

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-29 do dnia 2023-11-29

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
1	29 listopada 2023	Dieta podstawowa Wartość energetyczna: 2995,94 [kcal] Białko ogółem: 132,34 [g] Węglowodany ogółem: 386,52 [g] Cukry: 85,91 [g] Błonnik: 43,10 [g] Tłuszcz: 83,76 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 17,64 [g] Sól: 5,32 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Połudwica 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] - 24,57% Białko ogół.: 35,96 [g] Węglowodany ogół.: 98,66 [g] Cukry: 20,62 [g] Błonnik: 11,47 [g] Tłuszcz: 23,42 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,99 [g] Sól: 1,70 [g]	Składniki: Koktajl owocowy 150 [ml] [Alergen: VII, ]   Wartości odżywcze: Wart. energet.: 169,00 [kcal] - 5,64% Białko ogół.: 6,45 [g] Węglowodany ogół.: 34,35 [g] Cukry: 29,15 [g] Błonnik: 2,60 [g] Tłuszcz: 1,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,19 [g] Sól: 0,23 [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.: 1351,04 [kcal] - 45,1% Białko ogół.: 44,50 [g] Węglowodany ogół.: 176,40 [g] Cukry: 28,23 [g] Błonnik: 18,61 [g] Tłuszcz: 29,23 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,10 [g] Sól: 0,50 [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] - 24,69% Białko ogół.: 45,43 [g] Węglowodany ogół.: 77,11 [g] Cukry: 7,91 [g] Błonnik: 10,42 [g] Tłuszcz: 29,86 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 8,36 [g] Sól: 2,89 [g]
<b>Alergeny: I-Gluten,II-Skorupiaki,III-Jaja,IV-ryby,V-orzeszki ziemne,VI-soja,VII-mleko, VIII-orzechy,IX-seler,X-groczyca,XI-nasiona sezamu,XII-dwutlenek siarki,XIII-tubin,XIV-mięczaki</b>						
2	29 listopada 2023	Dieta łatwostrawna Wartość energetyczna: 2936,75 [kcal] Białko ogółem: 111,36 [g] Węglowodany ogółem: 429,22 [g] Cukry: 110,68 [g] Błonnik: 37,47 [g] Tłuszcz: 66,92 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 9,92 [g] Sól: 1,58 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Połudwica 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] - 28,66% Białko ogół.: 36,95 [g] Węglowodany ogół.: 123,12 [g] Cukry: 34,77 [g] Błonnik: 5,08 [g] Tłuszcz: 23,29 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,79 [g] Sól: 0,40 [g]	Składniki: Koktajl owocowy 150 [ml] [Alergen: VII, ]   Wartości odżywcze: Wart. energet.: 169,00 [kcal] - 5,75% Białko ogół.: 6,45 [g] Węglowodany ogół.: 34,35 [g] Cukry: 29,15 [g] Błonnik: 2,60 [g] Tłuszcz: 1,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,19 [g] Sól: 0,23 [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.: 1269,77 [kcal] - 43,24% Białko ogół.: 40,30 [g] Węglowodany ogół.: 178,20 [g] Cukry: 32,95 [g] Błonnik: 22,10 [g] Tłuszcz: 19,88 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,35 [g] Sól: 0,57 [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.: 656,18 [kcal] - 22,34% Białko ogół.: 27,66 [g] Węglowodany ogół.: 93,55 [g] Cukry: 13,81 [g] Błonnik: 7,69 [g] Tłuszcz: 22,50 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,59 [g] Sól: 0,38 [g]
<b>Alergeny: I-Gluten,II-Skorupiaki,III-Jaja,IV-ryby,V-orzeszki ziemne,VI-soja,VII-mleko, VIII-orzechy,IX-seler,X-groczyca,XI-nasiona sezamu,XII-dwutlenek siarki,XIII-tubin,XIV-mięczaki</b>						

