

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-23 do dnia 2023-11-23

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
1	23 listopada 2023	Dieta podstawowa Wartość energetyczna: 2836,41 [kcal] Białko ogółem: 93,40 [g] Węglowodany ogółem: 346,54 [g] Tłuszcz: 101,44 [g] Sol: 5,40 [g] Błonnik: 46,57 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,78 [g] Cukry: 70,20 [g]	Składniki: Makaron na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Szynka filet pieczony z indyka 60 [g] Pasta z marchewki z olejem rzepakowym 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 865,03 [kcal] - 30,5% Białko ogół.: 38,70 [g] Węglowodany ogół.: 113,35 [g] Tłuszcz: 30,79 [g] Sól: 2,99 [g] Błonnik: 13,56 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,16 [g] Cukry: 24,59 [g]	Składniki: Jogurt owocowy 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 91,50 [kcal] - 3,23% 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] Cukry: 8,25 [g]	Składniki: Zupa kapuśniak na wywarze mięsny 400 [ml] [Alergen: IX, VII,] Gulasz z ciecierzycy i cukinii 200 [g] Kasza jęczmienna ugotowana 200 [g] [Alergen: I,] Mizeria 150 [g] [Alergen: VII,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1087,79 [kcal] - 38,35% Białko ogół.: 19,61 [g] Węglowodany ogół.: 150,10 [g] Tłuszcz: 22,72 [g] Sól: 0,36 [g] Błonnik: 21,58 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,14 [g] Cukry: 30,58 [g]	Składniki: Pasta wieprzowa 100 [g] [Alergen: IX,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Rzodkiew biała 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 792,09 [kcal] - 27,93% Białko ogół.: 29,54 [g] Węglowodany ogół.: 70,79 [g] Tłuszcz: 45,68 [g] Sól: 1,87 [g] Błonnik: 10,98 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 9,36 [g] Cukry: 6,78 [g]
2	23 listopada 2023	Dieta łatwostrawna Wartość energetyczna: 2741,18 [kcal] Białko ogółem: 117,93 [g] Węglowodany ogółem: 375,15 [g] Tłuszcz: 66,26 [g] Sol: 2,94 [g] Błonnik: 32,13 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 9,50 [g] Cukry: 70,38 [g]	Składniki: Makaron na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Szynka filet pieczony z indyka 60 [g] Pasta z marchewki z ograniczoną ilością oleju rzepakowego 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 834,43 [kcal] - 30,44% Białko ogół.: 38,94 [g] Węglowodany ogół.: 120,07 [g] Tłuszcz: 23,43 [g] Sól: 1,69 [g] Błonnik: 5,89 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,10 [g] Cukry: 24,23 [g]	Składniki: Jogurt owocowy 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 91,50 [kcal] - 3,34% 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] Cukry: 8,25 [g]	Składniki: Zupa grysikowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Gulasz z cukinii i kurczaka 200 [g] [Alergen: IX, I,] Kasza jęczmienna ugotowana 200 [g] [Alergen: I,] Włoszczyzna duszona z olejem rzepakowym 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1225,88 [kcal] - 44,72% Białko ogół.: 49,49 [g] Węglowodany ogół.: 161,78 [g] Tłuszcz: 20,85 [g] Sól: 0,82 [g] Błonnik: 20,61 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,02 [g] Cukry: 27,81 [g]	Składniki: Pasta wołowa 100 [g] [Alergen: IX,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Sałata z marchewką gotowaną z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 589,37 [kcal] - 21,5% Białko ogół.: 23,95 [g] Węglowodany ogół.: 81,00 [g] Tłuszcz: 19,73 [g] Sól: 0,25 [g] Błonnik: 5,18 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,26 [g] Cukry: 10,09 [g]

