

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-12-16 do dnia 2023-12-16

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
1	16 grudnia 2023	Dieta podstawowa Wartość energetyczna: 2754,99 [kcal] Białko ogółem: 124,05 [g] Węglowodany ogółem: 356,64 [g] Cukry: 93,57 [g] Błonnik: 36,98 [g] Tłuszcz: 72,66 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 9,83 [g] Sól: 5,18 [g]	Składniki: Ryż na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Skyr naturalny 150 [g] [Alergen: VII, ] Papryka czerwona 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 803,67 [kcal] - 29,17% Białko ogół.: 42,89 [g] Węglowodany ogół.: 113,24 [g] Cukry: 29,34 [g] Błonnik: 11,72 [g] Tłuszcz: 22,18 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,92 [g] Sól: 1,86 [g]	Składniki: Kisiel 150 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 70,49 [kcal] - 2,56% Białko ogół.: 0,04 [g] Węglowodany ogół.: 17,61 [g] Cukry: 12,10 [g] Błonnik: 0,02 [g] Tłuszcz: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Sól: 0,04 [g]	Składniki: Zupa gulaszowa na wywarze mięsnym 400 [ml] [Alergen: IX, I, ] Makaron z serem i sosem owocowym 425 [g] [Alergen: I, VII, ] Surówka z marchwi i jabłka z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1265,95 [kcal] - 45,95% Białko ogół.: 63,52 [g] Węglowodany ogół.: 147,85 [g] Cukry: 36,66 [g] Błonnik: 14,71 [g] Tłuszcz: 22,42 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,16 [g] Sól: 0,69 [g]	Składniki: Pasta z wędliny 100 [g] [Alergen: III, ] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Jabłko 150 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 614,88 [kcal] - 22,32% Białko ogół.: 17,60 [g] Węglowodany ogół.: 77,94 [g] Cukry: 15,47 [g] Błonnik: 10,53 [g] Tłuszcz: 28,06 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,75 [g] Sól: 2,59 [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	16 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna Wartość energetyczna: 2687,80 [kcal] Białko ogółem: 109,37 [g] Węglowodany ogółem: 373,93 [g] Cukry: 89,08 [g] Błonnik: 23,37 [g] Tłuszcz: 60,15 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,59 [g] Sól: 3,26 [g]	Składniki: Ryż na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Skyr naturalny 150 [g] [Alergen: VII, ] Pomidor gotowany na parze, bez skóry 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 827,11 [kcal] - 30,77% Białko ogół.: 42,89 [g] Węglowodany ogół.: 118,29 [g] Cukry: 27,76 [g] Błonnik: 3,50 [g] Tłuszcz: 21,59 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,55 [g] Sól: 0,57 [g]	Składniki: Kisiel 150 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 70,49 [kcal] - 2,62% Białko ogół.: 0,04 [g] Węglowodany ogół.: 17,61 [g] Cukry: 12,10 [g] Błonnik: 0,02 [g] Tłuszcz: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Sól: 0,04 [g]	Składniki: Zupa brokułowa na wywarze jarzynowym 400 [ml] [Alergen: IX, I, ] Makaron z serem i sosem owocowym 425 [g] [Alergen: I, VII, ] Marchew gotowana z dodatkiem oleju rzepakowego 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1206,39 [kcal] - 44,88% Białko ogół.: 45,97 [g] Węglowodany ogół.: 150,22 [g] Cukry: 33,41 [g] Błonnik: 16,16 [g] Tłuszcz: 22,92 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,41 [g] Sól: 0,71 [g]	Składniki: Pasta z wędliny b/tł. 100 [g] [Alergen: VI, VII, IX, ] 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.: 583,81 [kcal] - 21,72% Białko ogół.: 20,47 [g] Węglowodany ogół.: 87,81 [g] Cukry: 15,81 [g] Błonnik: 3,69 [g] Tłuszcz: 15,64 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,63 [g] Sól: 1,94 [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 2023-12-16 do dnia 2023-12-16

