

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-12-05 do dnia 2023-12-05

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
1	5 grudnia 2023	Dieta podstawowa Wartość energetyczna: 3238,44 [kcal] Białko ogółem: 136,57 [g] Węglowodany ogółem: 388,36 [g] Cukry: 94,68 [g] Błonnik: 40,87 [g] Tłuszcz: 109,17 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 16,03 [g] Sól: 4,80 [g]	Składniki: Płatki owsiane na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Twarożek waniliowy 80 [g] [Alergen: VII,] Banan 120 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 874,80 [kcal] - 27,01% Białko ogół.: 41,41 [g] Węglowodany ogół.: 120,78 [g] Cukry: 38,69 [g] Błonnik: 12,21 [g] Tłuszcz: 27,45 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,40 [g] Sól: 1,82 [g]	Składniki: Herbatniki 50 [g] [Alergen: I,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 218,00 [kcal] - 6,73% Białko ogół.: 4,10 [g] Węglowodany ogół.: 38,40 [g] Cukry: 16,75 [g] Błonnik: 0,65 [g] Tłuszcz: 5,50 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,94 [g] Sól: 0,37 [g]	Składniki: Zupa krem z zielonego groszku z grzankami 400 [ml] [Alergen: IX, VII, I,] Bitka schabowa 120 [g] [Alergen: I,] Sos szpinakowy 80 [g] [Alergen: I, VII,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Sałatka z buraków z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1318,15 [kcal] - 40,7% Białko ogół.: 60,99 [g] Węglowodany ogół.: 152,25 [g] Cukry: 29,36 [g] Błonnik: 16,50 [g] Tłuszcz: 29,39 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,04 [g] Sól: 0,69 [g]	Składniki: Pasta wieprzowa 100 [g] [Alergen: IX,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Pasta z cukinii z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 827,49 [kcal] - 25,55% Białko ogół.: 30,07 [g] Węglowodany ogół.: 76,93 [g] Cukry: 9,88 [g] Błonnik: 11,51 [g] Tłuszcz: 46,83 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 9,65 [g] Sól: 1,92 [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	5 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna Wartość energetyczna: 2767,24 [kcal] Białko ogółem: 123,17 [g] Węglowodany ogółem: 375,69 [g] Cukry: 91,11 [g] Błonnik: 22,44 [g] Tłuszcz: 64,72 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,66 [g] Sól: 1,68 [g]	Składniki: Płatki owsiane na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Twarożek waniliowy 80 [g] [Alergen: VII,] Banan 120 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 907,20 [kcal] - 32,78% Białko ogół.: 41,65 [g] Węglowodany ogół.: 127,50 [g] Cukry: 38,33 [g] Błonnik: 4,54 [g] Tłuszcz: 27,09 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,15 [g] Sól: 0,52 [g]	Składniki: Herbatniki 50 [g] [Alergen: I,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 218,00 [kcal] - 7,88% Białko ogół.: 4,10 [g] Węglowodany ogół.: 38,40 [g] Cukry: 16,75 [g] Błonnik: 0,65 [g] Tłuszcz: 5,50 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,94 [g] Sól: 0,37 [g]	Składniki: Zupa koperkowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX,] Bitka schabowa 120 [g] [Alergen: I,] Sos szpinakowy. 80 [g] [Alergen: I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Sałatka z buraków z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1065,41 [kcal] - 38,5% Białko ogół.: 52,75 [g] Węglowodany ogół.: 131,34 [g] Cukry: 26,60 [g] Błonnik: 13,51 [g] Tłuszcz: 13,43 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,66 [g] Sól: 0,68 [g]	Składniki: Pasta wołowa 100 [g] [Alergen: IX,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Cukinia gotowana na parze 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 576,63 [kcal] - 20,84% Białko ogół.: 24,67 [g] Węglowodany ogół.: 78,45 [g] Cukry: 9,43 [g] Błonnik: 3,74 [g] Tłuszcz: 18,70 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,91 [g] Sól: 0,11 [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 2023-12-05 do dnia 2023-12-05

