

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-12-13 do dnia 2023-12-13

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
1	13 grudnia 2023	Dieta podstawowa Wartość energetyczna: 2771,20 [kcal] Białko ogółem: 108,16 [g] Węglowodany ogółem: 383,07 [g] Cukry: 65,13 [g] Błonnik: 44,96 [g] Tłuszcz: 71,30 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 11,51 [g] Sól: 5,27 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Szynka drobiowa. 60 [g] Papryka czerwona 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 662,75 [kcal] - 23,92% Białko ogół.: 36,96 [g] Węglowodany ogół.: 104,15 [g] Cukry: 24,44 [g] Błonnik: 13,16 [g] Tłuszcz: 12,64 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,37 [g] Sól: 3,03 [g]	Składniki: Deser owocowo-mleczny 150 [g] [Alergen: VII, ]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 66,38 [kcal] - 2,4% Białko ogół.: 4,50 [g] Węglowodany ogół.: 7,58 [g] Cukry: 5,58 [g] Błonnik: 0,00 [g] Tłuszcz: 2,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,06 [g] Sól: 0,16 [g]	Składniki: Zupa jarzynowa na wywarze mięsnym 400 [ml] [Alergen: IX, VII, I, ] Kluski śląskie 200 [g] [Alergen: III, ] Sos mięsno-pomidorowy 200 [g] [Alergen: I, ] Sałatka z buraków z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1287,36 [kcal] - 46,45% Białko ogół.: 42,74 [g] Węglowodany ogół.: 170,88 [g] Cukry: 27,54 [g] Błonnik: 13,84 [g] Tłuszcz: 24,31 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,07 [g] Sól: 0,59 [g]	Składniki: Paszтет z fasoli 100 [g] [Alergen: IX, III, ] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Ogórek kiszony 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 754,71 [kcal] - 27,23% Białko ogół.: 23,96 [g] Węglowodany ogół.: 100,46 [g] Cukry: 7,57 [g] Błonnik: 17,96 [g] Tłuszcz: 32,35 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,01 [g] Sól: 1,49 [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	13 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna Wartość energetyczna: 2791,59 [kcal] Białko ogółem: 113,82 [g] Węglowodany ogółem: 387,94 [g] Cukry: 77,29 [g] Błonnik: 25,65 [g] Tłuszcz: 64,23 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 10,19 [g] Sól: 2,70 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Szynka drobiowa. 60 [g] Banan 120 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 846,00 [kcal] - 30,31% Białko ogół.: 36,95 [g] Węglowodany ogół.: 123,12 [g] Cukry: 34,77 [g] Błonnik: 5,08 [g] Tłuszcz: 23,65 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,09 [g] Sól: 1,72 [g]	Składniki: Deser owocowo-mleczny 150 [g] [Alergen: VII, ]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 66,38 [kcal] - 2,38% Białko ogół.: 4,50 [g] Węglowodany ogół.: 7,58 [g] Cukry: 5,58 [g] Błonnik: 0,00 [g] Tłuszcz: 2,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,06 [g] Sól: 0,16 [g]	Składniki: Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I, ] Kluski śląskie 200 [g] [Alergen: III, ] Sos mięsno-pomidorowy. 200 [g] [Alergen: I, ] Sałatka z buraków z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 9 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1239,46 [kcal] - 44,4% Białko ogół.: 40,47 [g] Węglowodany ogół.: 179,67 [g] Cukry: 28,79 [g] Błonnik: 16,59 [g] Tłuszcz: 14,43 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,95 [g] Sól: 0,45 [g]	Składniki: Pasta drobiowa 80 [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.: 639,75 [kcal] - 22,92% Białko ogół.: 31,90 [g] Węglowodany ogół.: 77,57 [g] Cukry: 8,15 [g] Błonnik: 3,98 [g] Tłuszcz: 24,15 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,09 [g] Sól: 0,37 [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 2023-12-13 do dnia 2023-12-13

