

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-12-31 do dnia 2023-12-31

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
1	31 grudnia 2023	Dieta podstawowa	<p>Wartość energetyczna: 3215,09 [kcal] Białko ogółem: 145,64 [g] Węglowodany ogółem: 397,99 [g] Cukry: 68,81 [g] Błonnik: 58,82 [g] Tłuszcz: 87,68 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 15,78 [g] Sól: 5,49 [g]</p>	<p>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]</p>	<p>Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 100 [g]</p>	<p>Składniki: Zupa meksykańska na wywarze mięsnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Filet drobiowy panierowany smażony 140 [g] [Alergen: I, III,] Sos pietruszkowy 80 [ml] [Alergen: I, IX,] Ziemniaki 200 [g] Warzywa na patelni 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]</p>	<p>Składniki: Serek wiejski 150 [g] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Pomidor 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]</p>
			<p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 814,88 [kcal] - 25,35% 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]</p>	<p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 1,71% 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]</p>	<p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1921,04 [kcal] - 59,75% Białko ogół.: 101,51 [g] Węglowodany ogół.: 205,87 [g] Cukry: 24,36 [g] Błonnik: 36,16 [g] Tłuszcz: 44,96 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 10,65 [g] Sól: 2,18 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 424,17 [kcal] - 13,19% Białko ogół.: 11,14 [g] Węglowodany ogół.: 66,45 [g] Cukry: 6,80 [g] Błonnik: 9,12 [g] Tłuszcz: 14,66 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,56 [g] Sól: 1,32 [g]</p>	
<p>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</p>							
2	31 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna	<p>Wartość energetyczna: 2518,77 [kcal] Białko ogółem: 95,28 [g] Węglowodany ogółem: 347,93 [g] Cukry: 70,54 [g] Błonnik: 24,71 [g] Tłuszcz: 62,78 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 8,34 [g] Sól: 1,56 [g]</p>	<p>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]</p>	<p>Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 100 [g]</p>	<p>Składniki: Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] 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]</p>	<p>Składniki: Serek wiejski 150 [g] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Pomidor gotowany na parze, bez skóry 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]</p>
			<p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 847,28 [kcal] - 33,64% Białko ogół.: 32,83 [g] Węglowodany ogół.: 120,39 [g] Cukry: 26,39 [g] Błonnik: 4,77 [g] Tłuszcz: 27,50 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,18% Białko ogół.: 0,40 [g] Węglowodany ogół.: 12,00 [g] Cukry: 10,90 [g] Błonnik: 1,10 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1164,48 [kcal] - 46,23% Białko ogół.: 50,89 [g] Węglowodany ogół.: 143,35 [g] Cukry: 27,48 [g] Błonnik: 17,68 [g] Tłuszcz: 20,83 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,73 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 452,01 [kcal] - 17,95% Białko ogół.: 11,16 [g] Węglowodany ogół.: 72,19 [g] Cukry: 5,77 [g] Błonnik: 1,16 [g] Tłuszcz: 14,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,29 [g]</p>	

kwasy tłuszczowe nasycone: 2,32 [g]
Sól: 0,69 [g]

Tłuszcz: 0,20 [g]
Kwasy tłuszczowe
nasycone: 0,00 [g]
Sól: 0,00 [g]

Sól: 0,85 [g]

Sól: 0,02 [g]

