany ogół.: 158,32 [g] Tłuszcz: 12,51 [g] Sól: 0,35 [g] Błonnik: 16,78 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,41 [g]	Składniki: Pasta z wędliny. 100 [g] [Alergen: VI, IX, III,] Jogurt naturalny 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.: 752,90 [kcal] - 25,85% Białko ogół.: 37,46 [g] Węglowodany ogół.: 94,76 [g] Tłuszcz: 26,55 [g] Sól: 2,45 [g] Błonnik: 6,83 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,08 [g]
8	4 listopada 2023	Płynna wzmocniona Wartość energetyczna: 2844,33 [kcal] Białko ogółem: 158,93 [g] Węglowodany ogółem: 341,47 [g] Tłuszcz: 71,51 [g] Sol: 1,80 [g] Błonnik: 19,82 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,38 [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] - 33,29% 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: Jogurt owocowy 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 91,50 [kcal] - 3,22% Białko ogół.: 5,55 [g] Węglowodany ogół.: 12,30 [g] Tłuszcz: 2,25 [g] Sól: 0,18 [g] Błonnik: 0,45 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,12 [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] - 37,71% 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] - 25,78% 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 2023-11-04 do dnia 2023-11-04

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
9	4 listopada 2023	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu bezmleczna Wartość energetyczna: 2618,22 [kcal] Białko ogółem: 119,90 [g] Węglowodany ogółem: 396,26 [g] Tłuszcz: 39,74 [g] Sól: 3,27 [g] Błonnik: 34,40 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,88 [g]	Składniki: Ryż na wywarze mięsnym 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Filet z indyka na parze w plastrach 80 [g] Jabłko gotowane 150 [g] Kawa zbożowa 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 754,02 [kcal] - 28,8% Białko ogół.: 48,08 [g] Węglowodany ogół.: 118,90 [g] Tłuszcz: 10,87 [g] Sól: 0,50 [g] Błonnik: 4,54 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,28 [g]	Składniki: Sok owocowo-warzywny 150 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 129,89 [kcal] - 4,96% Białko ogół.: 1,94 [g] Węglowodany ogół.: 32,18 [g] Tłuszcz: 0,69 [g] Sól: 0,21 [g] Błonnik: 6,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,23 [g]	Składniki: Zupa szpinakowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX,] Pulpet wołowy. 140 [g] [Alergen: I, III,] Sos koperkowy 80 [g] [Alergen: IX, I,] Kasza jęczmienna ugotowana 200 [g] [Alergen: I,] Seler duszony z jabłkiem z ograniczoną ilością oleju rzepakowego 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1134,41 [kcal] - 43,33% Białko ogół.: 42,72 [g] Węglowodany ogół.: 158,32 [g] Tłuszcz: 12,51 [g] Sól: 0,35 [g] Błonnik: 16,78 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,41 [g]	Składniki: Pasta z wędliny. 100 [g] [Alergen: VI, IX, III,] 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.: 599,90 [kcal] - 22,91% Białko ogół.: 27,16 [g] Węglowodany ogół.: 86,86 [g] Tłuszcz: 15,67 [g] Sól: 2,21 [g] Błonnik: 6,83 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,96 [g]