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-23 do dnia 2023-11-23

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
3	23 listopada 2023	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu Wartość energetyczna: 2596,48 [kcal] Białko ogółem: 117,78 [g] Węglowodany ogółem: 399,45 [g] Tłuszcz: 36,44 [g] Sol: 2,96 [g] Błonnik: 31,51 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 14,08 [g] Cukry: 79,97 [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,] Szynka filet pieczony z indyka 60 [g] Pasta z marchewki z ograniczoną ilością oleju rzepakowego 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 839,43 [kcal] - 32,33% Białko ogół.: 39,34 [g] Węglowodany ogół.: 140,82 [g] Tłuszcz: 11,80 [g] Sól: 1,69 [g] Błonnik: 5,89 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,65 [g] Cukry: 24,94 [g]	Składniki: Jogurt owocowy 0% 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 58,50 [kcal] - 2,25% Białko ogół.: 5,25 [g] Węglowodany ogół.: 9,00 [g] Tłuszcz: 0,15 [g] Sól: 0,34 [g] Błonnik: 0,30 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Cukry: 10,20 [g]	Składniki: Zupa grysikowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Gulasz z cukinii i kurczaka. 200 [g] [Alergen: IX, I,] Kasza jęczmienna ugotowana 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.: 1144,88 [kcal] - 44,09% Białko ogół.: 49,49 [g] Węglowodany ogół.: 161,78 [g] Tłuszcz: 11,85 [g] Sól: 0,82 [g] Błonnik: 20,61 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,69 [g] Cukry: 27,81 [g]	Składniki: Pasta wołowa 100 [g] [Alergen: IX,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Jabłko gotowane 150 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 553,67 [kcal] - 21,32% Białko ogół.: 23,70 [g] Węglowodany ogół.: 87,85 [g] Tłuszcz: 12,64 [g] Sól: 0,11 [g] Błonnik: 4,71 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,74 [g] Cukry: 17,02 [g]
4	23 listopada 2023	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Wartość energetyczna: 2222,54 [kcal] Białko ogółem: 86,53 [g] Węglowodany ogółem: 259,10 [g] Tłuszcz: 74,97 [g] Sol: 4,98 [g] Błonnik: 41,30 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 14,43 [g] Cukry: 51,81 [g]	Składniki: Makaron na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Szynka filet pieczony z indyka 60 [g] Pasta z marchewki z olejem rzepakowym 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 853,06 [kcal] - 38,38% Białko ogół.: 38,70 [g] Węglowodany ogół.: 110,36 [g] Tłuszcz: 30,79 [g] Sól: 2,99 [g] Błonnik: 13,56 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,16 [g] Cukry: 21,60 [g]	Składniki: Jogurt naturalny 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 96,00 [kcal] - 4,32% Białko ogół.: 10,35 [g] Węglowodany ogół.: 7,95 [g] Tłuszcz: 4,50 [g] Sól: 0,24 [g] Błonnik: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,85 [g] Cukry: 6,30 [g]	Składniki: Zupa kapuśniak na wywarze mięsny 400 [ml] [Alergen: IX, VII,] Gulasz z ciecierzycy i cukinii 200 [g] Kasza jęczmienna ugotowana. 200 [g] [Alergen: I,] Mizeria 150 [g] [Alergen: VII,] Kompot owocowy bez cukru 250 [ml] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 746,39 [kcal] - 33,58% Białko ogół.: 13,40 [g] Węglowodany ogół.: 72,62 [g] Tłuszcz: 20,74 [g] Sól: 0,35 [g] Błonnik: 16,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,23 [g] Cukry: 20,15 [g]	Składniki: Pasta wołowa 100 [g] [Alergen: IX,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Rzodkiew biała 100 [g] Herbata 250 [ml] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 527,09 [kcal] - 23,72% Białko ogół.: 24,08 [g] Węglowodany ogół.: 68,17 [g] Tłuszcz: 18,94 [g] Sól: 1,40 [g] Błonnik: 11,74 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,19 [g] Cukry: 3,76 [g]

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-23 do dnia 2023-11-23

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
5	23 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] Cukry: 56,24 [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] Cukry: 25,35 [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] Cukry: 8,25 [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] Cukry: 14,80 [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] Cukry: 7,84 [g]
6	23 listopada 2023	Dieta beztłuszczowa Wartość energetyczna: 2487,23 [kcal] Białko ogółem: 117,29 [g] Węglowodany ogółem: 400,00 [g] Tłuszcz: 24,75 [g] Sol: 2,56 [g] Błonnik: 31,63 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,81 [g] Cukry: 79,08 [g]	Składniki: Makaron na mleku 0,0% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Szyńka filet pieczony z indyka 60 [g] Pasta z marchewki b/tł. 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,0% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 813,23 [kcal] - 32,7% Białko ogół.: 38,49 [g] Węglowodany ogół.: 137,82 [g] Tłuszcz: 11,05 [g] Sól: 1,29 [g] Błonnik: 5,89 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,53 [g] Cukry: 24,14 [g]	Składniki: Jogurt owocowy 0% 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 58,50 [kcal] - 2,35% Białko ogół.: 5,25 [g] Węglowodany ogół.: 9,00 [g] Tłuszcz: 0,15 [g] Sól: 0,34 [g] Błonnik: 0,30 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Cukry: 10,20 [g]	Składniki: Zupa grysikowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Gulasz z cukinii i kurczaka b/tł. 200 [g] [Alergen: IX, I,] Kasza jęczmienna ugotowana 200 [g] [Alergen: I,] Włoszczyzna duszona b/tł 150 [g] [Alergen: IX, I,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1117,03 [kcal] - 44,91% Białko ogół.: 50,00 [g] Węglowodany ogół.: 165,48 [g] Tłuszcz: 6,91 [g] Sól: 0,82 [g] Błonnik: 20,73 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,44 [g] Cukry: 27,82 [g]	Składniki: Pasta wołowa 100 [g] [Alergen: IX,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Jabłko gotowane 150 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 498,47 [kcal] - 20,04% Białko ogół.: 23,55 [g] Węglowodany ogół.: 87,70 [g] Tłuszcz: 6,64 [g] Sól: 0,11 [g] Błonnik: 4,71 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,84 [g] Cukry: 16,92 [g]

