

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-02-18 do dnia 2024-02-18

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
1	18 lutego 2024	Dieta podstawowa	Wartość energetyczna: 2925,27 [kcal] Białko ogółem: 120,93 [g] Węglowodany ogółem: 358,05 [g] Cukry: 73,47 [g] Błonnik: 34,16 [g] Tłuszcz: 86,61 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,36 [g] Sól: 6,89 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Ser twarogowo kanapkowy w plastrach 80 [g] [Alergen: VII, ] Papryka czerwona 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 1 [szt]	Składniki: Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsny 400 [ml] [Alergen: IX, VII, I, ] Danie chińskie z warzywami z olejem rzepakowym 350 [g] [Alergen: VI, ] Ryż paraboliczny gotowany 200 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Szyńka drobiowa. 60 [g] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Burak gotowany w plastrach z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
				Wartości odżywcze: Wart. energet.: 873,07 [kcal] - 29,85% Białko ogół.: 44,85 [g] Węglowodany ogół.: 111,44 [g] Cukry: 26,84 [g] Błonnik: 13,16 [g] Tłuszcz: 28,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,95 [g] Sól: 3,55 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 1,88% 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.: 1426,27 [kcal] - 48,76% Białko ogół.: 51,56 [g] Węglowodany ogół.: 159,02 [g] Cukry: 22,08 [g] Błonnik: 8,96 [g] Tłuszcz: 37,04 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 8,97 [g] Sól: 0,53 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 570,93 [kcal] - 19,52% Białko ogół.: 24,12 [g] Węglowodany ogół.: 75,59 [g] Cukry: 13,65 [g] Błonnik: 10,94 [g] Tłuszcz: 21,37 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,44 [g] Sól: 2,81 [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	18 lutego 2024	Dieta łatwostrawna	Wartość energetyczna: 2831,68 [kcal] Białko ogółem: 119,50 [g] Węglowodany ogółem: 373,88 [g] Cukry: 70,72 [g] Błonnik: 18,16 [g] Tłuszcz: 67,78 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,03 [g] Sól: 4,20 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Ser twarogowo kanapkowy w plastrach 80 [g] [Alergen: VII, ] Pomidor gotowany na parze, bez skóry 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 1 [szt]	Składniki: Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I, ] Danie chińskie z warzywami z olejem rzepakowym. 350 [g] [Alergen: IX, ] Ryż paraboliczny gotowany 200 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Szyńka drobiowa. 60 [g] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Burak gotowany w plastrach z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
			Wartości odżywcze: Wart. energet.: 896,51 [kcal] - 31,66% Białko ogół.: 44,85 [g] Węglowodany ogół.: 116,49 [g] Cukry: 25,26 [g] Błonnik: 4,94 [g] Tłuszcz: 27,41 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,58 [g] Sól: 2,26 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 1,94% 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.: 1276,84 [kcal] - 45,09% Białko ogół.: 49,89 [g] Węglowodany ogół.: 163,08 [g] Cukry: 21,27 [g] Błonnik: 8,85 [g] Tłuszcz: 19,16 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,26 [g] Sól: 0,43 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 603,33 [kcal] - 21,31% Białko ogół.: 24,36 [g] Węglowodany ogół.: 82,31 [g] Cukry: 13,29 [g] Błonnik: 3,27 [g] Tłuszcz: 21,01 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,19 [g] Sól: 1,51 [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-lubin,XIV-mięczaki**