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-29 do dnia 2023-11-29

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
3	29 listopada 2023	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu Wartość energetyczna: 2699,75 [kcal] Białko ogółem: 111,81 [g] Węglowodany ogółem: 430,02 [g] Cukry: 111,40 [g] Błonnik: 37,47 [g] Tłuszcz: 39,91 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 14,88 [g] Sól: 1,58 [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, ] Połudwica 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] - 27,51% Białko ogół.: 37,35 [g] Węglowodany ogół.: 123,87 [g] Cukry: 35,48 [g] Błonnik: 5,08 [g] Tłuszcz: 11,66 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,34 [g] Sól: 0,40 [g]	Składniki: Koktajl owocowy 150 [ml] [Alergen: VII, ] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 169,00 [kcal] - 6,26% Białko ogół.: 6,45 [g] Węglowodany ogół.: 34,35 [g] Cukry: 29,15 [g] Błonnik: 2,60 [g] Tłuszcz: 1,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,19 [g] Sól: 0,23 [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.: 1188,77 [kcal] - 44,03% Białko ogół.: 40,30 [g] Węglowodany ogół.: 178,20 [g] Cukry: 32,95 [g] Błonnik: 22,10 [g] Tłuszcz: 10,88 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,03 [g] Sól: 0,57 [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 plastrach z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 599,18 [kcal] - 22,19% Białko ogół.: 27,71 [g] Węglowodany ogół.: 93,60 [g] Cukry: 13,82 [g] Błonnik: 7,69 [g] Tłuszcz: 16,12 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,32 [g] Sól: 0,38 [g]
<b>Alergeny: I-Gluten,II-Skorupiaki,III-Jaja,IV-ryby,V-orzeszki ziemne,VI-soja,VII-mleko, VIII-orzechy,IX-seler,X-groczyca,XI-nasiona sezamu,XII-dwutlenek siarki,XIII-tubin,XIV-mięczaki</b>						
4	29 listopada 2023	Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów Wartość energetyczna: 2573,32 [kcal] Białko ogółem: 128,15 [g] Węglowodany ogółem: 288,35 [g] Cukry: 51,33 [g] Błonnik: 36,98 [g] Tłuszcz: 79,37 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 19,52 [g] Sól: 5,11 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Połudwica drobiowa. 60 [g] Rzodkiewka 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 724,20 [kcal] - 28,14% Białko ogół.: 35,96 [g] Węglowodany ogół.: 95,67 [g] Cukry: 17,63 [g] Błonnik: 11,47 [g] Tłuszcz: 23,42 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,99 [g] Sól: 1,70 [g]	Składniki: Koktajl truskawkowy 150 [ml] [Alergen: VII, ] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 72,00 [kcal] - 2,8% Białko ogół.: 5,45 [g] Węglowodany ogół.: 10,85 [g] Cukry: 9,95 [g] Błonnik: 0,90 [g] Tłuszcz: 0,95 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,14 [g] Sól: 0,22 [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.: 1049,36 [kcal] - 40,78% Białko ogół.: 41,31 [g] Węglowodany ogół.: 107,71 [g] Cukry: 18,83 [g] Błonnik: 14,19 [g] Tłuszcz: 25,14 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 9,03 [g] Sól: 0,30 [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] - 28,28% Białko ogół.: 45,43 [g] Węglowodany ogół.: 74,12 [g] Cukry: 4,92 [g] Błonnik: 10,42 [g] Tłuszcz: 29,86 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 8,36 [g] Sól: 2,89 [g]
<b>Alergeny: I-Gluten,II-Skorupiaki,III-Jaja,IV-ryby,V-orzeszki ziemne,VI-soja,VII-mleko, VIII-orzechy,IX-seler,X-groczyca,XI-nasiona sezamu,XII-dwutlenek siarki,XIII-tubin,XIV-mięczaki</b>						