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
3	5 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu Wartość energetyczna: 2445,61 [kcal] Białko ogółem: 125,74 [g] Węglowodany ogółem: 352,54 [g] Cukry: 83,04 [g] Błonnik: 26,53 [g] Tłuszcz: 38,97 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,10 [g] Sól: 1,74 [g]	Składniki: Płatki owsiane na mleku 0,5% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Twarożek waniliowy (ser krajanka chudy) 80 [g] [Alergen: VII,] Banan 120 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 788,88 [kcal] - 32,26% Białko ogół.: 42,93 [g] Węglowodany ogół.: 130,06 [g] Cukry: 38,96 [g] Błonnik: 4,54 [g] Tłuszcz: 12,10 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,59 [g] Sól: 0,51 [g]	Składniki: Maślanka naturalna 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,50 [kcal] - 2,27% 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 koperkowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX,] Bitka schabowa 120 [g] [Alergen: I,] Sos szpinakowy. 80 [g] [Alergen: I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Włoszczyzna duszona z ograniczoną ilością oleju rzepakowego. 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1081,60 [kcal] - 44,23% Białko ogół.: 52,99 [g] Węglowodany ogół.: 136,93 [g] Cukry: 27,59 [g] Błonnik: 18,25 [g] Tłuszcz: 13,80 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,86 [g] Sól: 0,89 [g]	Składniki: Pasta wołowa 100 [g] [Alergen: IX,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Cukinia gotowana na parze 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 519,63 [kcal] - 21,25% Białko ogół.: 24,72 [g] Węglowodany ogół.: 78,50 [g] Cukry: 9,44 [g] Błonnik: 3,74 [g] Tłuszcz: 12,32 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,64 [g] Sól: 0,11 [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						
4	5 grudnia 2023	Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów Wartość energetyczna: 2576,20 [kcal] Białko ogółem: 139,86 [g] Węglowodany ogółem: 294,36 [g] Cukry: 49,16 [g] Błonnik: 35,92 [g] Tłuszcz: 66,98 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 19,23 [g] Sól: 5,32 [g]	Składniki: Płatki owsiane na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Twarożek ze szczypiorkiem 80 [g] [Alergen: VII,] Rzodkiewka 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 778,53 [kcal] - 30,22% Białko ogół.: 39,91 [g] Węglowodany ogół.: 98,92 [g] Cukry: 20,40 [g] Błonnik: 11,00 [g] Tłuszcz: 26,84 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,35 [g] Sól: 1,79 [g]	Składniki: Serek wiejski naturalny 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 226,50 [kcal] - 8,79% 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 koperkowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX,] Bitka schabowa 120 [g] [Alergen: I,] Sos szpinakowy 80 [g] [Alergen: I, VII,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Sałatka z buraków z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1038,91 [kcal] - 40,33% Białko ogół.: 53,02 [g] Węglowodany ogół.: 121,75 [g] Cukry: 17,01 [g] Błonnik: 13,51 [g] Tłuszcz: 14,63 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,69 [g] Sól: 0,69 [g]	Składniki: Pasta wołowa 100 [g] [Alergen: IX,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Cukinia gotowana na parze 100 [g] Herbata 250 [ml] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 532,26 [kcal] - 20,66% Białko ogół.: 24,43 [g] Węglowodany ogół.: 68,74 [g] Cukry: 6,80 [g] Błonnik: 11,41 [g] Tłuszcz: 19,06 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,16 [g] Sól: 1,41 [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 2023-12-05 do dnia 2023-12-05

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
5	5 grudnia 2023	Dieta papkowata Wartość energetyczna: 2766,05 [kcal] Białko ogółem: 157,61 [g] Węglowodany ogółem: 328,55 [g] Cukry: 55,04 [g] Błonnik: 19,12 [g] Tłuszcz: 69,05 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,20 [g] Sól: 1,85 [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] - 32,7% 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: Maślanka naturalna 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,50 [kcal] - 2,01% 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] - 38,78% 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] - 26,51% 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-groczycza,XI-nasiona sezamu,XII-dwutlenek siarki,XIII-lubin,XIV-mięczaki						
6	5 grudnia 2023	Dieta beztłuszczowa Wartość energetyczna: 2286,36 [kcal] Białko ogółem: 125,25 [g] Węglowodany ogółem: 355,59 [g] Cukry: 82,15 [g] Błonnik: 26,65 [g] Tłuszcz: 20,28 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,02 [g] Sól: 1,34 [g]	Składniki: Płatki owsiane na mleku 0,0% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Twarożek waniliowy (ser krajanka chudy) 80 [g] [Alergen: VII,] Banan 120 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,0% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 712,68 [kcal] - 31,17% Białko ogół.: 42,08 [g] Węglowodany ogół.: 129,56 [g] Cukry: 38,16 [g] Błonnik: 4,54 [g] Tłuszcz: 4,35 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,66 [g] Sól: 0,11 [g]	Składniki: Maślanka naturalna 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,50 [kcal] - 2,43% 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 koperkowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX,] Bitka schabowa 120 [g] [Alergen: I,] Sos szpinakowy. 80 [g] [Alergen: I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Włoszczyzna duszona b/tł 150 [g] [Alergen: IX, I,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1053,75 [kcal] - 46,09% Białko ogół.: 53,50 [g] Węglowodany ogół.: 140,63 [g] Cukry: 27,60 [g] Błonnik: 18,37 [g] Tłuszcz: 8,86 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,61 [g] Sól: 0,89 [g]	Składniki: Pasta wołowa 100 [g] [Alergen: IX,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Cukinia gotowana na parze 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 464,43 [kcal] - 20,31% Białko ogół.: 24,57 [g] Węglowodany ogół.: 78,35 [g] Cukry: 9,34 [g] Błonnik: 3,74 [g] Tłuszcz: 6,32 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,74 [g] Sól: 0,11 [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-lubin,XIV-mięczaki						