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
3	16 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu Wartość energetyczna: 2512,09 [kcal] Białko ogółem: 106,51 [g] Węglowodany ogółem: 376,08 [g] Cukry: 88,75 [g] Błonnik: 22,46 [g] Tłuszcz: 36,10 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 15,17 [g] Sól: 3,51 [g]	Składniki: Ryż na mleku 0,5% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII, ] Skyr naturalny 150 [g] [Alergen: VII, ] Pomidor gotowany na parze, bez skóry (zblendowany) 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 787,41 [kcal] - 31,34% Białko ogół.: 43,64 [g] Węglowodany ogół.: 128,96 [g] Cukry: 29,54 [g] Błonnik: 3,96 [g] Tłuszcz: 10,04 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,14 [g] Sól: 0,66 [g]	Składniki: Kisiel 150 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 70,49 [kcal] - 2,81% Białko ogół.: 0,04 [g] Węglowodany ogół.: 17,61 [g] Cukry: 12,10 [g] Błonnik: 0,02 [g] Tłuszcz: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Sól: 0,04 [g]	Składniki: Zupa szpinakowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, ] Makaron z serem (ser biały krajanka chudy) 425 [g] [Alergen: I, VII, ] Marchew gotowana z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1123,34 [kcal] - 44,72% Białko ogół.: 42,77 [g] Węglowodany ogół.: 141,62 [g] Cukry: 31,48 [g] Błonnik: 14,33 [g] Tłuszcz: 16,06 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,39 [g] Sól: 0,86 [g]	Składniki: Pasta z wędliny. 100 [g] [Alergen: VI, 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.: 530,85 [kcal] - 21,13% Białko ogół.: 20,06 [g] Węglowodany ogół.: 87,89 [g] Cukry: 15,63 [g] Błonnik: 4,15 [g] Tłuszcz: 10,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,64 [g] Sól: 1,95 [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-tubin,XIV-mięczaki</b>						
4	16 grudnia 2023	Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów Wartość energetyczna: 2402,30 [kcal] Białko ogółem: 96,85 [g] Węglowodany ogółem: 293,92 [g] Cukry: 75,19 [g] Błonnik: 33,96 [g] Tłuszcz: 74,24 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 11,88 [g] Sól: 5,14 [g]	Składniki: Ryż na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Skyr naturalny 150 [g] [Alergen: VII, ] Papryka czerwona 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 791,70 [kcal] - 32,96% Białko ogół.: 42,89 [g] Węglowodany ogół.: 110,25 [g] Cukry: 26,35 [g] Błonnik: 11,72 [g] Tłuszcz: 22,18 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,92 [g] Sól: 1,86 [g]	Składniki: Kisiel bez cukru 150 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 70,49 [kcal] - 2,93% Białko ogół.: 0,04 [g] Węglowodany ogół.: 17,61 [g] Cukry: 12,10 [g] Błonnik: 0,00 [g] Tłuszcz: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Sól: 0,00 [g]	Składniki: Zupa brokułowa na wywarze jarzynowym 400 [ml] [Alergen: IX, I, ] Makaron z serem i musem owocowym. 425 [g] [Alergen: I, VII, ] Surówka z marchwi i jabłka z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy bez cukru 250 [ml] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 830,18 [kcal] - 34,56% Białko ogół.: 36,26 [g] Węglowodany ogół.: 91,04 [g] Cukry: 24,15 [g] Błonnik: 11,79 [g] Tłuszcz: 12,18 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,65 [g] Sól: 0,54 [g]	Składniki: Pasta z wędliny 100 [g] [Alergen: III, ] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Jabłko 150 [g] Herbata 250 [ml] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 709,93 [kcal] - 29,55% Białko ogół.: 17,66 [g] Węglowodany ogół.: 75,02 [g] Cukry: 12,59 [g] Błonnik: 10,45 [g] Tłuszcz: 39,88 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 8,31 [g] Sól: 2,74 [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-tubin,XIV-mięczaki</b>						

