

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-12-10 do dnia 2023-12-10

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
1	10 grudnia 2023	Dieta podstawowa Wartość energetyczna: 2668,26 [kcal] Białko ogółem: 116,87 [g] Węglowodany ogółem: 337,87 [g] Cukry: 81,20 [g] Błonnik: 40,91 [g] Tłuszcz: 75,37 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 10,68 [g] Sól: 3,92 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Szynka z kurczaka 60 [g] Ogórek zielony 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 764,27 [kcal] - 28,64% Białko ogół.: 38,59 [g] Węglowodany ogół.: 102,11 [g] Cukry: 22,41 [g] Błonnik: 12,06 [g] Tłuszcz: 23,84 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,98 [g] Sól: 1,73 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 100 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,06% Białko ogół.: 0,40 [g] Węglowodany ogół.: 12,00 [g] Cukry: 10,90 [g] Błonnik: 1,10 [g] Tłuszcz: 0,20 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Sól: 0,00 [g]	Składniki: Zupa kapuśniak na wywarze mięsnym 400 [ml] [Alergen: IX, VII,] Pulpet drobiowy 140 [g] [Alergen: III, I,] Sos koperkowy 80 [g] [Alergen: IX, I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Surówka marchew z groszkiem 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1287,25 [kcal] - 48,24% Białko ogół.: 52,42 [g] Węglowodany ogół.: 146,02 [g] Cukry: 31,27 [g] Błonnik: 17,88 [g] Tłuszcz: 32,71 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,05 [g] Sól: 0,79 [g]	Składniki: Pasta z twarogu z rzodkiewką 80 [g] [Alergen: VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Jabłko 150 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 561,74 [kcal] - 21,05% Białko ogół.: 25,46 [g] Węglowodany ogół.: 77,74 [g] Cukry: 16,62 [g] Błonnik: 9,87 [g] Tłuszcz: 18,62 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,65 [g] Sól: 1,40 [g]
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						
2	10 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna Wartość energetyczna: 2607,64 [kcal] Białko ogółem: 118,43 [g] Węglowodany ogółem: 338,28 [g] Cukry: 73,89 [g] Błonnik: 25,79 [g] Tłuszcz: 66,01 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,10 [g] Sól: 1,34 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Szynka z kurczaka 60 [g] Marchew gotowana w plastrach z olejem rzepakowym 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 873,71 [kcal] - 33,51% Białko ogół.: 39,47 [g] Węglowodany ogół.: 118,23 [g] Cukry: 27,65 [g] Błonnik: 9,12 [g] Tłuszcz: 28,66 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,15 [g] Sól: 0,70 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 100 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,11% Białko ogół.: 0,40 [g] Węglowodany ogół.: 12,00 [g] Cukry: 10,90 [g] Błonnik: 1,10 [g] Tłuszcz: 0,20 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Sól: 0,00 [g]	Składniki: Zupa lane ciasto na wywarze jarzynowym 400 [ml] [Alergen: IX, I, III,] Pulpet drobiowy 140 [g] [Alergen: III, I,] Sos koperkowy 80 [g] [Alergen: IX, I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Szpinak duszony z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1083,50 [kcal] - 41,55% Białko ogół.: 52,74 [g] Węglowodany ogół.: 123,35 [g] Cukry: 19,06 [g] Błonnik: 13,26 [g] Tłuszcz: 18,88 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,54 [g] Sól: 0,54 [g]	Składniki: Pasta z twarogu z pietruszką 80 [g] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Jabłko gotowane 150 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 595,43 [kcal] - 22,83% Białko ogół.: 25,82 [g] Węglowodany ogół.: 84,70 [g] Cukry: 16,28 [g] Błonnik: 2,31 [g] Tłuszcz: 18,27 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,41 [g] Sól: 0,10 [g]
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						