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
3	13 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu Wartość energetyczna: 2656,16 [kcal] Białko ogółem: 110,90 [g] Węglowodany ogółem: 406,86 [g] Cukry: 85,70 [g] Błonnik: 33,06 [g] Tłuszcz: 40,49 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 16,44 [g] Sól: 3,20 [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 drobiowa. 60 [g] Banan 120 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 753,00 [kcal] - 28,35% Białko ogół.: 37,30 [g] Węglowodany ogół.: 123,77 [g] Cukry: 35,38 [g] Błonnik: 5,08 [g] Tłuszcz: 12,77 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,67 [g] Sól: 1,72 [g]	Składniki: Deser owocowo-mleczny (jogurt naturalny 0%) 150 [g] [Alergen: VII, ] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 81,38 [kcal] - 3,06% Białko ogół.: 0,20 [g] Węglowodany ogół.: 12,78 [g] Cukry: 7,68 [g] Błonnik: 0,00 [g] Tłuszcz: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Sól: 0,30 [g]	Składniki: Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I, ] Kluski śląskie 200 [g] [Alergen: III, ] Sos mięsno-pomidorowy. 200 [g] [Alergen: I, ] Włoszczyzna duszona z mniejszą ilością oleju rzepakowego 150 [g] [Alergen: IX, ] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1241,64 [kcal] - 46,75% Białko ogół.: 40,71 [g] Węglowodany ogół.: 186,26 [g] Cukry: 30,78 [g] Błonnik: 21,33 [g] Tłuszcz: 12,80 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,64 [g] Sól: 0,66 [g]	Składniki: Pasta drobiowa 100 [g] [Alergen: IX, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII, ] Marchew gotowana w plastrach b/tł 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 580,14 [kcal] - 21,84% Białko ogół.: 32,69 [g] Węglowodany ogół.: 84,05 [g] Cukry: 11,86 [g] Błonnik: 6,65 [g] Tłuszcz: 14,92 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,13 [g] Sól: 0,52 [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	13 grudnia 2023	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Wartość energetyczna: 2355,72 [kcal] Białko ogółem: 101,06 [g] Węglowodany ogółem: 280,35 [g] Cukry: 50,40 [g] Błonnik: 40,37 [g] Tłuszcz: 71,40 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,33 [g] Sól: 5,15 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Szynka drobiowa. 60 [g] Papryka czerwona 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 755,50 [kcal] - 32,07% Białko ogół.: 37,05 [g] Węglowodany ogół.: 101,25 [g] Cukry: 21,53 [g] Błonnik: 13,16 [g] Tłuszcz: 24,20 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,53 [g] Sól: 3,03 [g]	Składniki: Maślanka naturalna 150 [g] [Alergen: VII, ] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,50 [kcal] - 2,36% Białko ogół.: 5,10 [g] Węglowodany ogół.: 7,05 [g] Cukry: 7,05 [g] Błonnik: 0,00 [g] Tłuszcz: 0,75 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,01 [g] Sól: 0,23 [g]	Składniki: Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I, ] Kluski śląskie, 200 [g] [Alergen: III, ] Sos mięsno-pomidorowy. 200 [g] [Alergen: I, ] Sałatka z buraków z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy bez cukru 250 [ml] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 801,98 [kcal] - 34,04% Białko ogół.: 34,95 [g] Węglowodany ogół.: 74,58 [g] Cukry: 17,24 [g] Błonnik: 9,25 [g] Tłuszcz: 14,10 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,78 [g] Sól: 0,40 [g]	Składniki: Paszet z fasoli 100 [g] [Alergen: IX, III, ] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Ogórek kiszony 100 [g] Herbata 250 [ml] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 742,74 [kcal] - 31,53% Białko ogół.: 23,96 [g] Węglowodany ogół.: 97,47 [g] Cukry: 4,58 [g] Błonnik: 17,96 [g] Tłuszcz: 32,35 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,01 [g] Sól: 1,49 [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 2023-12-13 do dnia 2023-12-13