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-12-16 do dnia 2023-12-16

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
5	16 grudnia 2023	Dieta papkowata Wartość energetyczna: 2760,05 [kcal] Białko ogółem: 155,91 [g] Węglowodany ogółem: 326,10 [g] Cukry: 51,69 [g] Błonnik: 19,12 [g] Tłuszcz: 70,30 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,25 [g] Sól: 1,70 [g]	Składniki: Papka bogatobiałkowa śniadanie 700 [ml] Kawa zbożowa 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 878,99 [kcal] - 31,85% 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: Kefir 2% 150 [g] [Alergen: VII, ] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 75,00 [kcal] - 2,72% Białko ogół.: 5,10 [g] Węglowodany ogół.: 7,05 [g] Cukry: 6,15 [g] Błonnik: 0,00 [g] Tłuszcz: 3,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,09 [g] Sól: 0,14 [g]	Składniki: Papka bogatobiałkowa z indyka obiad (mięso z udźca indyka gotowane 200 g) 700 [ml] [Alergen: IX, III, ] Kompot owocowy bez cukru 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1072,67 [kcal] - 38,86% 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] - 26,57% 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>						
6	16 grudnia 2023	Dieta beztłuszczowa Wartość energetyczna: 2265,15 [kcal] Białko ogółem: 98,92 [g] Węglowodany ogółem: 372,65 [g] Cukry: 83,24 [g] Błonnik: 22,00 [g] Tłuszcz: 15,36 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,25 [g] Sól: 2,87 [g]	Składniki: Ryz na mleku 0,0%. 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Serek homogenizowany 0% 150 [g] [Alergen: VII, ] Pomidor gotowany na parze, bez skóry (zblendowany) 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,0% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 662,71 [kcal] - 29,26% Białko ogół.: 35,74 [g] Węglowodany ogół.: 125,71 [g] Cukry: 23,94 [g] Błonnik: 3,96 [g] Tłuszcz: 3,04 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,21 [g] Sól: 0,03 [g]	Składniki: Kisiel 150 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 70,49 [kcal] - 3,11% Białko ogół.: 0,04 [g] Węglowodany ogół.: 17,61 [g] Cukry: 12,10 [g] Błonnik: 0,02 [g] Tłuszcz: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Sól: 0,04 [g]	Składniki: Zupa szpinakowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, ] Makaron z serem (ser biały krajanka chudy) 425 [g] [Alergen: I, VII, ] Marchew gotowana b/tł 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1060,34 [kcal] - 46,81% Białko ogół.: 42,77 [g] Węglowodany ogół.: 141,62 [g] Cukry: 31,48 [g] Błonnik: 14,33 [g] Tłuszcz: 9,06 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,58 [g] Sól: 0,86 [g]	Składniki: Pasta z wędliny b/tł. 100 [g] [Alergen: VI, VII, IX, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Jabłko gotowane 150 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 471,61 [kcal] - 20,82% Białko ogół.: 20,37 [g] Węglowodany ogół.: 87,71 [g] Cukry: 15,72 [g] Błonnik: 3,69 [g] Tłuszcz: 3,26 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,46 [g] Sól: 1,94 [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 2023-12-16 do dnia 2023-12-16

