

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-01-24 do dnia 2024-01-24

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
1	24 stycznia 2024	Dieta podstawowa	<p>Wartość energetyczna: 2869,13 [kcal] Białko ogółem: 103,48 [g] Węglowodany ogółem: 358,17 [g] Cukry: 56,34 [g] Błonnik: 43,38 [g] Tłuszcz: 95,15 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 15,16 [g] Sól: 4,02 [g]</p>	<p>Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Połudwica drobiowa. 60 [g] Rzodkiewka 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g]</p> <p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 736,11 [kcal] - 25,66% Białko ogół.: 35,95 [g] Węglowodany ogół.: 98,64 [g] Cukry: 20,61 [g] Błonnik: 11,47 [g] Tłuszcz: 23,42 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,99 [g] Sól: 1,70 [g]</p>	<p>Składniki: Baton owocowy (100% owoców) 1 [szt]</p> <p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 29,68 [kcal] - 1,03% Białko ogół.: 0,31 [g] Węglowodany ogół.: 6,54 [g] Cukry: 0,00 [g] Błonnik: 0,53 [g] Tłuszcz: 0,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,03 [g] Sól: 0,00 [g]</p>	<p>Składniki: Zupa krem z zielonego groszku ze słonecznikiem 400 [ml] [Alergen: IX, VII,] Kluski śląskie 200 [g] [Alergen: III,] Sos mięsno-pomidorowy (wieprzowy) 200 [g] [Alergen: I,] Surówka z kapusty pekińskiej 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]</p> <p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1539,71 [kcal] - 53,66% Białko ogół.: 50,31 [g] Węglowodany ogół.: 185,14 [g] Cukry: 28,10 [g] Błonnik: 21,88 [g] Tłuszcz: 44,48 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 8,71 [g] Sól: 0,76 [g]</p>	<p>Składniki: Pasta z jaj ze szczypiorkiem 80 [g] [Alergen: III,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Papryka czerwona 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]</p> <p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 563,63 [kcal] - 19,64% Białko ogół.: 16,91 [g] Węglowodany ogół.: 67,85 [g] Cukry: 7,63 [g] Błonnik: 9,50 [g] Tłuszcz: 27,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,43 [g] Sól: 1,56 [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	24 stycznia 2024	Dieta łatwostrawna	<p>Wartość energetyczna: 2714,74 [kcal] Białko ogółem: 97,74 [g] Węglowodany ogółem: 388,66 [g] Cukry: 71,21 [g] Błonnik: 27,83 [g] Tłuszcz: 63,02 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,99 [g] Sól: 1,20 [g]</p>	<p>Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Połudwica drobiowa. 60 [g] Banan 120 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g]</p> <p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 841,80 [kcal] - 31,01% Białko ogół.: 36,95 [g] Węglowodany ogół.: 123,12 [g] Cukry: 34,77 [g] Błonnik: 5,08 [g] Tłuszcz: 23,29 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,79 [g] Sól: 0,40 [g]</p>	<p>Składniki: Baton owocowy (100% owoców) 1 [szt]</p> <p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 29,68 [kcal] - 1,09% Białko ogół.: 0,31 [g] Węglowodany ogół.: 6,54 [g] Cukry: 0,00 [g] Błonnik: 0,53 [g] Tłuszcz: 0,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,03 [g] Sól: 0,00 [g]</p>	<p>Składniki: Zupa krem z brokułów na wywarze jarzynowym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Kluski śląskie 200 [g] [Alergen: III,] Sos mięsno-pomidorowy (wołowy) 200 [g] [Alergen: I,] Włoszczyzna duszona z olejem rzepakowym 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]</p> <p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1305,95 [kcal] - 48,11% Białko ogół.: 41,93 [g] Węglowodany ogół.: 184,66 [g] Cukry: 29,77 [g] Błonnik: 20,73 [g] Tłuszcz: 19,94 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,44 [g] Sól: 0,57 [g]</p>	<p>Składniki: Pasta z jaj z jogurtem naturalnym i koperkiem 80 [g] [Alergen: III, VII,] 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.: 537,31 [kcal] - 19,79% Białko ogół.: 18,55 [g] Węglowodany ogół.: 74,34 [g] Cukry: 6,67 [g] Błonnik: 1,49 [g] Tłuszcz: 19,54 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,73 [g] Sól: 0,23 [g]</p>

