

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-02-21 do dnia 2024-02-21

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
1	21 lutego 2024	Dieta podstawowa	<p>Wartość energetyczna: 3038,00 [kcal] Białko ogółem: 109,83 [g] Węglowodany ogółem: 369,39 [g] Cukry: 64,26 [g] Błonnik: 43,38 [g] Tłuszcz: 106,01 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 17,10 [g] Sól: 4,30 [g]</p>	<p>Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Połędwica 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] - 24,23% 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] - 0,98% 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,] Sałatka z buraczków z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]</p> <p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1538,78 [kcal] - 50,65% Białko ogół.: 51,02 [g] Węglowodany ogół.: 195,71 [g] Cukry: 35,72 [g] Błonnik: 21,86 [g] Tłuszcz: 39,27 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,71 [g] Sól: 0,73 [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.: 733,43 [kcal] - 24,14% Białko ogół.: 22,55 [g] Węglowodany ogół.: 68,50 [g] Cukry: 7,93 [g] Błonnik: 9,52 [g] Tłuszcz: 43,07 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 8,37 [g] Sól: 1,87 [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	21 lutego 2024	Dieta łatwostrawna	<p>Wartość energetyczna: 2779,20 [kcal] Białko ogółem: 99,10 [g] Węglowodany ogółem: 399,30 [g] Cukry: 81,26 [g] Błonnik: 31,35 [g] Tłuszcz: 65,31 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 8,57 [g] Sól: 1,22 [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,] Połędwica drobiowa. 60 [g] Banan 120 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g]</p> <p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 884,87 [kcal] - 31,84% Białko ogół.: 37,39 [g] Węglowodany ogół.: 133,55 [g] Cukry: 43,29 [g] Błonnik: 5,83 [g] Tłuszcz: 23,42 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,81 [g] Sól: 0,40 [g]</p>	<p>Składniki: Baton owocowy (100% owoców) 1 [szt]</p> <p>Wartości odżywcze: Wart. energet.: 29,68 [kcal] - 1,07% 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,] 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.: 1327,34 [kcal] - 47,76% Białko ogół.: 42,85 [g] Węglowodany ogół.: 184,87 [g] Cukry: 31,30 [g] Błonnik: 23,50 [g] Tłuszcz: 22,10 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,00 [g] Sól: 0,59 [g]</p>	<p>Składniki: Pasta z jaj i koperkiem 80 [g] [Alergen: III,] 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] - 19,33% 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 2024-02-21 do dnia 2024-02-21

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
3	21 lutego 2024	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Wartość energetyczna: 2592,86 [kcal] Białko ogółem: 97,29 [g] Węglowodany ogółem: 414,07 [g] Cukry: 82,13 [g] Błonnik: 31,11 [g] Tłuszcz: 39,01 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,91 [g] Sól: 1,28 [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,] Połudwica drobiowa. 60 [g] Banan 120 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% 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 z ograniczoną ilością oleju rzepakowego 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Pasta z jaj i 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.: 785,87 [kcal] - 30,31% Białko ogół.: 37,79 [g] Węglowodany ogół.: 134,30 [g] Cukry: 44,00 [g] Błonnik: 5,83 [g] Tłuszcz: 11,79 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,36 [g] Sól: 0,40 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 29,68 [kcal] - 1,14% 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.: 1283,70 [kcal] - 49,51% Białko ogół.: 41,10 [g] Węglowodany ogół.: 198,51 [g] Cukry: 31,22 [g] Błonnik: 22,80 [g] Tłuszcz: 12,13 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,51 [g] Sól: 0,67 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 493,61 [kcal] - 19,04% Białko ogół.: 18,09 [g] Węglowodany ogół.: 74,72 [g] Cukry: 6,91 [g] Błonnik: 1,95 [g] Tłuszcz: 14,84 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,01 [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-groczycza,XI-nasiona sezamu,XII-dwutlenek siarki,XIII-tubin,XIV-mięczaki							
4	21 lutego 2024	Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Wartość energetyczna: 2321,03 [kcal] Białko ogółem: 101,07 [g] Węglowodany ogółem: 282,58 [g] Cukry: 56,09 [g] Błonnik: 37,60 [g] Tłuszcz: 65,80 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 11,01 [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,] Połudwica drobiowa. 60 [g] Rzodkiewka 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,]	Składniki: Koktajl truskawkowy 150 [ml] [Alergen: VII,]	Składniki: Zupa krem z brokułów na wywarze jarzynowym 400 [ml] [Alergen: IX,] Kluski śląskie. 200 [g] [Alergen: III,] Sos mięsno-pomidorowy (wołowy) 200 [g] [Alergen: I,] Sałatka z buraczków z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml]	Składniki: Pasta z jaj i koperkiem 80 [g] [Alergen: III,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Papryka czerwona 100 [g] Herbata 250 [ml]
				Wartości odżywcze: Wart. energet.: 724,20 [kcal] - 31,2% Białko ogół.: 35,96 [g] Węglowodany ogół.: 95,67 [g] Cukry: 17,63 [g] Błonnik: 11,47 [g] Tłuszcz: 23,42 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,99 [g] Sól: 1,70 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 72,00 [kcal] - 3,1% Białko ogół.: 5,45 [g] Węglowodany ogół.: 10,85 [g] Cukry: 9,95 [g] Błonnik: 0,90 [g] Tłuszcz: 0,95 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,14 [g] Sól: 0,22 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1016,93 [kcal] - 43,81% Białko ogół.: 41,97 [g] Węglowodany ogół.: 111,00 [g] Cukry: 24,09 [g] Błonnik: 15,52 [g] Tłuszcz: 19,70 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,27 [g] Sól: 0,44 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 507,90 [kcal] - 21,88% Białko ogół.: 17,69 [g] Węglowodany ogół.: 65,06 [g] Cukry: 4,42 [g] Błonnik: 9,71 [g] Tłuszcz: 21,73 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,61 [g] Sól: 1,49 [g]

