

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-12-03 do dnia 2023-12-03

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
1	3 grudnia 2023	Dieta podstawowa Wartość energetyczna: 2713,42 [kcal] Białko ogółem: 99,53 [g] Węglowodany ogółem: 336,76 [g] Cukry: 77,50 [g] Błonnik: 37,35 [g] Tłuszcz: 89,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 15,61 [g] Sól: 4,62 [g]	Składniki: Kasza manna na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII, ] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III, ] Pasta z buraka z olejem rzepakowym 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 814,88 [kcal] - 30,03% Białko ogół.: 32,59 [g] Węglowodany ogół.: 113,67 [g] Cukry: 26,75 [g] Błonnik: 12,44 [g] Tłuszcz: 27,86 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,57 [g] Sól: 1,99 [g]	Składniki: Budyń na mleku 2% 150 [g] [Alergen: VII, ]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 196,66 [kcal] - 7,25% Białko ogół.: 8,56 [g] Węglowodany ogół.: 29,45 [g] Cukry: 20,36 [g] Błonnik: 0,04 [g] Tłuszcz: 5,02 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,16 [g] Sól: 0,28 [g]	Składniki: Zupa rosół z makaronem 400 [ml] [Alergen: IX, I, ] Udko z kurczaka pieczone 200 [g] [Alergen: X, ] Sos pietruszkowy 80 [ml] [Alergen: I, IX, ] Ziemniaki 200 [g] Surówka z kapusty pekińskiej 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1249,06 [kcal] - 46,03% Białko ogół.: 47,58 [g] Węglowodany ogół.: 125,66 [g] Cukry: 23,25 [g] Błonnik: 14,53 [g] Tłuszcz: 38,55 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 9,59 [g] Sól: 0,90 [g]	Składniki: Serek wiejski 150 [g] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Sałata z marchewką surową z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 452,82 [kcal] - 16,69% Białko ogół.: 10,80 [g] Węglowodany ogół.: 67,98 [g] Cukry: 7,14 [g] Błonnik: 10,34 [g] Tłuszcz: 17,57 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,29 [g] Sól: 1,45 [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>						
2	3 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna Wartość energetyczna: 2626,13 [kcal] Białko ogółem: 104,75 [g] Węglowodany ogółem: 355,89 [g] Cukry: 81,40 [g] Błonnik: 23,92 [g] Tłuszcz: 67,52 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,97 [g] Sól: 1,96 [g]	Składniki: Kasza manna na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III, ] Pasta z buraka z olejem rzepakowym 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 847,28 [kcal] - 32,26% Białko ogół.: 32,83 [g] Węglowodany ogół.: 120,39 [g] Cukry: 26,91 [g] Błonnik: 4,77 [g] Tłuszcz: 27,50 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,32 [g] Sól: 0,69 [g]	Składniki: Budyń na mleku 2% 150 [g] [Alergen: VII, ]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 196,66 [kcal] - 7,49% Białko ogół.: 8,56 [g] Węglowodany ogół.: 29,45 [g] Cukry: 20,67 [g] Błonnik: 0,04 [g] Tłuszcz: 5,02 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,16 [g] Sól: 0,28 [g]	Składniki: Zupa lane ciasto na wywarze jarzynowym 400 [ml] [Alergen: IX, I, III, ] Bitka drobiowa 120 [g] [Alergen: I, ] Sos pietruszkowy 80 [ml] [Alergen: I, IX, ] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Marchew gotowana z dodatkiem oleju rzepakowego 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1114,97 [kcal] - 42,46% Białko ogół.: 52,32 [g] Węglowodany ogół.: 131,35 [g] Cukry: 26,97 [g] Błonnik: 16,44 [g] Tłuszcz: 19,79 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,97 [g] Sól: 0,84 [g]	Składniki: Serek wiejski 150 [g] 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.: 467,22 [kcal] - 17,79% Białko ogół.: 11,04 [g] Węglowodany ogół.: 74,70 [g] Cukry: 6,85 [g] Błonnik: 2,67 [g] Tłuszcz: 15,21 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,52 [g] Sól: 0,15 [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 2023-12-03 do dnia 2023-12-03

