

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-02-04 do dnia 2024-02-04

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
1	4 Lutego 2024	Dieta podstawowa	Wartość energetyczna: 2902,34 [kcal] Białko ogółem: 112,88 [g] Węglowodany ogółem: 341,42 [g] Cukry: 80,76 [g] Błonnik: 42,15 [g] Tłuszcz: 101,67 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 16,13 [g] Sól: 3,85 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Szynka z kurczaka 60 [g] Cukinia gotowana na parze 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 768,18 [kcal] - 26,47% Białko ogół.: 39,21 [g] Węglowodany ogół.: 102,53 [g] Cukry: 23,65 [g] Błonnik: 12,68 [g] Tłuszcz: 23,84 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,93 [g] Sól: 1,71 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 100 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 1,9% 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]	Składniki: Zupa krem z brokułów z pestkami dyni na wywarze mięsny 400 [ml] [Alergen: IX, VII, I,] Stek wieprzowy z cebulą 140 [g] [Alergen: III, I,] Sos koperkowy 80 [g] [Alergen: IX, I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Surówka marchew z groszkiem 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1517,42 [kcal] - 52,28% Białko ogół.: 47,81 [g] Węglowodany ogół.: 149,15 [g] Cukry: 29,59 [g] Błonnik: 18,50 [g] Tłuszcz: 59,01 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,55 [g] Sól: 0,74 [g]	Składniki: Pasta z twarogu z rzodkiewką 80 [g] [Alergen: VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Jabłko 150 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 561,74 [kcal] - 19,35% Białko ogół.: 25,46 [g] Węglowodany ogół.: 77,74 [g] Cukry: 16,62 [g] Błonnik: 9,87 [g] Tłuszcz: 18,62 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,65 [g] Sól: 1,40 [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	4 Lutego 2024	Dieta łatwostrawna	Wartość energetyczna: 2564,77 [kcal] Białko ogółem: 113,72 [g] Węglowodany ogółem: 341,30 [g] Cukry: 70,21 [g] Błonnik: 23,24 [g] Tłuszcz: 61,19 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,29 [g] Sól: 1,32 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Szynka z kurczaka 60 [g] Cukinia gotowana na parze 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 800,58 [kcal] - 31,21% Białko ogół.: 39,45 [g] Węglowodany ogół.: 109,25 [g] Cukry: 23,29 [g] Błonnik: 5,01 [g] Tłuszcz: 23,48 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,68 [g] Sól: 0,41 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 100 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,14% 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]	Składniki: Zupa krem jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Pulpet z indyka 140 [g] [Alergen: III, I,] Sos koperkowy 80 [g] [Alergen: IX, I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Sałatka ze szpinaku duszonego z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1113,76 [kcal] - 43,43% Białko ogół.: 48,05 [g] Węglowodany ogół.: 135,35 [g] Cukry: 19,74 [g] Błonnik: 14,82 [g] Tłuszcz: 19,24 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,20 [g] Sól: 0,81 [g]	Składniki: Pasta z twarogu z pietruszką 80 [g] [Alergen: VII,] 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.: 595,43 [kcal] - 23,22% Białko ogół.: 25,82 [g] Węglowodany ogół.: 84,70 [g] Cukry: 16,28 [g] Błonnik: 2,31 [g] Tłuszcz: 18,27 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,41 [g] Sól: 0,10 [g]