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
5	13 grudnia 2023	Dieta papkowata Wartość energetyczna: 2740,55 [kcal] Białko ogółem: 155,91 [g] Węglowodany ogółem: 326,10 [g] Cukry: 52,59 [g] Błonnik: 19,12 [g] Tłuszcz: 68,05 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,17 [g] Sól: 1,79 [g]	Składniki: Papka bogatobiałkowa śniadanie 700 [ml] [Alergen: VII, I, ] Kawa zbożowa 250 [ml] Cukier 3 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 878,99 [kcal] - 32,07% Białko ogół.: 39,39 [g] Węglowodany ogół.: 110,91 [g] Cukry: 22,90 [g] Błonnik: 4,36 [g] Tłuszcz: 31,55 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,00 [g] Sól: 0,46 [g]	Składniki: Maślanka naturalna 150 [g] [Alergen: VII, ]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,50 [kcal] - 2,03% Białko ogół.: 5,10 [g] Węglowodany ogół.: 7,05 [g] Cukry: 7,05 [g] Błonnik: 0,00 [g] Tłuszcz: 0,75 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,01 [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] - 39,14% 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] - 26,76% 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-łubin,XIV-mięczaki</b>						
6	13 grudnia 2023	Dieta beztłuszczowa Wartość energetyczna: 2623,91 [kcal] Białko ogółem: 114,76 [g] Węglowodany ogółem: 429,81 [g] Cukry: 82,81 [g] Błonnik: 33,18 [g] Tłuszcz: 25,05 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,90 [g] Sól: 2,66 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 0% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Szynka drobiowa. 60 [g] Banan 120 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,0% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 800,80 [kcal] - 30,52% Białko ogół.: 36,50 [g] Węglowodany ogół.: 148,37 [g] Cukry: 34,68 [g] Błonnik: 5,08 [g] Tłuszcz: 4,27 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,71 [g] Sól: 1,32 [g]	Składniki: Deser owocowo-mleczny 150 [g] [Alergen: VII, ]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 66,38 [kcal] - 2,53% Białko ogół.: 4,50 [g] Węglowodany ogół.: 7,58 [g] Cukry: 5,58 [g] Błonnik: 0,00 [g] Tłuszcz: 2,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,06 [g] Sól: 0,16 [g]	Składniki: Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I, ] 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.: 1231,79 [kcal] - 46,94% Białko ogół.: 41,22 [g] Węglowodany ogół.: 189,96 [g] Cukry: 30,79 [g] Błonnik: 21,45 [g] Tłuszcz: 9,86 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,90 [g] Sól: 0,66 [g]	Składniki: Pasta drobiowa 100 [g] [Alergen: IX, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Marchew gotowana w plastrach b/tł 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 524,94 [kcal] - 20,01% Białko ogół.: 32,54 [g] Węglowodany ogół.: 83,90 [g] Cukry: 11,76 [g] Błonnik: 6,65 [g] Tłuszcz: 8,92 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,23 [g] Sól: 0,52 [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-łubin,XIV-mięczaki</b>						