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
7	16 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa Wartość energetyczna: 2851,80 [kcal] Białko ogółem: 131,57 [g] Węglowodany ogółem: 381,55 [g] Cukry: 94,75 [g] Błonnik: 23,37 [g] Tłuszcz: 67,05 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 8,13 [g] Sól: 3,66 [g]	Składniki: Ryż 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, ] Syr naturalny 150 [g] [Alergen: VII, ] Pomidor gotowany na parze, bez skóry 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 897,11 [kcal] - 31,46% Białko ogół.: 49,14 [g] Węglowodany ogół.: 118,59 [g] Cukry: 27,76 [g] Błonnik: 3,50 [g] Tłuszcz: 26,44 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,05 [g] Sól: 0,75 [g]	Składniki: Kisiel 150 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 70,49 [kcal] - 2,47% Białko ogół.: 0,04 [g] Węglowodany ogół.: 17,61 [g] Cukry: 12,10 [g] Błonnik: 0,02 [g] Tłuszcz: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Sól: 0,04 [g]	Składniki: Zupa brokułowa na wywarze jarzynowym 400 [ml] [Alergen: IX, I, ] Makaron z serem i sosem owocowym 425 [g] [Alergen: I, VII, ] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Marchew gotowana z olejem rzepakowym. 150 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1134,39 [kcal] - 39,78% Białko ogół.: 45,97 [g] Węglowodany ogół.: 150,22 [g] Cukry: 33,41 [g] Błonnik: 16,16 [g] Tłuszcz: 14,92 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,34 [g] Sól: 0,71 [g]	Składniki: Pasta z wędliny. 100 [g] [Alergen: VI, IX, III, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Jogurt naturalny 150 [g] [Alergen: VII, ] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Jabłko gotowane 150 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 749,81 [kcal] - 26,29% Białko ogół.: 36,42 [g] Węglowodany ogół.: 95,13 [g] Cukry: 21,48 [g] Błonnik: 3,69 [g] Tłuszcz: 25,69 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,74 [g] Sól: 2,16 [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>						
8	16 grudnia 2023	Płynna wzmocniona Wartość energetyczna: 2802,33 [kcal] Białko ogółem: 156,78 [g] Węglowodany ogółem: 333,77 [g] Cukry: 51,71 [g] Błonnik: 19,37 [g] Tłuszcz: 71,26 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,32 [g] Sól: 1,70 [g]	Składniki: Koktajl bogatobiałkowy w postaci płynnej śniadanie 700 [ml] [Alergen: VII, I, ] Kawa zbożowa 250 [ml] Cukier 3 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 921,27 [kcal] - 32,88% 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]	Składniki: Kefir 2% 150 [g] [Alergen: VII, ]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 75,00 [kcal] - 2,68% Białko ogół.: 5,10 [g] Węglowodany ogół.: 7,05 [g] Cukry: 6,15 [g] Błonnik: 0,00 [g] Tłuszcz: 3,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,09 [g] Sól: 0,14 [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] - 38,28% 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 z możliwością dosłodzenia (herbata liściasta 2g) 250 [ml] Cukier 3 [g]  Wartości odżywcze: Wart. energet.: 733,39 [kcal] - 26,17% 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>						

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-12-16 do dnia 2023-12-16

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
9	16 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu bezmleczna Wartość energetyczna: 2584,44 [kcal] Białko ogółem: 110,52 [g] Węglowodany ogółem: 397,68 [g] Cukry: 75,56 [g] Błonnik: 24,52 [g] Tłuszcz: 38,44 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,26 [g] Sól: 3,35 [g]	Składniki: Ryż na wywarze mięsnym 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII, ] Pomidor gotowany na parze, bez skóry (zblendowany) 100 [g] Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III, ] Kawa zbożowa 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 686,91 [kcal] - 26,58% Białko ogół.: 30,14 [g] Węglowodany ogół.: 111,46 [g] Cukry: 22,19 [g] Błonnik: 3,96 [g] Tłuszcz: 14,64 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,64 [g] Sól: 0,55 [g]	Składniki: Kisiel 150 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 70,49 [kcal] - 2,73% Białko ogół.: 0,04 [g] Węglowodany ogół.: 17,61 [g] Cukry: 12,10 [g] Błonnik: 0,02 [g] Tłuszcz: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Sól: 0,04 [g]	Składniki: Zupa szpinakowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, ] Suflet drobiowy 140 [g] [Alergen: I, III, ] Sos jarzynowy. 80 [g] [Alergen: IX, ] Makaron świder ugotowany 200 [g] [Alergen: I, ] Marchew gotowana z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1300,23 [kcal] - 50,31% Białko ogół.: 60,47 [g] Węglowodany ogół.: 181,68 [g] Cukry: 26,08 [g] Błonnik: 16,85 [g] Tłuszcz: 13,84 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,01 [g] Sól: 0,84 [g]	Składniki: Pasta z wędliny b/ml 110 [g] [Alergen: VI, 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.: 526,81 [kcal] - 20,38% Białko ogół.: 19,87 [g] Węglowodany ogół.: 86,93 [g] Cukry: 15,19 [g] Błonnik: 3,69 [g] Tłuszcz: 9,96 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,61 [g] Sól: 1,92 [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>						