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-02-04 do dnia 2024-02-04

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
3	4 lutego 2024	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Wartość energetyczna: 2318,57 [kcal] Białko ogółem: 115,05 [g] Węglowodany ogółem: 341,94 [g] Cukry: 70,85 [g] Błonnik: 23,24 [g] Tłuszcz: 32,82 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 11,65 [g] Sól: 1,31 [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,] Szyunka z kurczaka 60 [g] Cukinia gotowana na parze 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 100 [g]	Składniki: Zupa krem jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Pulpet z indyka 140 [g] [Alergen: III, I,] Sos koperkowy 80 [g] [Alergen: IX, I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Sałatka ze szpinaku duszonego z ograniczoną ilością oleju rzepakowego 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Pasta z twarogu z pietruszką (ser krajanka chudy) 80 [g] [Alergen: VII,] 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.: 701,58 [kcal] - 30,26% Białko ogół.: 39,85 [g] Węglowodany ogół.: 110,00 [g] Cukry: 24,00 [g] Błonnik: 5,01 [g] Tłuszcz: 11,85 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,23 [g] Sól: 0,41 [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.: 1050,76 [kcal] - 45,32% Białko ogół.: 48,05 [g] Węglowodany ogół.: 135,35 [g] Cukry: 19,74 [g] Błonnik: 14,82 [g] Tłuszcz: 12,24 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,39 [g] Sól: 0,81 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 511,23 [kcal] - 22,05% Białko ogół.: 26,75 [g] Węglowodany ogół.: 84,59 [g] Cukry: 16,21 [g] Błonnik: 2,31 [g] Tłuszcz: 8,53 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,03 [g] Sól: 0,09 [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							
4	4 lutego 2024	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wartość energetyczna: 2412,33 [kcal] Białko ogółem: 116,65 [g] Węglowodany ogółem: 302,01 [g] Cukry: 52,64 [g] Błonnik: 37,92 [g] Tłuszcz: 62,71 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 9,00 [g] Sól: 4,15 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Szyunka z kurczaka 60 [g] Papryka czerwona 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,]	Składniki: Maślanka naturalna 150 [g] [Alergen: VII,]	Składniki: Zupa krem jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Pulpet z indyka 140 [g] [Alergen: III, I,] Sos koperkowy. 80 [g] [Alergen: IX,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Sałatka ze szpinaku duszonego z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml]	Składniki: Pasta z twarogu z rzodkiewką 80 [g] [Alergen: VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Jabłko 150 [g] Herbata 250 [ml]
			Wartości odżywcze: Wart. energet.: 767,50 [kcal] - 31,82% Białko ogół.: 39,05 [g] Węglowodany ogół.: 102,24 [g] Cukry: 22,22 [g] Błonnik: 13,46 [g] Tłuszcz: 24,22 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,21 [g] Sól: 1,71 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,50 [kcal] - 2,3% 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.: 1039,56 [kcal] - 43,09% Białko ogół.: 47,04 [g] Węglowodany ogół.: 117,97 [g] Cukry: 9,74 [g] Błonnik: 14,59 [g] Tłuszcz: 19,12 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,13 [g] Sól: 0,81 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 549,77 [kcal] - 22,79% Białko ogół.: 25,46 [g] Węglowodany ogół.: 74,75 [g] Cukry: 13,63 [g] Błonnik: 9,87 [g] Tłuszcz: 18,62 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,65 [g] Sól: 1,40 [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 2024-02-04 do dnia 2024-02-04

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
5	4 lutego 2024	Dieta papkowata	<p>Wartość energetyczna: 2765,55 [kcal]</p> <p>Białko ogółem: 152,91 [g]</p> <p>Węglowodany ogółem: 333,50 [g]</p> <p>Cukry: 58,89 [g]</p> <p>Błonnik: 20,22 [g]</p> <p>Tłuszcz: 68,50 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,19 [g]</p> <p>Sól: 1,62 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Papka bogatobiałkowa śniadanie 700 [ml] [Alergen: VII, I,]</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,]</p> <p>Cukier 3 [g]</p> <p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 904,49 [kcal] - 32,71%</p> <p>Białko ogół.: 41,09 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 113,36 [g]</p> <p>Cukry: 25,35 [g]</p> <p>Błonnik: 4,36 [g]</p> <p>Tłuszcz: 32,55 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,03 [g]</p> <p>Sól: 0,52 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Mus owocowy pasteryzowany 100 [g]</p> <p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 1,99%</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>Składniki:</p> <p>Papka bogatobiałkowa z indyka 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>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 1072,67 [kcal] - 38,79%</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>Składniki:</p> <p>Papka bogatobiałkowa z indyka 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.: 733,39 [kcal] - 26,52%</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>
<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	4 lutego 2024	Dieta beztłuszczowa	<p>Wartość energetyczna: 2241,66 [kcal]</p> <p>Białko ogółem: 114,56 [g]</p> <p>Węglowodany ogółem: 353,21 [g]</p> <p>Cukry: 69,02 [g]</p> <p>Błonnik: 21,24 [g]</p> <p>Tłuszcz: 15,87 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,45 [g]</p> <p>Sól: 0,88 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 0% 300 [ml] [Alergen: VII,]</p> <p>Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,]</p> <p>Szynka z kurczaka 60 [g]</p> <p>Cukinia gotowana na parze 100 [g]</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem 0,0% 250 [ml] [Alergen: VII,]</p> <p>Cukier 3 [g]</p> <p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 755,38 [kcal] - 33,7%</p> <p>Białko ogół.: 39,00 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 134,50 [g]</p> <p>Cukry: 23,20 [g]</p> <p>Błonnik: 5,01 [g]</p> <p>Tłuszcz: 4,10 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,30 [g]</p> <p>Sól: 0,01 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Mus owocowy pasteryzowany 100 [g]</p> <p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,45%</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>Składniki:</p> <p>Zupa lane ciasto na wywarze jarzynowym 400 [ml] [Alergen: IX, I, III,]</p> <p>Pulpet z indyka 140 [g] [Alergen: III, I,]</p> <p>Sos koperkowy 80 [g] [Alergen: IX, I,]</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 [g]</p> <p>Salatka ze szpinaku duszonego b/tł. 150 [g]</p> <p>Kompot owocowy 250 [ml]</p> <p>Cukier 10 [g]</p> <p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 975,25 [kcal] - 43,51%</p> <p>Białko ogół.: 48,56 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 122,27 [g]</p> <p>Cukry: 18,81 [g]</p> <p>Błonnik: 12,82 [g]</p> <p>Tłuszcz: 9,04 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,02 [g]</p> <p>Sól: 0,78 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Pasta z twarogu z pietruszką (ser krajanka chudy) 80 [g] [Alergen: VII,]</p> <p>Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,]</p> <p>Jabłko gotowane 150 [g]</p> <p>Herbata 250 [ml]</p> <p>Cukier 3 [g]</p> <p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 456,03 [kcal] - 20,34%</p> <p>Białko ogół.: 26,60 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 84,44 [g]</p> <p>Cukry: 16,11 [g]</p> <p>Błonnik: 2,31 [g]</p> <p>Tłuszcz: 2,53 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,13 [g]</p> <p>Sól: 0,09 [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 2024-02-04 do dnia 2024-02-04