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-01-24 do dnia 2024-01-24

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
3	24 stycznia 2024	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Wartość energetyczna: 2517,89 [kcal]</p> <p>Białko ogółem: 97,68 [g]</p> <p>Węglowodany ogółem: 400,69 [g]</p> <p>Cukry: 74,44 [g]</p> <p>Błonnik: 30,07 [g]</p> <p>Tłuszcz: 36,28 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,12 [g]</p> <p>Sól: 1,31 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 0,5% 300 [ml] [Alergen: VII,]</p> <p>Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,]</p> <p>Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,]</p> <p>Półdewca drobiowa. 60 [g]</p> <p>Banan 120 [g]</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% 250 [ml] [Alergen: VII,]</p> <p>Cukier 3 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Baton owocowy (100% owoców) 1 [szt]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Zupa krupnik na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,]</p> <p>Kluski śląskie 200 [g] [Alergen: III,]</p> <p>Sos mięsno-pomidorowy (wołowy) 200 [g] [Alergen: I,]</p> <p>Włoszczyzna duszona z ograniczoną ilością oleju rzepakowego 150 [g] [Alergen: IX,]</p> <p>Kompot owocowy 250 [ml]</p> <p>Cukier 10 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Pasta z jaj z jogurtem naturalnym i koperkiem 80 [g] [Alergen: III, VII,]</p> <p>Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,]</p> <p>Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,]</p> <p>Pomidor gotowany na parze, bez skóry (zblendowany) 100 [g]</p> <p>Herbata 250 [ml]</p> <p>Cukier 3 [g]</p>
				<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 742,80 [kcal] - 29,5%</p> <p>Białko ogół.: 37,35 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 123,87 [g]</p> <p>Cukry: 35,48 [g]</p> <p>Błonnik: 5,08 [g]</p> <p>Tłuszcz: 11,66 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,34 [g]</p> <p>Sól: 0,40 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 29,68 [kcal] - 1,18%</p> <p>Białko ogół.: 0,31 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 6,54 [g]</p> <p>Cukry: 0,00 [g]</p> <p>Błonnik: 0,53 [g]</p> <p>Tłuszcz: 0,25 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,03 [g]</p> <p>Sól: 0,00 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 1257,80 [kcal] - 49,95%</p> <p>Białko ogół.: 41,07 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 194,32 [g]</p> <p>Cukry: 31,21 [g]</p> <p>Błonnik: 22,51 [g]</p> <p>Tłuszcz: 11,13 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,25 [g]</p> <p>Sól: 0,67 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 487,61 [kcal] - 19,37%</p> <p>Białko ogół.: 18,95 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 75,96 [g]</p> <p>Cukry: 7,75 [g]</p> <p>Błonnik: 1,95 [g]</p> <p>Tłuszcz: 13,24 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,50 [g]</p> <p>Sól: 0,24 [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>							
4	24 stycznia 2024	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Wartość energetyczna: 2319,37 [kcal]</p> <p>Białko ogółem: 100,36 [g]</p> <p>Węglowodany ogółem: 281,42 [g]</p> <p>Cukry: 47,80 [g]</p> <p>Błonnik: 35,43 [g]</p> <p>Tłuszcz: 66,25 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 11,69 [g]</p> <p>Sól: 3,89 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,]</p> <p>Chleb graham 120 [g]</p> <p>Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,]</p> <p>Półdewca drobiowa. 60 [g]</p> <p>Rzodkiewka 100 [g]</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Koktajl truskawkowy 150 [ml] [Alergen: VII,]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Zupa krem z brokułów na wywarze jarzynowym 400 [ml] [Alergen: IX, I,]</p> <p>Kluski śląskie. 200 [g] [Alergen: III,]</p> <p>Sos mięsno-pomidorowy (wołowy) 200 [g] [Alergen: I,]</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej 150 [g]</p> <p>Kompot owocowy 250 [ml]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Pasta z jaj z jogurtem naturalnym i koperkiem 80 [g] [Alergen: III, VII,]</p> <p>Chleb graham 120 [g]</p> <p>Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,]</p> <p>Papryka czerwona 100 [g]</p> <p>Herbata 250 [ml]</p>
			<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 724,20 [kcal] - 31,22%</p> <p>Białko ogół.: 35,96 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 95,67 [g]</p> <p>Cukry: 17,63 [g]</p> <p>Błonnik: 11,47 [g]</p> <p>Tłuszcz: 23,42 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,99 [g]</p> <p>Sól: 1,70 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 72,00 [kcal] - 3,1%</p> <p>Białko ogół.: 5,45 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 10,85 [g]</p> <p>Cukry: 9,95 [g]</p> <p>Błonnik: 0,90 [g]</p> <p>Tłuszcz: 0,95 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,14 [g]</p> <p>Sól: 0,22 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 1021,27 [kcal] - 44,03%</p> <p>Białko ogół.: 40,40 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 108,60 [g]</p> <p>Cukry: 14,96 [g]</p> <p>Błonnik: 13,35 [g]</p> <p>Tłuszcz: 21,75 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,46 [g]</p> <p>Sól: 0,45 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 501,90 [kcal] - 21,64%</p> <p>Białko ogół.: 18,55 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 66,30 [g]</p> <p>Cukry: 5,26 [g]</p> <p>Błonnik: 9,71 [g]</p> <p>Tłuszcz: 20,13 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,10 [g]</p> <p>Sól: 1,52 [g]</p>	