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

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-12-31 do dnia 2023-12-31

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
3	31 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Wartość energetyczna: 2276,96 [kcal] Białko ogółem: 99,38 [g] Węglowodany ogółem: 343,37 [g] Cukry: 67,59 [g] Błonnik: 27,52 [g] Tłuszcz: 36,72 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,80 [g] Sól: 1,59 [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 duszony 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 100 [g]	Składniki: Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] 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]	Składniki: Serek wiejski 150 [g] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Pomidor gotowany na parze, bez skóry (zblendowany) 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
				Wartości odżywcze: Wart. energet.: 767,67 [kcal] - 33,71% Białko ogół.: 36,53 [g] Węglowodany ogół.: 114,21 [g] Cukry: 22,36 [g] Błonnik: 7,12 [g] Tłuszcz: 20,24 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,24 [g] Sól: 0,71 [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]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1051,98 [kcal] - 46,2% Białko ogół.: 50,89 [g] Węglowodany ogół.: 143,35 [g] Cukry: 27,48 [g] Błonnik: 17,68 [g] Tłuszcz: 8,33 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,50 [g] Sól: 0,85 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 402,31 [kcal] - 17,67% Białko ogół.: 11,56 [g] Węglowodany ogół.: 73,81 [g] Cukry: 6,85 [g] Błonnik: 1,62 [g] Tłuszcz: 7,95 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,06 [g] Sól: 0,03 [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	31 grudnia 2023	Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Wartość energetyczna: 2324,48 [kcal] Białko ogółem: 94,43 [g] Węglowodany ogółem: 280,65 [g] Cukry: 44,59 [g] Błonnik: 29,93 [g] Tłuszcz: 70,73 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,39 [g] Sól: 4,01 [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,]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 100 [g]	Składniki: Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Bitka drobiowa 120 [g] [Alergen: I,] Sos pietruszkowy. 80 [ml] [Alergen: IX,] Ziemniaki z koperkiem. 200 [g] Warzywa na patelni 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml]	Składniki: Serek wiejski 150 [g] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Pomidor 100 [g] Herbata 250 [ml]
			Wartości odżywcze: Wart. energet.: 802,91 [kcal] - 34,54% Białko ogół.: 32,59 [g] Węglowodany ogół.: 110,68 [g] Cukry: 23,76 [g] Błonnik: 12,44 [g] Tłuszcz: 27,86 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,57 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,37% Białko ogół.: 0,40 [g] Węglowodany ogół.: 12,00 [g] Cukry: 10,90 [g] Błonnik: 1,10 [g] Tłuszcz: 0,20 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1054,37 [kcal] - 45,36% Białko ogół.: 50,30 [g] Węglowodany ogół.: 94,51 [g] Cukry: 6,12 [g] Błonnik: 7,27 [g] Tłuszcz: 28,01 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,26 [g] Sól: 0,70 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 412,20 [kcal] - 17,73% Białko ogół.: 11,14 [g] Węglowodany ogół.: 63,46 [g] Cukry: 3,81 [g] Błonnik: 9,12 [g] Tłuszcz: 14,66 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,56 [g] Sól: 1,32 [g]	

Sól: 1,99 [g]

Kwasy tłuszczowe
nasycone: 0,00 [g]
Sól: 0,00 [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 2023-12-31 do dnia 2023-12-31

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
5	31 grudnia 2023	Dieta papkowata	<p>Wartość energetyczna: 2776,63 [kcal] Białko ogółem: 165,08 [g] Węglowodany ogółem: 329,42 [g] Cukry: 73,49 [g] Błonnik: 19,12 [g] Tłuszcz: 69,50 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,11 [g] Sól: 2,01 [g]</p>	<p>Składniki: Papka bogatobiałkowa śniadanie 700 [ml] [Alergen: VII, I,] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g]</p> <p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 874,57 [kcal] - 31,5% Białko ogół.: 43,31 [g] Węglowodany ogół.: 113,33 [g] Cukry: 44,55 [g] Błonnik: 4,36 [g] Tłuszcz: 29,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,10 [g] Sól: 0,67 [g]</p>	<p>Składniki: Jogurt naturalny 150 [g] [Alergen: VII,]</p> <p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 96,00 [kcal] - 3,46% Białko ogół.: 10,35 [g] Węglowodany ogół.: 7,95 [g] Cukry: 6,30 [g] Błonnik: 0,00 [g] Tłuszcz: 4,50 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,85 [g] Sól: 0,24 [g]</p>	<p>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]</p> <p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1072,67 [kcal] - 38,63% 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]</p>	<p>Składniki: Papka bogatobiałkowa z indyka kolacja (mięso z udźca indyka gotowane 150g) 700 [ml] [Alergen: III, VII, IX,] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]</p> <p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 733,39 [kcal] - 26,41% 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]</p>
<p>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</p>							
6	31 grudnia 2023	Dieta beztłuszczowa	<p>Wartość energetyczna: 2310,99 [kcal] Białko ogółem: 113,77 [g] Węglowodany ogółem: 378,48 [g] Cukry: 70,17 [g] Błonnik: 29,31 [g] Tłuszcz: 15,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,68 [g] Sól: 1,48 [g]</p>	<p>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 duszony 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,0% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g]</p> <p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 803,20 [kcal] - 34,76% Białko ogół.: 39,67 [g] Węglowodany ogół.: 149,47 [g] Cukry: 25,04 [g] Błonnik: 8,91 [g] Tłuszcz: 3,58 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,79 [g] Sól: 0,60 [g]</p>	<p>Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 100 [g]</p> <p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,38% 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]</p>	<p>Składniki: Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Bitka drobiowa 120 [g] [Alergen: I,] Sos pietruszkowy 80 [ml] [Alergen: I, IX,] Ziemiaki z koperkiem 200 [g] Marchew gotowana b/tł 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]</p> <p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1047,48 [kcal] - 45,33% Białko ogół.: 50,89 [g] Węglowodany ogół.: 143,35 [g] Cukry: 27,48 [g] Błonnik: 17,68 [g] Tłuszcz: 7,83 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,37 [g] Sól: 0,85 [g]</p>	<p>Składniki: Polędwica drobiowa. 60 [g] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Pomidor gotowany na parze, bez skóry (zblendowany) 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]</p> <p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 405,31 [kcal] - 17,54% Białko ogół.: 22,81 [g] Węglowodany ogół.: 73,66 [g] Cukry: 6,75 [g] Błonnik: 1,62 [g] Tłuszcz: 3,39 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,52 [g] Sól: 0,03 [g]</p>
<p>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</p>							