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-12-13 do dnia 2023-12-13

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
7	13 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa Wartość energetyczna: 2960,59 [kcal] Białko ogółem: 138,07 [g] Węglowodany ogółem: 393,49 [g] Cukry: 82,09 [g] Błonnik: 25,65 [g] Tłuszcz: 69,08 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 11,69 [g] Sól: 3,11 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Szynka drobiowa. 60 [g] Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III, ] Banan 120 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]	Składniki: Deser owocowo-mleczny 150 [g] [Alergen: VII, ]	Składniki: Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I, ] Kluski śląskie 200 [g] [Alergen: III, ] Sos mięsno-pomidorowy. 200 [g] [Alergen: I, ] Sałatka z buraków z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 9 [g]	Składniki: Pasta drobiowa 80 [g] [Alergen: IX, ] Skyr 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.: 916,00 [kcal] - 30,94% Białko ogół.: 43,20 [g] Węglowodany ogół.: 123,42 [g] Cukry: 34,77 [g] Błonnik: 5,08 [g] Tłuszcz: 28,50 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,59 [g] Sól: 1,90 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 66,38 [kcal] - 2,24% Białko ogół.: 4,50 [g] Węglowodany ogół.: 7,58 [g] Cukry: 5,58 [g] Błonnik: 0,00 [g] Tłuszcz: 2,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,06 [g] Sól: 0,16 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1239,46 [kcal] - 41,87% Białko ogół.: 40,47 [g] Węglowodany ogół.: 179,67 [g] Cukry: 28,79 [g] Błonnik: 16,59 [g] Tłuszcz: 14,43 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,95 [g] Sól: 0,45 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 738,75 [kcal] - 24,95% Białko ogół.: 49,90 [g] Węglowodany ogół.: 82,82 [g] Cukry: 12,95 [g] Błonnik: 3,98 [g] Tłuszcz: 24,15 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,09 [g] Sól: 0,60 [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	13 grudnia 2023	Płynna wzmocniona Wartość energetyczna: 2782,83 [kcal] Białko ogółem: 156,78 [g] Węglowodany ogółem: 333,77 [g] Cukry: 52,61 [g] Błonnik: 19,37 [g] Tłuszcz: 69,01 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,24 [g] Sól: 1,79 [g]	Składniki: Koktajl bogatobiałkowy w postaci płynnej śniadanie 700 [ml] [Alergen: VII, I, ] Kawa zbożowa 250 [ml] Cukier 3 [g]	Składniki: Maślanka naturalna 150 [g] [Alergen: VII, ]	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]	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.: 921,27 [kcal] - 33,11% Białko ogół.: 40,26 [g] Węglowodany ogół.: 118,58 [g] Cukry: 22,92 [g] Błonnik: 4,61 [g] Tłuszcz: 32,51 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,07 [g] Sól: 0,46 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,50 [kcal] - 1,99% Białko ogół.: 5,10 [g] Węglowodany ogół.: 7,05 [g] Cukry: 7,05 [g] Błonnik: 0,00 [g] Tłuszcz: 0,75 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,01 [g] Sól: 0,23 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1072,67 [kcal] - 38,55% 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]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 733,39 [kcal] - 26,35% 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-tubin,XIV-mięczaki</b>						

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-12-13 do dnia 2023-12-13

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
9	13 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu bezmleczna Wartość energetyczna: 2617,34 [kcal] Białko ogółem: 111,89 [g] Węglowodany ogółem: 412,16 [g] Cukry: 86,03 [g] Błonnik: 40,98 [g] Tłuszcz: 38,46 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 16,56 [g] Sól: 2,85 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na wywarze mięsnym 300 [ml] [Alergen: IX, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII, ] Szynka drobiowa. 60 [g] Banan 120 [g] Kawa zbożowa 250 [ml] Cukier 3 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 674,67 [kcal] - 25,78% Białko ogół.: 36,55 [g] Węglowodany ogół.: 109,67 [g] Cukry: 19,41 [g] Błonnik: 6,75 [g] Tłuszcz: 11,05 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,82 [g] Sól: 1,46 [g]	Składniki: Sok owocowo-warzywny (owoce i warzywa gotowane) 150 [g]   Wartości odżywcze: Wart. energet.: 129,89 [kcal] - 4,96% Białko ogół.: 1,94 [g] Węglowodany ogół.: 32,18 [g] Cukry: 23,98 [g] Błonnik: 6,25 [g] Tłuszcz: 0,69 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,23 [g] Sól: 0,21 [g]	Składniki: Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I, ] 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.: 1223,64 [kcal] - 46,75% Białko ogół.: 40,71 [g] Węglowodany ogół.: 186,26 [g] Cukry: 30,78 [g] Błonnik: 21,33 [g] Tłuszcz: 10,80 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,12 [g] Sól: 0,66 [g]	Składniki: Pasta drobiowa 80 [g] [Alergen: IX, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII, ] Marchew gotowana w plastrach. 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 589,14 [kcal] - 22,51% Białko ogół.: 32,69 [g] Węglowodany ogół.: 84,05 [g] Cukry: 11,86 [g] Błonnik: 6,65 [g] Tłuszcz: 15,92 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,39 [g] Sól: 0,52 [g]
<b>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</b>						