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-12-10 do dnia 2023-12-10

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
3	10 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu Wartość energetyczna: 2388,44 [kcal] Białko ogółem: 119,76 [g] Węglowodany ogółem: 338,92 [g] Cukry: 74,53 [g] Błonnik: 25,79 [g] Tłuszcz: 40,64 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,24 [g] Sól: 1,33 [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,] Szynka z kurczaka 60 [g] Marchew gotowana w plasterkach. 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 738,71 [kcal] - 30,93% Białko ogół.: 39,87 [g] Węglowodany ogół.: 118,98 [g] Cukry: 28,36 [g] Błonnik: 9,12 [g] Tłuszcz: 13,03 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,67 [g] Sól: 0,70 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 100 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,3% Białko ogół.: 0,40 [g] Węglowodany ogół.: 12,00 [g] Cukry: 10,90 [g] Błonnik: 1,10 [g] Tłuszcz: 0,20 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Sól: 0,00 [g]	Składniki: Zupa lane ciasto na wywarze jarzynowym 400 [ml] [Alergen: IX, I, III,] Pulpet drobiowy 140 [g] [Alergen: III, I,] Sos koperkowy 80 [g] [Alergen: IX, I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Szpinak duszony z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1083,50 [kcal] - 45,36% Białko ogół.: 52,74 [g] Węglowodany ogół.: 123,35 [g] Cukry: 19,06 [g] Błonnik: 13,26 [g] Tłuszcz: 18,88 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,54 [g] Sól: 0,54 [g]	Składniki: Pasta z twarogu z pietruszką (ser krajanka chudy) 80 [g] [Alergen: VII,] 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.: 511,23 [kcal] - 21,4% Białko ogół.: 26,75 [g] Węglowodany ogół.: 84,59 [g] Cukry: 16,21 [g] Błonnik: 2,31 [g] Tłuszcz: 8,53 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,03 [g] Sól: 0,09 [g]
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						
4	10 grudnia 2023	Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów Wartość energetyczna: 2537,87 [kcal] Białko ogółem: 138,28 [g] Węglowodany ogółem: 284,79 [g] Cukry: 47,06 [g] Błonnik: 34,96 [g] Tłuszcz: 67,67 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 19,13 [g] Sól: 5,10 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Szynka z kurczaka 60 [g] Ogórek zielony 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 752,30 [kcal] - 29,64% Białko ogół.: 38,59 [g] Węglowodany ogół.: 99,12 [g] Cukry: 19,42 [g] Błonnik: 12,06 [g] Tłuszcz: 23,84 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,98 [g] Sól: 1,73 [g]	Składniki: Serek wiejski naturalny 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 226,50 [kcal] - 8,92% Białko ogół.: 22,50 [g] Węglowodany ogół.: 4,95 [g] Cukry: 4,95 [g] Błonnik: 0,00 [g] Tłuszcz: 6,45 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 11,03 [g] Sól: 1,43 [g]	Składniki: Zupa lane ciasto na wywarze jarzynowym 400 [ml] [Alergen: IX, I, III,] Pulpet drobiowy 140 [g] [Alergen: III, I,] Sos koperkowy. 80 [g] [Alergen: IX,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Szpinak duszony z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1009,30 [kcal] - 39,77% Białko ogół.: 51,73 [g] Węglowodany ogół.: 105,97 [g] Cukry: 9,06 [g] Błonnik: 13,03 [g] Tłuszcz: 18,76 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,47 [g] Sól: 0,54 [g]	Składniki: Pasta z twarogu z rzodkiewką 80 [g] [Alergen: VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Jabłko 150 [g] Herbata 250 [ml] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 549,77 [kcal] - 21,66% Białko ogół.: 25,46 [g] Węglowodany ogół.: 74,75 [g] Cukry: 13,63 [g] Błonnik: 9,87 [g] Tłuszcz: 18,62 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,65 [g] Sól: 1,40 [g]
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						