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-02-21 do dnia 2024-02-21

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
5	21 lutego 2024	Dieta papkowata	<p>Wartość energetyczna: 2879,55 [kcal]</p> <p>Białko ogółem: 158,96 [g]</p> <p>Węglowodany ogółem: 355,85 [g]</p> <p>Cukry: 77,14 [g]</p> <p>Błonnik: 21,72 [g]</p> <p>Tłuszcz: 69,55 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,38 [g]</p> <p>Sól: 1,85 [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] - 31,41%</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>Koktajl owocowy 150 [ml] [Alergen: VII,]</p> <p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 169,00 [kcal] - 5,87%</p> <p>Białko ogół.: 6,45 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 34,35 [g]</p> <p>Cukry: 29,15 [g]</p> <p>Błonnik: 2,60 [g]</p> <p>Tłuszcz: 1,25 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,19 [g]</p> <p>Sól: 0,23 [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] - 37,25%</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] - 25,47%</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	21 lutego 2024	Dieta beztłuszczowa	<p>Wartość energetyczna: 2561,04 [kcal]</p> <p>Białko ogółem: 100,21 [g]</p> <p>Węglowodany ogółem: 446,67 [g]</p> <p>Cukry: 84,06 [g]</p> <p>Błonnik: 32,69 [g]</p> <p>Tłuszcz: 16,87 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,78 [g]</p> <p>Sól: 1,17 [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>Polędwica drobiowa. 60 [g]</p> <p>Banan 120 [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.: 839,67 [kcal] - 32,79%</p> <p>Białko ogół.: 36,94 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 158,80 [g]</p> <p>Cukry: 43,20 [g]</p> <p>Błonnik: 5,83 [g]</p> <p>Tłuszcz: 4,04 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,43 [g]</p> <p>Sól: 0,00 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Baton owocowy (100% owoców) 1 [szt]</p> <p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 29,68 [kcal] - 1,16%</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>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 b/t 150 [g] [Alergen: IX, I,]</p> <p>Kompot owocowy 250 [ml]</p> <p>Cukier 10 [g]</p> <p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 1282,85 [kcal] - 50,09%</p> <p>Białko ogół.: 41,61 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 202,21 [g]</p> <p>Cukry: 31,23 [g]</p> <p>Błonnik: 22,92 [g]</p> <p>Tłuszcz: 10,19 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,03 [g]</p> <p>Sól: 0,67 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Pasta z białek jajka 100 [g] [Alergen: III, IX,]</p> <p>Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,]</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.: 408,84 [kcal] - 15,96%</p> <p>Białko ogół.: 21,35 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 79,12 [g]</p> <p>Cukry: 9,63 [g]</p> <p>Błonnik: 3,41 [g]</p> <p>Tłuszcz: 2,39 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,29 [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>							