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
3	3 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu Wartość energetyczna: 2433,65 [kcal] Białko ogółem: 106,22 [g] Węglowodany ogółem: 371,32 [g] Cukry: 97,85 [g] Błonnik: 24,62 [g] Tłuszcz: 38,63 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,29 [g] Sól: 1,77 [g]	Składniki: Kasza manna na mleku 2% 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, ] Szpinak gotowany 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 759,67 [kcal] - 31,22% Białko ogół.: 33,54 [g] Węglowodany ogół.: 110,70 [g] Cukry: 21,80 [g] Błonnik: 4,65 [g] Tłuszcz: 21,72 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,47 [g] Sól: 0,64 [g]	Składniki: Budyń na mleku 0,5% 150 [g] [Alergen: VII, ] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 166,66 [kcal] - 6,85% Białko ogół.: 8,81 [g] Węglowodany ogół.: 29,95 [g] Cukry: 20,67 [g] Błonnik: 0,04 [g] Tłuszcz: 1,27 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,03 [g] Sól: 0,28 [g]	Składniki: Zupa lane ciasto na wywarze jarzynowym 400 [ml] [Alergen: IX, I, III, ] Bitka drobiowa 120 [g] [Alergen: I, ] Sos pietruszkowy 80 [ml] [Alergen: I, IX, ] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Marchew gotowana z ograniczonym dodatkiem oleju rzepakowego 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1002,47 [kcal] - 41,19% Białko ogół.: 52,32 [g] Węglowodany ogół.: 131,35 [g] Cukry: 26,97 [g] Błonnik: 16,44 [g] Tłuszcz: 7,29 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,74 [g] Sól: 0,84 [g]	Składniki: Serek wiejski 150 [g] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII, ] Mus owocowy 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 504,85 [kcal] - 20,74% Białko ogół.: 11,55 [g] Węglowodany ogół.: 99,32 [g] Cukry: 28,41 [g] Błonnik: 3,49 [g] Tłuszcz: 8,35 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,05 [g] Sól: 0,01 [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	3 grudnia 2023	Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów Wartość energetyczna: 2396,05 [kcal] Białko ogółem: 99,32 [g] Węglowodany ogółem: 267,51 [g] Cukry: 58,83 [g] Błonnik: 17,56 [g] Tłuszcz: 83,96 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,25 [g] Sól: 1,79 [g]	Składniki: Kasza manna na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII, ] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III, ] Pasta z buraka z olejem rzepakowym 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 802,91 [kcal] - 33,51% Białko ogół.: 32,59 [g] Węglowodany ogół.: 110,68 [g] Cukry: 23,91 [g] Błonnik: 4,78 [g] Tłuszcz: 27,86 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,32 [g] Sól: 0,69 [g]	Składniki: Budyń na mleku 2% 150 [g] [Alergen: VII, ] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 196,66 [kcal] - 8,21% Białko ogół.: 8,56 [g] Węglowodany ogół.: 29,45 [g] Cukry: 20,67 [g] Błonnik: 0,04 [g] Tłuszcz: 5,02 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,16 [g] Sól: 0,28 [g]	Składniki: Zupa rosół z lanym ciastem 400 [ml] [Alergen: IX, I, III, ] Bitka drobiowa 120 [g] [Alergen: I, ] Sos pietruszkowy. 80 [ml] [Alergen: IX, ] Ziemniaki z koperkiem. 200 [g] Surówka z kapusty pekińskiej 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 955,63 [kcal] - 39,88% Białko ogół.: 47,37 [g] Węglowodany ogół.: 62,39 [g] Cukry: 10,40 [g] Błonnik: 10,06 [g] Tłuszcz: 33,51 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 9,73 [g] Sól: 0,67 [g]	Składniki: Serek wiejski 150 [g] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Sałata z marchewką surową z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 440,85 [kcal] - 18,4% Białko ogół.: 10,80 [g] Węglowodany ogół.: 64,99 [g] Cukry: 3,85 [g] Błonnik: 2,68 [g] Tłuszcz: 17,57 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,04 [g] Sól: 0,15 [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 2023-12-03 do dnia 2023-12-03