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-01-24 do dnia 2024-01-24

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
5	24 stycznia 2024	Dieta papkowata	Wartość energetyczna: 2879,55 [kcal] Białko ogółem: 158,96 [g] Węglowodany ogółem: 355,85 [g] Cukry: 77,14 [g] Błonnik: 21,72 [g] Tłuszcz: 69,55 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,38 [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]	Składniki: Koktajl owocowy 150 [ml] [Alergen: VII,]	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]	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.: 904,49 [kcal] - 31,41% 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]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 169,00 [kcal] - 5,87% Białko ogół.: 6,45 [g] Węglowodany ogół.: 34,35 [g] Cukry: 29,15 [g] Błonnik: 2,60 [g] Tłuszcz: 1,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,19 [g] Sól: 0,23 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1072,67 [kcal] - 37,25% 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] - 25,47% 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							
6	24 stycznia 2024	Dieta beztłuszczowa	Wartość energetyczna: 2501,07 [kcal] Białko ogółem: 99,74 [g] Węglowodany ogółem: 432,05 [g] Cukry: 75,53 [g] Błonnik: 31,65 [g] Tłuszcz: 16,74 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,76 [g] Sól: 1,17 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 0% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Polędwica drobiowa. 60 [g] Banan 120 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,0% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g]	Składniki: Baton owocowy (100% owoców) 1 [szt]	Składniki: Zupa krupnik na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Kluski śląskie 200 [g] [Alergen: III,] Sos mięsno-pomidorowy (wołowy) 200 [g] [Alergen: I,] Włoszczyzna duszona b/t 150 [g] [Alergen: IX, I,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Pasta z białek jajka 100 [g] [Alergen: III, IX,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Pomidor gotowany na parze, bez skóry (zblendowany) 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
				Wartości odżywcze: Wart. energet.: 796,60 [kcal] - 31,85% Białko ogół.: 36,50 [g] Węglowodany ogół.: 148,37 [g] Cukry: 34,68 [g] Błonnik: 5,08 [g] Tłuszcz: 3,91 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,41 [g] Sól: 0,00 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 29,68 [kcal] - 1,19% Białko ogół.: 0,31 [g] Węglowodany ogół.: 6,54 [g] Cukry: 0,00 [g] Błonnik: 0,53 [g] Tłuszcz: 0,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,03 [g] Sól: 0,00 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1265,95 [kcal] - 50,62% Białko ogół.: 41,58 [g] Węglowodany ogół.: 198,02 [g] Cukry: 31,22 [g] Błonnik: 22,63 [g] Tłuszcz: 10,19 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,03 [g] Sól: 0,67 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 408,84 [kcal] - 16,35% Białko ogół.: 21,35 [g] Węglowodany ogół.: 79,12 [g] Cukry: 9,63 [g] Błonnik: 3,41 [g] Tłuszcz: 2,39 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,29 [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 2024-01-24 do dnia 2024-01-24