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-29 do dnia 2023-11-29

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
5	29 listopada 2023	Dieta papkowata Wartość energetyczna: 2879,55 [kcal] Białko ogółem: 158,96 [g] Węglowodany ogółem: 355,85 [g] Cukry: 77,14 [g] Błonnik: 21,72 [g] Tłuszcz: 69,55 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,38 [g] Sól: 1,85 [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] Cukry: 25,35 [g] Błonnik: 4,36 [g] Tłuszcz: 32,55 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,03 [g] Sól: 0,52 [g]	Składniki: Koktajl owocowy 150 [ml] [Alergen: VII, ] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 169,00 [kcal] - 5,87% Białko ogół.: 6,45 [g] Węglowodany ogół.: 34,35 [g] Cukry: 29,15 [g] Błonnik: 2,60 [g] Tłuszcz: 1,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,19 [g] Sól: 0,23 [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] Cukry: 14,80 [g] Błonnik: 7,38 [g] Tłuszcz: 16,59 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,70 [g] Sól: 0,60 [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] Cukry: 7,84 [g] Błonnik: 7,38 [g] Tłuszcz: 19,16 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,46 [g] Sól: 0,50 [g]
<b>Alergeny: I-Gluten,II-Skorupiaki,III-Jaja,IV-ryby,V-orzeszki ziemne,VI-soja,VII-mleko, VIII-orzechy,IX-seler,X-groczyca,XI-nasiona sezamu,XII-dwutlenek siarki,XIII-lubin,XIV-mięczaki</b>						
6	29 listopada 2023	Dieta beztłuszczowa Wartość energetyczna: 2661,50 [kcal] Białko ogółem: 111,32 [g] Węglowodany ogółem: 458,07 [g] Cukry: 110,51 [g] Błonnik: 37,59 [g] Tłuszcz: 20,22 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,54 [g] Sól: 1,18 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 0% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Połudwica 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] - 29,93% Białko ogół.: 36,50 [g] Węglowodany ogół.: 148,37 [g] Cukry: 34,68 [g] Błonnik: 5,08 [g] Tłuszcz: 3,91 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,41 [g] Sól: 0,00 [g]	Składniki: Koktajl owocowy 150 [ml] [Alergen: VII, ] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 169,00 [kcal] - 6,35% Białko ogół.: 6,45 [g] Węglowodany ogół.: 34,35 [g] Cukry: 29,15 [g] Błonnik: 2,60 [g] Tłuszcz: 1,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,19 [g] Sól: 0,23 [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.: 1196,92 [kcal] - 44,97% Białko ogół.: 40,81 [g] Węglowodany ogół.: 181,90 [g] Cukry: 32,96 [g] Błonnik: 22,22 [g] Tłuszcz: 9,94 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,81 [g] Sól: 0,57 [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.: 498,98 [kcal] - 18,75% Białko ogół.: 27,56 [g] Węglowodany ogół.: 93,45 [g] Cukry: 13,72 [g] Błonnik: 7,69 [g] Tłuszcz: 5,12 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,13 [g] Sól: 0,38 [g]
<b>Alergeny: I-Gluten,II-Skorupiaki,III-Jaja,IV-ryby,V-orzeszki ziemne,VI-soja,VII-mleko, VIII-orzechy,IX-seler,X-groczyca,XI-nasiona sezamu,XII-dwutlenek siarki,XIII-lubin,XIV-mięczaki</b>						