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
5	3 grudnia 2023	Dieta papkowata Wartość energetyczna: 2877,21 [kcal] Białko ogółem: 161,32 [g] Węglowodany ogółem: 351,45 [g] Cukry: 68,35 [g] Błonnik: 19,16 [g] Tłuszcz: 69,57 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,22 [g] Sól: 1,90 [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] - 31,44% Białko ogół.: 41,09 [g] Węglowodany ogół.: 113,36 [g] Cukry: 25,77 [g] Błonnik: 4,36 [g] Tłuszcz: 32,55 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,03 [g] Sól: 0,52 [g]	Składniki: Budyń na mleku 0,5% 150 [g] [Alergen: VII, ] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 166,66 [kcal] - 5,79% Białko ogół.: 8,81 [g] Węglowodany ogół.: 29,95 [g] Cukry: 20,67 [g] Błonnik: 0,04 [g] Tłuszcz: 1,27 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,03 [g] Sól: 0,28 [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] - 37,28% Białko ogół.: 60,64 [g] Węglowodany ogół.: 115,12 [g] Cukry: 14,43 [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] - 25,49% Białko ogół.: 50,78 [g] Węglowodany ogół.: 93,02 [g] Cukry: 7,48 [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-łubin,XIV-mięczaki</b>						
6	3 grudnia 2023	Dieta beztłuszczowa Wartość energetyczna: 2452,68 [kcal] Białko ogółem: 120,11 [g] Węglowodany ogółem: 406,18 [g] Cukry: 70,54 [g] Błonnik: 26,41 [g] Tłuszcz: 15,66 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,15 [g] Sól: 1,38 [g]	Składniki: Kasza manna na mleku 0% 300 [ml] [Alergen: I, VII, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Pasta z białek jajka 100 [g] [Alergen: III, IX, ] Szpinak gotowany 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,0% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 795,20 [kcal] - 32,42% Białko ogół.: 36,68 [g] Węglowodany ogół.: 145,96 [g] Cukry: 7,09 [g] Błonnik: 6,44 [g] Tłuszcz: 5,06 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,02 [g] Sól: 0,53 [g]	Składniki: Budyń na mleku 0,0% 150 [g] [Alergen: VII, ] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 151,66 [kcal] - 6,18% Białko ogół.: 8,31 [g] Węglowodany ogół.: 29,70 [g] Cukry: 8,17 [g] Błonnik: 0,04 [g] Tłuszcz: 0,02 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,01 [g] Sól: 0,00 [g]	Składniki: Zupa lane ciasto na wywarze jarzynowym 400 [ml] [Alergen: IX, I, III, ] Bitka drobiowa 120 [g] [Alergen: I, ] 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.: 997,97 [kcal] - 40,69% Białko ogół.: 52,32 [g] Węglowodany ogół.: 131,35 [g] Cukry: 26,97 [g] Błonnik: 16,44 [g] Tłuszcz: 6,79 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,61 [g] Sól: 0,84 [g]	Składniki: Polędwica drobiowa. 60 [g] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Mus owocowy 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 507,85 [kcal] - 20,71% Białko ogół.: 22,80 [g] Węglowodany ogół.: 99,17 [g] Cukry: 28,31 [g] Błonnik: 3,49 [g] Tłuszcz: 3,79 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,51 [g] Sól: 0,01 [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-łubin,XIV-mięczaki</b>						