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-12-10 do dnia 2023-12-10

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
5	10 grudnia 2023	Dieta papkowata Wartość energetyczna: 2765,55 [kcal] Białko ogółem: 152,91 [g] Węglowodany ogółem: 333,50 [g] Cukry: 58,89 [g] Błonnik: 20,22 [g] Tłuszcz: 68,50 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,19 [g] Sól: 1,62 [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] - 32,71% 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: Mus owocowy pasteryzowany 100 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 1,99% Białko ogół.: 0,40 [g] Węglowodany ogół.: 12,00 [g] Cukry: 10,90 [g] Błonnik: 1,10 [g] Tłuszcz: 0,20 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Sól: 0,00 [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] - 38,79% 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] - 26,52% 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]
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						
6	10 grudnia 2023	Dieta beztłuszczowa Wartość energetyczna: 2262,04 [kcal] Białko ogółem: 117,84 [g] Węglowodany ogółem: 362,19 [g] Cukry: 73,31 [g] Błonnik: 25,03 [g] Tłuszcz: 13,73 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,96 [g] Sól: 0,91 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 0% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Szynka z kurczaka 60 [g] Marchew gotowana w plastrach b/tł 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,0% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 783,51 [kcal] - 34,64% Białko ogół.: 39,02 [g] Węglowodany ogół.: 143,48 [g] Cukry: 27,56 [g] Błonnik: 9,12 [g] Tłuszcz: 4,28 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,48 [g] Sól: 0,30 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 100 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,43% Białko ogół.: 0,40 [g] Węglowodany ogół.: 12,00 [g] Cukry: 10,90 [g] Błonnik: 1,10 [g] Tłuszcz: 0,20 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Sól: 0,00 [g]	Składniki: Zupa lane ciasto na wywarze jarzynowym 400 [ml] [Alergen: IX, I, III,] Pulpet drobiowy 140 [g] [Alergen: III, I,] Sos koperkowy 80 [g] [Alergen: IX, I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Szpinak duszony b/tł. 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 967,50 [kcal] - 42,77% Białko ogół.: 51,82 [g] Węglowodany ogół.: 122,27 [g] Cukry: 18,74 [g] Błonnik: 12,50 [g] Tłuszcz: 6,72 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,35 [g] Sól: 0,52 [g]	Składniki: Pasta z twarogu z pietruszką (ser krajanka chudy) 80 [g] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Jabłko gotowane 150 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 456,03 [kcal] - 20,16% Białko ogół.: 26,60 [g] Węglowodany ogół.: 84,44 [g] Cukry: 16,11 [g] Błonnik: 2,31 [g] Tłuszcz: 2,53 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,13 [g] Sól: 0,09 [g]
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						