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
7	4 lutego 2024	Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa	Wartość energetyczna: 2709,77 [kcal] Białko ogółem: 119,97 [g] Węglowodany ogółem: 353,00 [g] Cukry: 76,51 [g] Błonnik: 23,24 [g] Tłuszcz: 66,04 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,79 [g] Sól: 1,80 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Szynka z kurczaka 60 [g] Jogurt naturalny 0% 150 [g] [Alergen: VII,] Cukinia gotowana na parze 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 100 [g]	Składniki: Zupa krem jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Pulpet z indyka 140 [g] [Alergen: III, I,] Sos koperkowy 80 [g] [Alergen: IX, I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Sałatka ze szpinaku duszonego z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Pasta z twarogu z pietruszką 80 [g] [Alergen: VII,] Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III,] 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.: 875,58 [kcal] - 32,31% Białko ogół.: 39,45 [g] Węglowodany ogół.: 120,65 [g] Cukry: 29,59 [g] Błonnik: 5,01 [g] Tłuszcz: 23,48 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,68 [g] Sól: 0,71 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,03% 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.: 1113,76 [kcal] - 41,1% Białko ogół.: 48,05 [g] Węglowodany ogół.: 135,35 [g] Cukry: 19,74 [g] Błonnik: 14,82 [g] Tłuszcz: 19,24 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,20 [g] Sól: 0,81 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 665,43 [kcal] - 24,56% Białko ogół.: 32,07 [g] Węglowodany ogół.: 85,00 [g] Cukry: 16,28 [g] Błonnik: 2,31 [g] Tłuszcz: 23,12 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,91 [g] Sól: 0,28 [g]
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							
8	4 lutego 2024	Płynna wzmocniona	Wartość energetyczna: 2807,83 [kcal] Białko ogółem: 153,78 [g] Węglowodany ogółem: 341,17 [g] Cukry: 58,91 [g] Błonnik: 20,47 [g] Tłuszcz: 69,46 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,26 [g] Sól: 1,62 [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: Mus owocowy pasteryzowany 100 [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]	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] - 33,72% 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.: 55,00 [kcal] - 1,96% 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.: 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]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 733,39 [kcal] - 26,12% 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-grocyca,XI-nasiona sezamu,XII-dwutlenek siarki,XIII-tubin,XIV-							

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-02-04 do dnia 2024-02-04

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
9	4 lutego 2024	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu bezmleczna	Wartość energetyczna: 2231,35 [kcal] Białko ogółem: 111,59 [g] Węglowodany ogółem: 326,41 [g] Cukry: 53,40 [g] Błonnik: 25,30 [g] Tłuszcz: 33,15 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,35 [g] Sól: 1,00 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na wywarze mięsny 300 [ml] [Alergen: IX,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Szyunka z kurczaka 60 [g] Cukinia gotowana na parze 100 [g] Kawa zbożowa 250 [ml] Cukier 3 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 100 [g]	Składniki: Zupa krem jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Pulpet z indyka 140 [g] [Alergen: III, I,] Sos koperkowy 80 [g] [Alergen: IX, I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Sałatka ze szpinaku duszonego z olejem rzepakowym. 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Pasta z ryby 100 [g] [Alergen: IV, 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.: 629,25 [kcal] - 28,2% Białko ogół.: 39,05 [g] Węglowodany ogół.: 95,80 [g] Cukry: 7,93 [g] Błonnik: 6,68 [g] Tłuszcz: 10,88 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,41 [g] Sól: 0,15 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,46% 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.: 1033,76 [kcal] - 46,33% Białko ogół.: 47,13 [g] Węglowodany ogół.: 134,27 [g] Cukry: 19,42 [g] Błonnik: 14,06 [g] Tłuszcz: 11,08 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,04 [g] Sól: 0,79 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 513,34 [kcal] - 23,01% Białko ogół.: 25,01 [g] Węglowodany ogół.: 84,34 [g] Cukry: 15,15 [g] Błonnik: 3,46 [g] Tłuszcz: 10,99 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,90 [g] Sól: 0,06 [g]
				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			