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-12-03 do dnia 2023-12-03

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
7	3 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa Wartość energetyczna: 2737,73 [kcal] Białko ogółem: 121,71 [g] Węglowodany ogółem: 362,48 [g] Cukry: 86,70 [g] Błonnik: 25,34 [g] Tłuszcz: 70,97 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 10,66 [g] Sól: 2,38 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III, ] Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III, ] Pasta z buraka z olejem rzepakowym 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 916,88 [kcal] - 33,49% Białko ogół.: 39,44 [g] Węglowodany ogół.: 119,03 [g] Cukry: 26,39 [g] Błonnik: 6,19 [g] Tłuszcz: 32,45 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,71 [g] Sól: 0,87 [g]	Składniki: Budyń na mleku 2% 150 [g] [Alergen: VII, ]   Wartości odżywcze: Wart. energet.: 196,66 [kcal] - 7,18% Białko ogół.: 8,56 [g] Węglowodany ogół.: 29,45 [g] Cukry: 20,36 [g] Błonnik: 0,04 [g] Tłuszcz: 5,02 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,16 [g] Sól: 0,28 [g]	Składniki: Zupa lane ciasto na wywarze jarzynowym 400 [ml] [Alergen: IX, I, III, ] Bitka drobiowa 120 [g] [Alergen: I, ] 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.: 1042,97 [kcal] - 38,1% Białko ogół.: 52,32 [g] Węglowodany ogół.: 131,35 [g] Cukry: 26,87 [g] Błonnik: 16,44 [g] Tłuszcz: 11,79 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,90 [g] Sól: 0,84 [g]	Składniki: Serek wiejski 150 [g] Jogurt 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.: 581,22 [kcal] - 21,23% Białko ogół.: 21,39 [g] Węglowodany ogół.: 82,65 [g] Cukry: 13,08 [g] Błonnik: 2,67 [g] Tłuszcz: 21,71 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,89 [g] Sól: 0,39 [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>						
8	3 grudnia 2023	Płynna wzmocniona Wartość energetyczna: 2919,49 [kcal] Białko ogółem: 162,19 [g] Węglowodany ogółem: 359,12 [g] Cukry: 68,36 [g] Błonnik: 19,41 [g] Tłuszcz: 70,53 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,29 [g] Sól: 1,90 [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] - 32,43% Białko ogół.: 41,96 [g] Węglowodany ogół.: 121,03 [g] Cukry: 25,78 [g] Błonnik: 4,61 [g] Tłuszcz: 33,51 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,10 [g] Sól: 0,52 [g]	Składniki: Budyń na mleku 0,5% 150 [g] [Alergen: VII, ]   Wartości odżywcze: Wart. energet.: 166,66 [kcal] - 5,71% Białko ogół.: 8,81 [g] Węglowodany ogół.: 29,95 [g] Cukry: 20,67 [g] Błonnik: 0,04 [g] Tłuszcz: 1,27 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,03 [g] Sól: 0,28 [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] - 36,74% Białko ogół.: 60,64 [g] Węglowodany ogół.: 115,12 [g] Cukry: 14,43 [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] - 25,12% Białko ogół.: 50,78 [g] Węglowodany ogół.: 93,02 [g] Cukry: 7,48 [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-tubin,XIV-mięczaki</b>						

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-12-03 do dnia 2023-12-03

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
9	3 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu bezmleczna Wartość energetyczna: 2409,29 [kcal] Białko ogółem: 108,13 [g] Węglowodany ogółem: 363,45 [g] Cukry: 82,86 [g] Błonnik: 24,85 [g] Tłuszcz: 38,69 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,71 [g] Sól: 1,43 [g]	Składniki: Kasza manna na mleku 2% 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, ] Szpinak gotowany 100 [g] Kawa zbożowa 250 [ml] Cukier 3 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 740,17 [kcal] - 30,72% Białko ogół.: 31,79 [g] Węglowodany ogół.: 108,15 [g] Cukry: 19,30 [g] Błonnik: 4,65 [g] Tłuszcz: 21,47 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,47 [g] Sól: 0,58 [g]	Składniki: Budyń na mleku roślinnym 150 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 69,30 [kcal] - 2,88% Białko ogół.: 0,06 [g] Węglowodany ogół.: 17,23 [g] Cukry: 8,18 [g] Błonnik: 0,04 [g] Tłuszcz: 0,02 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,01 [g] Sól: 0,00 [g]	Składniki: Zupa lane ciasto na wywarze jarzynowym 400 [ml] [Alergen: IX, I, III, ] Bitka drobiowa. 120 [g] [Alergen: I, ] Sos pietruszkowy 80 [ml] [Alergen: I, IX, ] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Marchew gotowana z ograniczonym dodatkiem oleju rzepakowego 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1036,77 [kcal] - 43,03% Białko ogół.: 53,33 [g] Węglowodany ogół.: 138,75 [g] Cukry: 26,97 [g] Błonnik: 16,67 [g] Tłuszcz: 7,41 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,82 [g] Sól: 0,84 [g]	Składniki: Polędwica drobiowa. 60 [g] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII, ] Mus owocowy 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 563,05 [kcal] - 23,37% Białko ogół.: 22,95 [g] Węglowodany ogół.: 99,32 [g] Cukry: 28,41 [g] Błonnik: 3,49 [g] Tłuszcz: 9,79 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,41 [g] Sól: 0,01 [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>						