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-23 do dnia 2023-11-23

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
7	23 listopada 2023	Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa Wartość energetyczna: 2956,68 [kcal] Białko ogółem: 146,68 [g] Węglowodany ogółem: 380,40 [g] Tłuszcz: 68,56 [g] Sol: 4,55 [g] Błonnik: 32,13 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 19,71 [g] Cukry: 75,33 [g]	Składniki: Makaron na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Szyńka filet pieczony z indyka 60 [g] Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III,] Pasta z marchewki z ograniczoną ilością oleju rzepakowego 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 904,43 [kcal] - 30,59% Białko ogół.: 45,19 [g] Węglowodany ogół.: 120,37 [g] Tłuszcz: 28,28 [g] Sól: 1,87 [g] Błonnik: 5,89 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,60 [g] Cukry: 24,23 [g]	Składniki: Jogurt owocowy 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 91,50 [kcal] - 3,09% 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] Cukry: 8,25 [g]	Składniki: Zupa grysikowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Gulasz z cukinii i kurczaka 200 [g] [Alergen: IX, I,] Kasza jęczmienna ugotowana 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.: 1144,88 [kcal] - 38,72% Białko ogół.: 49,49 [g] Węglowodany ogół.: 161,78 [g] Tłuszcz: 11,85 [g] Sól: 0,82 [g] Błonnik: 20,61 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,70 [g] Cukry: 27,81 [g]	Składniki: Pasta wołowa 100 [g] [Alergen: IX,] Serek wiejski naturalny 150 [g] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Sałata z marchewką gotowaną z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 815,87 [kcal] - 27,59% Białko ogół.: 46,45 [g] Węglowodany ogół.: 85,95 [g] Tłuszcz: 26,18 [g] Sól: 1,68 [g] Błonnik: 5,18 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,29 [g] Cukry: 15,04 [g]
8	23 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] Cukry: 56,26 [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] - 33,29% 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] Cukry: 25,37 [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] Cukry: 8,25 [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] Cukry: 14,80 [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] Cukry: 7,84 [g]

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-23 do dnia 2023-11-23

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
9	23 listopada 2023	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu bezmleczna Wartość energetyczna: 2617,33 [kcal] Białko ogółem: 113,18 [g] Węglowodany ogółem: 407,83 [g] Tłuszcz: 35,73 [g] Sol: 2,36 [g] Błonnik: 33,88 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 14,41 [g] Cukry: 61,40 [g]	Składniki: Makaron na wywarze mięsny 300 [ml] [Alergen: I, IX,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Szynka filet pieczony z indyka 60 [g] Pasta z marchewki z ograniczoną ilością oleju rzepakowego 100 [g] Kawa zbożowa 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 845,10 [kcal] - 32,29% Białko ogół.: 38,54 [g] Węglowodany ogół.: 141,62 [g] Tłuszcz: 10,83 [g] Sól: 1,43 [g] Błonnik: 7,56 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,83 [g] Cukry: 8,87 [g]	Składniki: Bemleczny koktajl jaglany 150 [ml] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 73,68 [kcal] - 2,82% Białko ogół.: 1,45 [g] Węglowodany ogół.: 16,58 [g] Tłuszcz: 0,41 [g] Sól: 0,00 [g] Błonnik: 1,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,15 [g] Cukry: 7,70 [g]	Składniki: Zupa grysikowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Gulasz z cukinii i kurczaka. 200 [g] [Alergen: IX, I,] Kasza jęczmienna ugotowana 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.: 1144,88 [kcal] - 43,74% Białko ogół.: 49,49 [g] Węglowodany ogół.: 161,78 [g] Tłuszcz: 11,85 [g] Sól: 0,82 [g] Błonnik: 20,61 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,69 [g] Cukry: 27,81 [g]	Składniki: Pasta wołowa 100 [g] [Alergen: IX,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Jabłko gotowane 150 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 553,67 [kcal] - 21,15% Białko ogół.: 23,70 [g] Węglowodany ogół.: 87,85 [g] Tłuszcz: 12,64 [g] Sól: 0,11 [g] Błonnik: 4,71 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,74 [g] Cukry: 17,02 [g]