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-02-18 do dnia 2024-02-18

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
3	18 lutego 2024	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Wartość energetyczna: 2448,28 [kcal] Białko ogółem: 114,33 [g] Węglowodany ogółem: 359,25 [g] Cukry: 66,37 [g] Błonnik: 20,46 [g] Tłuszcz: 34,93 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 15,63 [g] Sól: 4,32 [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, ] Ser twarogowo kanapkowy w plastrach 80 [g] [Alergen: VII, ] Pomidor gotowany na parze, bez skóry (zblendowany) 100 [g] Kawa zbożowa z makiem 0,5% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 1 [szt]	Składniki: Zupa koperkowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, ] Danie chińskie z warzywami z ograniczoną ilością oleju rzepakowego 350 [g] [Alergen: IX, ] Ryż paraboliczny gotowany 200 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Szynka drobiowa. 60 [g] Chleb pszenny 105 [g] [Alergen: I, ] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII, ] Marchew gotowana w plastrach ze zmniejszoną ilością oleju rzepakowego 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
				Wartości odżywcze: Wart. energet.: 804,81 [kcal] - 32,87% Białko ogół.: 45,60 [g] Węglowodany ogół.: 118,81 [g] Cukry: 27,04 [g] Błonnik: 5,40 [g] Tłuszcz: 15,86 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 8,17 [g] Sól: 2,27 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,25% 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.: 1122,42 [kcal] - 45,85% Białko ogół.: 46,12 [g] Węglowodany ogół.: 153,78 [g] Cukry: 17,94 [g] Błonnik: 8,63 [g] Tłuszcz: 8,26 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,46 [g] Sól: 0,43 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 466,05 [kcal] - 19,04% Białko ogół.: 22,21 [g] Węglowodany ogół.: 74,66 [g] Cukry: 10,49 [g] Błonnik: 5,33 [g] Tłuszcz: 10,61 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,00 [g] Sól: 1,62 [g]
				<b>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</b>			
4	18 lutego 2024	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wartość energetyczna: 2414,00 [kcal] Białko ogółem: 112,21 [g] Węglowodany ogółem: 283,45 [g] Cukry: 56,51 [g] Błonnik: 31,87 [g] Tłuszcz: 68,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 14,49 [g] Sól: 6,79 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Ser twarogowo kanapkowy w plastrach 80 [g] [Alergen: VII, ] Papryka czerwona 100 [g] Kawa zbożowa z makiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 1 [szt]	Składniki: Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze warzywnym. 400 [ml] [Alergen: IX, ] Danie chińskie z warzywami z olejem rzepakowym. 350 [g] [Alergen: IX, ] Ryż paraboliczny gotowany 200 [g] Kompot owocowy bez cukru 250 [ml]	Składniki: Szynka drobiowa. 60 [g] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Burak gotowany w plastrach z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml]
				Wartości odżywcze: Wart. energet.: 861,10 [kcal] - 35,67% Białko ogół.: 44,85 [g] Węglowodany ogół.: 108,45 [g] Cukry: 23,85 [g] Błonnik: 13,16 [g] Tłuszcz: 28,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,95 [g] Sól: 3,55 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,28% 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.: 938,94 [kcal] - 38,9% Białko ogół.: 42,84 [g] Węglowodany ogół.: 90,40 [g] Cukry: 11,10 [g] Błonnik: 6,67 [g] Tłuszcz: 18,68 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,10 [g] Sól: 0,43 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 558,96 [kcal] - 23,15% Białko ogół.: 24,12 [g] Węglowodany ogół.: 72,60 [g] Cukry: 10,66 [g] Błonnik: 10,94 [g] Tłuszcz: 21,37 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,44 [g] Sól: 2,81 [g]
				<b>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</b>			



Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-02-18 do dnia 2024-02-18

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
5	18 lutego 2024	Dieta papkowata	Wartość energetyczna: 2837,83 [kcal] Białko ogółem: 160,74 [g] Węglowodany ogółem: 335,02 [g] Cukry: 76,80 [g] Błonnik: 22,13 [g] Tłuszcz: 74,52 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 10,61 [g] Sól: 1,92 [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 [g] [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.: 874,57 [kcal] - 30,82% 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]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 157,20 [kcal] - 5,54% Białko ogół.: 6,01 [g] Węglowodany ogół.: 13,55 [g] Cukry: 9,61 [g] Błonnik: 3,01 [g] Tłuszcz: 9,52 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,35 [g] Sól: 0,15 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1072,67 [kcal] - 37,8% 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] - 25,84% 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>							
6	18 lutego 2024	Dieta beztłuszczowa	Wartość energetyczna: 2339,71 [kcal] Białko ogółem: 109,43 [g] Węglowodany ogółem: 386,13 [g] Cukry: 64,59 [g] Błonnik: 21,73 [g] Tłuszcz: 12,63 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,07 [g] Sól: 2,13 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 0% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Pasta z ryby 100 [g] [Alergen: IV, IX, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Pomidor gotowany na parze, bez skóry (zblendowany) 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,0% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 1 [szt]	Składniki: Zupa koperkowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, ] Danie chińskie b/tł. 350 [g] [Alergen: IX, ] Ryż paraboliczny gotowany 200 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Szynka drobiowa. 60 [g] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Marchew gotowana w plastrach b/tł 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
				Wartości odżywcze: Wart. energet.: 772,43 [kcal] - 33,01% Białko ogół.: 39,77 [g] Węglowodany ogół.: 138,90 [g] Cukry: 25,36 [g] Błonnik: 6,66 [g] Tłuszcz: 5,38 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,06 [g] Sól: 0,08 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,35% 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.: 1079,47 [kcal] - 46,14% Białko ogół.: 46,18 [g] Węglowodany ogół.: 154,20 [g] Cukry: 17,94 [g] Błonnik: 8,63 [g] Tłuszcz: 3,27 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,17 [g] Sól: 0,43 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 432,81 [kcal] - 18,5% Białko ogół.: 23,08 [g] Węglowodany ogół.: 81,03 [g] Cukry: 10,39 [g] Błonnik: 5,34 [g] Tłuszcz: 3,78 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,84 [g] Sól: 1,62 [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 2024-02-18 do dnia 2024-02-18