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-02-21 do dnia 2024-02-21

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
7	21 lutego 2024	Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa	<p>Wartość energetyczna: 2938,09 [kcal]</p> <p>Białko ogółem: 113,72 [g]</p> <p>Węglowodany ogółem: 415,29 [g]</p> <p>Cukry: 91,13 [g]</p> <p>Błonnik: 30,48 [g]</p> <p>Tłuszcz: 69,82 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 8,77 [g]</p> <p>Sól: 1,46 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Kasza manna na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,]</p> <p>Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,]</p> <p>Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,]</p> <p>Polędwica drobiowa. 60 [g]</p> <p>Twaróg z koperkiem 50 [g] [Alergen: VII,]</p> <p>Banan 120 [g]</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem 2% 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 krem z brokułów na wywarze jarzynowym 400 [ml] [Alergen: IX,]</p> <p>Kluski śląskie 200 [g] [Alergen: III,]</p> <p>Sos mięsno-pomidorowy (wołowy) 200 [g] [Alergen: I,]</p> <p>Włoszczyzna duszona z olejem rzepakowym 150 [g] [Alergen: IX,]</p> <p>Kompot owocowy 250 [ml]</p> <p>Cukier 10 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Pasta z jaj i koperkiem 80 [g] [Alergen: III,]</p> <p>Jogurt pitny owocowy 1 [szt] [Alergen: VII,]</p> <p>Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,]</p> <p>Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,]</p> <p>Pomidor gotowany na parze, bez skóry 100 [g]</p> <p>Herbata 250 [ml]</p> <p>Cukier 3 [g]</p>
				<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 952,26 [kcal] - 32,41%</p> <p>Białko ogół.: 46,46 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 137,24 [g]</p> <p>Cukry: 44,91 [g]</p> <p>Błonnik: 4,51 [g]</p> <p>Tłuszcz: 25,68 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,01 [g]</p> <p>Sól: 0,46 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 29,68 [kcal] - 1,01%</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.: 1327,34 [kcal] - 45,18%</p> <p>Białko ogół.: 42,85 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 184,87 [g]</p> <p>Cukry: 31,30 [g]</p> <p>Błonnik: 23,50 [g]</p> <p>Tłuszcz: 22,10 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,00 [g]</p> <p>Sól: 0,59 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 628,81 [kcal] - 21,4%</p> <p>Białko ogół.: 24,10 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 86,64 [g]</p> <p>Cukry: 14,92 [g]</p> <p>Błonnik: 1,94 [g]</p> <p>Tłuszcz: 21,79 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,73 [g]</p> <p>Sól: 0,41 [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	21 lutego 2024	Płynna wzmocniona	<p>Wartość energetyczna: 2921,83 [kcal]</p> <p>Białko ogółem: 159,83 [g]</p> <p>Węglowodany ogółem: 363,52 [g]</p> <p>Cukry: 77,16 [g]</p> <p>Błonnik: 21,97 [g]</p> <p>Tłuszcz: 70,51 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,45 [g]</p> <p>Sól: 1,85 [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>Koktajl owocowy 150 [ml] [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.: 946,77 [kcal] - 32,4%</p> <p>Białko ogół.: 41,96 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 121,03 [g]</p> <p>Cukry: 25,37 [g]</p> <p>Błonnik: 4,61 [g]</p> <p>Tłuszcz: 33,51 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,10 [g]</p> <p>Sól: 0,52 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 169,00 [kcal] - 5,78%</p> <p>Białko ogół.: 6,45 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 34,35 [g]</p> <p>Cukry: 29,15 [g]</p> <p>Błonnik: 2,60 [g]</p> <p>Tłuszcz: 1,25 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,19 [g]</p> <p>Sól: 0,23 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 1072,67 [kcal] - 36,71%</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] - 25,1%</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>							

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-02-21 do dnia 2024-02-21

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
9	21 lutego 2024	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu bezmleczna	Wartość energetyczna: 2572,53 [kcal] Białko ogółem: 102,74 [g] Węglowodany ogółem: 400,17 [g] Cukry: 66,06 [g] Błonnik: 32,78 [g] Tłuszcz: 40,89 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,97 [g] Sól: 1,19 [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.: 713,54 [kcal] - 27,74% Białko ogół.: 36,99 [g] Węglowodany ogół.: 120,10 [g] Cukry: 27,93 [g] Błonnik: 7,50 [g] Tłuszcz: 10,82 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,54 [g] Sól: 0,14 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 29,68 [kcal] - 1,15% 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.: 1283,70 [kcal] - 49,9% Białko ogół.: 41,10 [g] Węglowodany ogół.: 198,51 [g] Cukry: 31,22 [g] Błonnik: 22,80 [g] Tłuszcz: 12,13 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,51 [g] Sól: 0,67 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 545,61 [kcal] - 21,21% Białko ogół.: 24,34 [g] Węglowodany ogół.: 75,02 [g] Cukry: 6,91 [g] Błonnik: 1,95 [g] Tłuszcz: 17,69 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,89 [g] Sól: 0,38 [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			