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-12-05 do dnia 2023-12-05

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
7	5 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa Wartość energetyczna: 2863,24 [kcal] Białko ogółem: 133,52 [g] Węglowodany ogółem: 383,64 [g] Cukry: 97,41 [g] Błonnik: 22,44 [g] Tłuszcz: 69,22 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 9,51 [g] Sól: 1,92 [g]	Składniki: Płatki owsiane na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Twarożek waniliowy 130 [g] [Alergen: VII,] Banan 120 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 907,20 [kcal] - 31,68% Białko ogół.: 41,65 [g] Węglowodany ogół.: 127,50 [g] Cukry: 38,33 [g] Błonnik: 4,54 [g] Tłuszcz: 27,09 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,15 [g] Sól: 0,52 [g]	Składniki: Herbatniki 50 [g] [Alergen: I,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 218,00 [kcal] - 7,61% Białko ogół.: 4,10 [g] Węglowodany ogół.: 38,40 [g] Cukry: 16,75 [g] Błonnik: 0,65 [g] Tłuszcz: 5,50 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,94 [g] Sól: 0,37 [g]	Składniki: Zupa koperkowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX,] Bitka schabowa 120 [g] [Alergen: I,] Sos szpinakowy. 80 [g] [Alergen: I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Sałatka z buraków z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1065,41 [kcal] - 37,21% Białko ogół.: 52,75 [g] Węglowodany ogół.: 131,34 [g] Cukry: 26,60 [g] Błonnik: 13,51 [g] Tłuszcz: 13,43 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,66 [g] Sól: 0,68 [g]	Składniki: Pasta wołowa 100 [g] [Alergen: IX,] Jogurt naturalny 150 [g] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Cukinia gotowana na parze 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 672,63 [kcal] - 23,49% Białko ogół.: 35,02 [g] Węglowodany ogół.: 86,40 [g] Cukry: 15,73 [g] Błonnik: 3,74 [g] Tłuszcz: 23,20 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,76 [g] Sól: 0,35 [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						
8	5 grudnia 2023	Płynna wzmocniona Wartość energetyczna: 2808,33 [kcal] Białko ogółem: 158,48 [g] Węglowodany ogółem: 336,22 [g] Cukry: 55,06 [g] Błonnik: 19,37 [g] Tłuszcz: 70,01 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,27 [g] Sól: 1,85 [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] - 33,71% 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: Maślanka naturalna 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,50 [kcal] - 1,98% 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: 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] - 26,11% 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-tubin,XIV-mięczaki						

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2023-12-05 do dnia 2023-12-05

#	DATA	DIETA	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
9	5 grudnia 2023	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu bezmleczna Wartość energetyczna: 2398,63 [kcal] Białko ogółem: 121,42 [g] Węglowodany ogółem: 347,38 [g] Cukry: 71,39 [g] Błonnik: 29,73 [g] Tłuszcz: 38,73 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,86 [g] Sól: 1,34 [g]	Składniki: Płatki owsiane na wywarze mięsny 300 [ml] [Alergen: I, IX,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Pasta z kurczaka 100 [g] [Alergen: IX,] Banan 120 [g] Kawa zbożowa 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 727,70 [kcal] - 30,34% Białko ogół.: 43,92 [g] Węglowodany ogół.: 114,24 [g] Cukry: 22,22 [g] Błonnik: 7,78 [g] Tłuszcz: 12,64 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,36 [g] Sól: 0,31 [g]	Składniki: Kisiel 150 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 70,49 [kcal] - 2,94% 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 koperkowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX,] Bitka schabowa 120 [g] [Alergen: I,] Sos koperkowy 80 [g] [Alergen: IX, I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Włoszczyzna duszona z ograniczoną ilością oleju rzepakowego. 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1080,81 [kcal] - 45,06% Białko ogół.: 52,74 [g] Węglowodany ogół.: 137,03 [g] Cukry: 27,63 [g] Błonnik: 18,19 [g] Tłuszcz: 13,77 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,86 [g] Sól: 0,88 [g]	Składniki: Pasta wołowa 100 [g] [Alergen: IX,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Cukinia gotowana na parze 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 519,63 [kcal] - 21,66% Białko ogół.: 24,72 [g] Węglowodany ogół.: 78,50 [g] Cukry: 9,44 [g] Błonnik: 3,74 [g] Tłuszcz: 12,32 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,64 [g] Sól: 0,11 [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						