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
7	18 lutego 2024	Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa	Wartość energetyczna: 3026,68 [kcal] Białko ogółem: 147,85 [g] Węglowodany ogółem: 388,73 [g] Cukry: 81,82 [g] Błonnik: 18,16 [g] Tłuszcz: 72,28 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 14,88 [g] Sól: 4,59 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Ser twarogowo kanapkowy w plastrach 80 [g] [Alergen: VII, ] Skyr naturalny 1 [szt] [Alergen: VII, ] Pomidor gotowany na parze, bez skóry 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 1 [szt]	Składniki: Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I, ] Danie chińskie z warzywami z olejem rzepakowym. 350 [g] [Alergen: IX, ] Ryż paraboliczny gotowany 200 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Szynka drobiowa. 60 [g] Jogurt naturalny 150g 1 [szt] [Alergen: VII, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Burak gotowany w plastrach z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
				Wartości odżywcze: Wart. energet.: 995,51 [kcal] - 32,89% Białko ogół.: 62,85 [g] Węglowodany ogół.: 123,39 [g] Cukry: 30,06 [g] Błonnik: 4,94 [g] Tłuszcz: 27,41 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,58 [g] Sól: 2,41 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 1,82% 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.: 1276,84 [kcal] - 42,19% Białko ogół.: 49,89 [g] Węglowodany ogół.: 163,08 [g] Cukry: 21,27 [g] Błonnik: 8,85 [g] Tłuszcz: 19,16 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,26 [g] Sól: 0,43 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 699,33 [kcal] - 23,11% Białko ogół.: 34,71 [g] Węglowodany ogół.: 90,26 [g] Cukry: 19,59 [g] Błonnik: 3,27 [g] Tłuszcz: 25,51 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,04 [g] Sól: 1,75 [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	18 lutego 2024	Płynna wzmocniona	Wartość energetyczna: 2835,23 [kcal] Białko ogółem: 161,58 [g] Węglowodany ogółem: 342,66 [g] Cukry: 76,78 [g] Błonnik: 22,38 [g] Tłuszcz: 70,52 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 10,61 [g] Sól: 1,92 [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 [g] [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.: 871,97 [kcal] - 30,75% Białko ogół.: 44,15 [g] Węglowodany ogół.: 120,97 [g] Cukry: 44,53 [g] Błonnik: 4,61 [g] Tłuszcz: 25,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,10 [g] Sól: 0,67 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 157,20 [kcal] - 5,54% Białko ogół.: 6,01 [g] Węglowodany ogół.: 13,55 [g] Cukry: 9,61 [g] Błonnik: 3,01 [g] Tłuszcz: 9,52 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,35 [g] Sól: 0,15 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1072,67 [kcal] - 37,83% 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] - 25,87% 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>			

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 2024-02-18 do dnia 2024-02-18

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
9	18 lutego 2024	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu bezmleczna	Wartość energetyczna: 2356,73 [kcal] Białko ogółem: 109,57 [g] Węglowodany ogółem: 347,16 [g] Cukry: 49,42 [g] Błonnik: 23,40 [g] Tłuszcz: 35,40 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,66 [g] Sól: 2,27 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na wywarze mięsnym 300 [ml] [Alergen: IX, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII, ] Pasta z ryby 100 [g] [Alergen: IV, IX, ] Pomidor gotowany na parze, bez skóry (zblendowany) 100 [g] Kawa zbożowa 250 [ml] Cukier 3 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 1 [szt]	Składniki: Zupa koperkowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, ] Danie chińskie z warzywami z ograniczoną ilością oleju rzepakowego 350 [g] [Alergen: IX, ] Ryż paraboliczny gotowany 200 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Szyńka drobiowa. 60 [g] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII, ] Marchew gotowana w plastrach z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
				Wartości odżywcze: Wart. energet.: 646,30 [kcal] - 27,42% Białko ogół.: 39,82 [g] Węglowodany ogół.: 100,20 [g] Cukry: 10,09 [g] Błonnik: 8,33 [g] Tłuszcz: 12,16 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,17 [g] Sól: 0,22 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,33% 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.: 1122,42 [kcal] - 47,63% Białko ogół.: 46,12 [g] Węglowodany ogół.: 153,78 [g] Cukry: 17,94 [g] Błonnik: 8,63 [g] Tłuszcz: 8,26 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,46 [g] Sól: 0,43 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 533,01 [kcal] - 22,62% Białko ogół.: 23,23 [g] Węglowodany ogół.: 81,18 [g] Cukry: 10,49 [g] Błonnik: 5,34 [g] Tłuszcz: 14,78 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,03 [g] Sól: 1,62 [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>			