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-12-31 do dnia 2023-12-31

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
7	31 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa	<p>Wartość energetyczna: 2688,93 [kcal]</p> <p>Białko ogółem: 112,46 [g]</p> <p>Węglowodany ogółem: 355,50 [g]</p> <p>Cukry: 77,51 [g]</p> <p>Błonnik: 26,42 [g]</p> <p>Tłuszcz: 72,28 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,60 [g]</p> <p>Sól: 1,98 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,]</p> <p>Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,]</p> <p>Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,]</p> <p>Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III,]</p> <p>Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III,]</p> <p>Pasta z buraka z olejem rzepakowym 100 [g]</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,]</p> <p>Cukier 3 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Mus owocowy pasteryzowany 100 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,]</p> <p>Bitka drobiowa 120 [g] [Alergen: I,]</p> <p>Sos pietruszkowy 80 [ml] [Alergen: I, IX,]</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 [g]</p> <p>Marchew gotowana z dodatkiem oleju rzepakowego 150 [g]</p> <p>Kompot owocowy 250 [ml]</p> <p>Cukier 10 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Serek wiejski 150 [g]</p> <p>Jogurt naturalny 150 [g] [Alergen: VII,]</p> <p>Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,]</p> <p>Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,]</p> <p>Pomidor 100 [g]</p> <p>Herbata 250 [ml]</p> <p>Cukier 3 [g]</p>
			<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 916,88 [kcal] - 34,1%</p> <p>Białko ogół.: 39,44 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 119,03 [g]</p> <p>Cukry: 26,39 [g]</p> <p>Błonnik: 6,19 [g]</p> <p>Tłuszcz: 32,45 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,71 [g]</p> <p>Sól: 0,87 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,05%</p> <p>Białko ogół.: 0,40 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 12,00 [g]</p> <p>Cukry: 10,90 [g]</p> <p>Błonnik: 1,10 [g]</p> <p>Tłuszcz: 0,20 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g]</p> <p>Sól: 0,00 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 1164,48 [kcal] - 43,31%</p> <p>Białko ogół.: 50,89 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 143,35 [g]</p> <p>Cukry: 27,48 [g]</p> <p>Błonnik: 17,68 [g]</p> <p>Tłuszcz: 20,83 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,73 [g]</p> <p>Sól: 0,85 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 552,57 [kcal] - 20,55%</p> <p>Białko ogół.: 21,73 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 81,12 [g]</p> <p>Cukry: 12,74 [g]</p> <p>Błonnik: 1,45 [g]</p> <p>Tłuszcz: 18,80 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,16 [g]</p> <p>Sól: 0,26 [g]</p>	
<p>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</p>							
8	31 grudnia 2023	Płynna wzmocniona	<p>Wartość energetyczna: 2774,03 [kcal]</p> <p>Białko ogółem: 165,92 [g]</p> <p>Węglowodany ogółem: 337,06 [g]</p> <p>Cukry: 73,47 [g]</p> <p>Błonnik: 19,37 [g]</p> <p>Tłuszcz: 65,50 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,11 [g]</p> <p>Sól: 2,01 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Koktajl bogatobiałkowy w postaci płynnej śniadanie 700 [ml] [Alergen: VII, I,]</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,]</p> <p>Cukier 3 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Jogurt naturalny 150 [g] [Alergen: VII,]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Koktajl bogatobiałkowy z indyka w postaci płynnej obiad (mięso z udźca indyka gotowane 200 g) 700 [ml] [Alergen: IX, III,]</p> <p>Kompot owocowy 250 [ml]</p> <p>Cukier 10 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Koktajl bogatobiałkowy z indyka w postaci płynnej kolacja (mięso z udźca indyka gotowane 150g) 700 [ml] [Alergen: III, VII, IX,]</p> <p>Herbata 250 [ml]</p> <p>Cukier 3 [g]</p>