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
7	24 stycznia 2024	Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa	Wartość energetyczna: 2840,63 [kcal] Białko ogółem: 112,06 [g] Węglowodany ogółem: 401,35 [g] Cukry: 83,03 [g] Błonnik: 26,81 [g] Tłuszcz: 65,43 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 8,19 [g] Sól: 1,60 [g]	Składniki: Kasza manna na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Polędwica drobiowa. 60 [g] Twaróg z koperkiem 50 [g] [Alergen: VII,] Banan 120 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g]	Składniki: Baton owocowy (100% owoców) 1 [szt]	Składniki: Zupa krem z brokułów na wywarze jarzynowym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Kluski śląskie 200 [g] [Alergen: III,] Sos mięsno-pomidorowy (wołowy) 200 [g] [Alergen: I,] Włoszczyzna duszona z olejem rzepakowym 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Pasta z jaj z jogurtem naturalnym i koperkiem 80 [g] [Alergen: III, VII,] Jogurt owocowy 0% 150 [g] [Alergen: VII,] 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]
				Wartości odżywcze: Wart. energet.: 909,19 [kcal] - 32,01% Białko ogół.: 46,02 [g] Węglowodany ogół.: 126,81 [g] Cukry: 36,39 [g] Błonnik: 3,76 [g] Tłuszcz: 25,55 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,99 [g] Sól: 0,46 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 29,68 [kcal] - 1,04% Białko ogół.: 0,31 [g] Węglowodany ogół.: 6,54 [g] Cukry: 0,00 [g] Błonnik: 0,53 [g] Tłuszcz: 0,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,03 [g] Sól: 0,00 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1305,95 [kcal] - 45,97% Białko ogół.: 41,93 [g] Węglowodany ogół.: 184,66 [g] Cukry: 29,77 [g] Błonnik: 20,73 [g] Tłuszcz: 19,94 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,44 [g] Sól: 0,57 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 595,81 [kcal] - 20,97% Białko ogół.: 23,80 [g] Węglowodany ogół.: 83,34 [g] Cukry: 16,87 [g] Błonnik: 1,79 [g] Tłuszcz: 19,69 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,73 [g] Sól: 0,57 [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	24 stycznia 2024	Płynna wzmocniona	Wartość energetyczna: 2921,83 [kcal] Białko ogółem: 159,83 [g] Węglowodany ogółem: 363,52 [g] Cukry: 77,16 [g] Błonnik: 21,97 [g] Tłuszcz: 70,51 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,45 [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]	Składniki: Koktajl owocowy 150 [ml] [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.: 946,77 [kcal] - 32,4% 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]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 169,00 [kcal] - 5,78% Białko ogół.: 6,45 [g] Węglowodany ogół.: 34,35 [g] Cukry: 29,15 [g] Błonnik: 2,60 [g] Tłuszcz: 1,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,19 [g] Sól: 0,23 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1072,67 [kcal] - 36,71% 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] - 25,1% 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 2024-01-24 do dnia 2024-01-24

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
9	24 stycznia 2024	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu bezmleczna	Wartość energetyczna: 2433,56 [kcal] Białko ogółem: 96,02 [g] Węglowodany ogółem: 385,25 [g] Cukry: 57,53 [g] Błonnik: 31,74 [g] Tłuszcz: 34,91 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,29 [g] Sól: 1,02 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na wywarze mięsny 300 [ml] [Alergen: IX,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Połudwica drobiowa. 60 [g] Banan 120 [g] Kawa zbożowa 250 [ml] Cukier 3 [g]	Składniki: Baton owocowy (100% owoców) 1 [szt]	Składniki: Zupa krupnik na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Kluski śląskie 200 [g] [Alergen: III,] Sos mięsno-pomidorowy (wołowy) 200 [g] [Alergen: I,] Włoszczyzna duszona z ograniczoną ilością oleju rzepakowego 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Pasta z jaj z koperkiem 80 [g] [Alergen: III,] 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.: 670,47 [kcal] - 27,55% Białko ogół.: 36,55 [g] Węglowodany ogół.: 109,67 [g] Cukry: 19,41 [g] Błonnik: 6,75 [g] Tłuszcz: 10,69 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,52 [g] Sól: 0,14 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 29,68 [kcal] - 1,22% Białko ogół.: 0,31 [g] Węglowodany ogół.: 6,54 [g] Cukry: 0,00 [g] Błonnik: 0,53 [g] Tłuszcz: 0,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,03 [g] Sól: 0,00 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1257,80 [kcal] - 51,69% Białko ogół.: 41,07 [g] Węglowodany ogół.: 194,32 [g] Cukry: 31,21 [g] Błonnik: 22,51 [g] Tłuszcz: 11,13 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,25 [g] Sól: 0,67 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 475,61 [kcal] - 19,54% Białko ogół.: 18,09 [g] Węglowodany ogół.: 74,72 [g] Cukry: 6,91 [g] Błonnik: 1,95 [g] Tłuszcz: 12,84 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,49 [g] Sól: 0,21 [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			