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-29 do dnia 2023-11-29

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
7	29 listopada 2023	Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa Wartość energetyczna: 3062,64 [kcal] Białko ogółem: 125,68 [g] Węglowodany ogółem: 441,91 [g] Cukry: 122,50 [g] Błonnik: 36,45 [g] Tłuszcz: 69,33 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 10,12 [g] Sól: 1,98 [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] - 29,69% Białko ogół.: 46,02 [g] Węglowodany ogół.: 126,81 [g] Cukry: 36,39 [g] Błonnik: 3,76 [g] Tłuszcz: 25,55 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,99 [g] Sól: 0,46 [g]	Składniki: Koktajl owocowy 150 [ml] [Alergen: VII, ] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 169,00 [kcal] - 5,52% Białko ogół.: 6,45 [g] Węglowodany ogół.: 34,35 [g] Cukry: 29,15 [g] Błonnik: 2,60 [g] Tłuszcz: 1,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,19 [g] Sól: 0,23 [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.: 1269,77 [kcal] - 41,46% Białko ogół.: 40,30 [g] Węglowodany ogół.: 178,20 [g] Cukry: 32,95 [g] Błonnik: 22,10 [g] Tłuszcz: 19,88 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,35 [g] Sól: 0,57 [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.: 714,68 [kcal] - 23,34% Białko ogół.: 32,91 [g] Węglowodany ogół.: 102,55 [g] Cukry: 24,01 [g] Błonnik: 7,99 [g] Tłuszcz: 22,65 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,59 [g] Sól: 0,72 [g]
<b>Alergeny: I-Gluten,II-Skorupiaki,III-Jaja,IV-ryby,V-orzeszki ziemne,VI-soja,VII-mleko, VIII-orzechy,IX-seler,X-groczycza,XI-nasiona sezamu,XII-dwutlenek siarki,XIII-tubin,XIV-mięczaki</b>						
8	29 listopada 2023	Płynna wzmocniona Wartość energetyczna: 2921,83 [kcal] Białko ogółem: 159,83 [g] Węglowodany ogółem: 363,52 [g] Cukry: 77,16 [g] Błonnik: 21,97 [g] Tłuszcz: 70,51 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,45 [g] Sól: 1,85 [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] Cukry: 25,37 [g] Błonnik: 4,61 [g] Tłuszcz: 33,51 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,10 [g] Sól: 0,52 [g]	Składniki: Koktajl owocowy 150 [ml] [Alergen: VII, ] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 169,00 [kcal] - 5,78% Białko ogół.: 6,45 [g] Węglowodany ogół.: 34,35 [g] Cukry: 29,15 [g] Błonnik: 2,60 [g] Tłuszcz: 1,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,19 [g] Sól: 0,23 [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] Cukry: 14,80 [g] Błonnik: 7,38 [g] Tłuszcz: 16,59 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,70 [g] Sól: 0,60 [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] Cukry: 7,84 [g] Błonnik: 7,38 [g] Tłuszcz: 19,16 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,46 [g] Sól: 0,50 [g]
<b>Alergeny: I-Gluten,II-Skorupiaki,III-Jaja,IV-ryby,V-orzeszki ziemne,VI-soja,VII-mleko, VIII-orzechy,IX-seler,X-groczycza,XI-nasiona sezamu,XII-dwutlenek siarki,XIII-tubin,XIV-mięczaki</b>						

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-11-29 do dnia 2023-11-29

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
9	29 listopada 2023	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu bezmleczna Wartość energetyczna: 2497,30 [kcal] Białko ogółem: 104,96 [g] Węglowodany ogółem: 390,89 [g] Cukry: 73,87 [g] Błonnik: 37,22 [g] Tłuszcz: 37,81 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 14,89 [g] Sól: 1,09 [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] - 26,85% Białko ogół.: 36,55 [g] Węglowodany ogół.: 109,67 [g] Cukry: 19,41 [g] Błonnik: 6,75 [g] Tłuszcz: 10,69 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,52 [g] Sól: 0,14 [g]	Składniki: Bezmleczny koktajl owocowy 150 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 38,88 [kcal] - 1,56% Białko ogół.: 0,40 [g] Węglowodany ogół.: 9,42 [g] Cukry: 7,69 [g] Błonnik: 0,68 [g] Tłuszcz: 0,12 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,02 [g] Sól: 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.: 1188,77 [kcal] - 47,6% Białko ogół.: 40,30 [g] Węglowodany ogół.: 178,20 [g] Cukry: 32,95 [g] Błonnik: 22,10 [g] Tłuszcz: 10,88 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,03 [g] Sól: 0,57 [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.: 599,18 [kcal] - 23,99% Białko ogół.: 27,71 [g] Węglowodany ogół.: 93,60 [g] Cukry: 13,82 [g] Błonnik: 7,69 [g] Tłuszcz: 16,12 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,32 [g] Sól: 0,38 [g]
<b>Alergeny: I-Gluten,II-Skorupiaki,III-Jaja,IV-ryby,V-orzeszki ziemne,VI-soja,VII-mleko, VIII-orzechy,IX-seler,X-groczyca,XI-nasiona sezamu,XII-dwutlenek siarki,XIII-tubin,XIV-mięczaki</b>						