			<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 871,97 [kcal] - 31,43%</p> <p>Białko ogół.: 44,15 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 120,97 [g]</p> <p>Cukry: 44,53 [g]</p> <p>Błonnik: 4,61 [g]</p> <p>Tłuszcz: 25,25 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,10 [g]</p> <p>Sól: 0,67 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 96,00 [kcal] - 3,46%</p> <p>Białko ogół.: 10,35 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 7,95 [g]</p> <p>Cukry: 6,30 [g]</p> <p>Błonnik: 0,00 [g]</p> <p>Tłuszcz: 4,50 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,85 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 1072,67 [kcal] - 38,67%</p> <p>Białko ogół.: 60,64 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 115,12 [g]</p> <p>Cukry: 14,80 [g]</p> <p>Błonnik: 7,38 [g]</p> <p>Tłuszcz: 16,59 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,70 [g]</p> <p>Sól: 0,60 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 733,39 [kcal] - 26,44%</p> <p>Białko ogół.: 50,78 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 93,02 [g]</p> <p>Cukry: 7,84 [g]</p> <p>Błonnik: 7,38 [g]</p> <p>Tłuszcz: 19,16 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,46 [g]</p> <p>Sól: 0,50 [g]</p>	

Sól: 0,24 [g]

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

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-12-31 do dnia 2023-12-31

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
9	31 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu bezmleczna	Wartość energetyczna: 2322,96 [kcal] Białko ogółem: 110,04 [g] Węglowodany ogółem: 348,22 [g] Cukry: 65,06 [g] Błonnik: 27,75 [g] Tłuszcz: 35,03 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,47 [g] Sól: 1,53 [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 duszony 100 [g] Kawa zbożowa 250 [ml] Cukier 3 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 100 [g]	Składniki: Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] 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]	Składniki: Polędwica drobiowa. 60 [g] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Pomidor gotowany na parze, bez skóry (zblendowany) 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
				Wartości odżywcze: Wart. energet.: 748,17 [kcal] - 32,21% Białko ogół.: 34,78 [g] Węglowodany ogół.: 111,66 [g] Cukry: 19,81 [g] Błonnik: 7,12 [g] Tłuszcz: 19,99 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,24 [g] Sól: 0,65 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,37% 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]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1059,28 [kcal] - 45,6% Białko ogół.: 51,90 [g] Węglowodany ogół.: 150,75 [g] Cukry: 27,50 [g] Błonnik: 17,91 [g] Tłuszcz: 5,45 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,81 [g] Sól: 0,85 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 460,51 [kcal] - 19,82% Białko ogół.: 22,96 [g] Węglowodany ogół.: 73,81 [g] Cukry: 6,85 [g] Błonnik: 1,62 [g] Tłuszcz: 9,39 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,42 [g] Sól: 0,03 [g]
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							