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-12-10 do dnia 2023-12-10

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
7	10 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa Wartość energetyczna: 2752,64 [kcal] Białko ogółem: 124,68 [g] Węglowodany ogółem: 349,98 [g] Cukry: 80,19 [g] Błonnik: 25,79 [g] Tłuszcz: 70,86 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 8,60 [g] Sól: 1,82 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Szynka z kurczaka 60 [g] Jogurt naturalny 0% 150 [g] [Alergen: VII,] Marchew gotowana w plasterach z olejem rzepakowym 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 948,71 [kcal] - 34,47% Białko ogół.: 39,47 [g] Węglowodany ogół.: 129,63 [g] Cukry: 33,95 [g] Błonnik: 9,12 [g] Tłuszcz: 28,66 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,15 [g] Sól: 1,00 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 100 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,0% Białko ogół.: 0,40 [g] Węglowodany ogół.: 12,00 [g] Cukry: 10,90 [g] Błonnik: 1,10 [g] Tłuszcz: 0,20 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Sól: 0,00 [g]	Składniki: Zupa lane ciasto na wywarze jarzynowym 400 [ml] [Alergen: IX, I, III,] Pulpet drobiowy 140 [g] [Alergen: III, I,] Sos koperkowy 80 [g] [Alergen: IX, I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Szpinak duszony z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1083,50 [kcal] - 39,36% Białko ogół.: 52,74 [g] Węglowodany ogół.: 123,35 [g] Cukry: 19,06 [g] Błonnik: 13,26 [g] Tłuszcz: 18,88 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,54 [g] Sól: 0,54 [g]	Składniki: Pasta z twarogu z pietruszką 80 [g] [Alergen: VII,] Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Jabłko gotowane 150 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 665,43 [kcal] - 24,17% Białko ogół.: 32,07 [g] Węglowodany ogół.: 85,00 [g] Cukry: 16,28 [g] Błonnik: 2,31 [g] Tłuszcz: 23,12 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,91 [g] Sól: 0,28 [g]
Alergeny: I-Gluten,II-Skorupiaki,III-Jaja,IV-ryby,V-orzeszki ziemne,VI-soja,VII-mleko, VIII-orzechy,IX-seler,X-grocyca,XI-nasiona sezamu,XII-dwutlenek siarki,XIII-lubin,XIV-mięczaki						
8	10 grudnia 2023	Płynna wzmocniona Wartość energetyczna: 2807,83 [kcal] Białko ogółem: 153,78 [g] Węglowodany ogółem: 341,17 [g] Cukry: 58,91 [g] Błonnik: 20,47 [g] Tłuszcz: 69,46 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,26 [g] Sól: 1,62 [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] - 33,72% 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: Mus owocowy pasteryzowany 100 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 1,96% Białko ogół.: 0,40 [g] Węglowodany ogół.: 12,00 [g] Cukry: 10,90 [g] Błonnik: 1,10 [g] Tłuszcz: 0,20 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Sól: 0,00 [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] - 38,2% 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] - 26,12% 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]
Alergeny: I-Gluten,II-Skorupiaki,III-Jaja,IV-ryby,V-orzeszki ziemne,VI-soja,VII-mleko, VIII-orzechy,IX-seler,X-grocyca,XI-nasiona sezamu,XII-dwutlenek siarki,XIII-lubin,XIV-mięczaki						

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-12-10 do dnia 2023-12-10

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
9	10 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu bezmleczna Wartość energetyczna: 2274,22 [kcal] Białko ogółem: 116,30 [g] Węglowodany ogółem: 323,39 [g] Cukry: 57,08 [g] Błonnik: 27,85 [g] Tłuszcz: 37,97 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,16 [g] Sól: 1,02 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na wywarze mięsnym 300 [ml] [Alergen: IX,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Szyńka z kurczaka 60 [g] Marchew gotowana w plasterkach z olejem rzepakowym 100 [g] Kawa zbożowa 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 702,38 [kcal] - 30,88% Białko ogół.: 39,07 [g] Węglowodany ogół.: 104,78 [g] Cukry: 12,29 [g] Błonnik: 10,79 [g] Tłuszcz: 16,06 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,88 [g] Sól: 0,44 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 100 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,42% Białko ogół.: 0,40 [g] Węglowodany ogół.: 12,00 [g] Cukry: 10,90 [g] Błonnik: 1,10 [g] Tłuszcz: 0,20 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Sól: 0,00 [g]	Składniki: Zupa lane ciasto na wywarze jarzynowym 400 [ml] [Alergen: IX, I, III,] Pulpet drobiowy 140 [g] [Alergen: III, I,] Sos koperkowy 80 [g] [Alergen: IX, I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Szpinak duszony z olejem rzepakowym. 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1003,50 [kcal] - 44,13% Białko ogół.: 51,82 [g] Węglowodany ogół.: 122,27 [g] Cukry: 18,74 [g] Błonnik: 12,50 [g] Tłuszcz: 10,72 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,38 [g] Sól: 0,52 [g]	Składniki: Pasta z ryby 100 [g] [Alergen: IV, 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.: 513,34 [kcal] - 22,57% Białko ogół.: 25,01 [g] Węglowodany ogół.: 84,34 [g] Cukry: 15,15 [g] Błonnik: 3,46 [g] Tłuszcz: 10,99 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,90 [g] Sól: 0,06 [g]
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						