

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-02-24 do dnia 2024-02-24

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
1	24 lutego 2024	Dieta podstawowa	Wartość energetyczna: 3147,54 [kcal] Białko ogółem: 123,22 [g] Węglowodany ogółem: 384,61 [g] Cukry: 85,11 [g] Błonnik: 36,47 [g] Tłuszcz: 102,86 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,98 [g] Sól: 5,05 [g]	Składniki: Ryż na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Ser żółty 60 [g] [Alergen: VII, ] Rzodkiewka 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]	Składniki: Jogurt pitny owocowy 1 [szt] [Alergen: VII, ]	Składniki: Zupa ogórkowa na wywarze mięsnym 400 [ml] [Alergen: IX, VII, I, ] Makaron z serem i rodzynkami z sosem owocowym 425 [g] [Alergen: I, VII, ] Surówka z marchwi i jabłka z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Sałatka ryżowa z filetem z kurczaka 100 [g] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Papryka 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
			Wartości odżywcze: Wart. energet.: 889,97 [kcal] - 28,28% Białko ogół.: 38,92 [g] Węglowodany ogół.: 100,82 [g] Cukry: 20,70 [g] Błonnik: 10,03 [g] Tłuszcz: 38,62 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,14 [g] Sól: 2,58 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 91,50 [kcal] - 2,91% Białko ogół.: 5,55 [g] Węglowodany ogół.: 12,30 [g] Cukry: 8,25 [g] Błonnik: 0,45 [g] Tłuszcz: 2,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Sól: 0,18 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1338,97 [kcal] - 42,54% Białko ogół.: 47,02 [g] Węglowodany ogół.: 173,92 [g] Cukry: 45,38 [g] Błonnik: 14,46 [g] Tłuszcz: 26,03 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,71 [g] Sól: 0,62 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 827,10 [kcal] - 26,28% Białko ogół.: 31,73 [g] Węglowodany ogół.: 97,57 [g] Cukry: 10,78 [g] Błonnik: 11,53 [g] Tłuszcz: 35,96 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 8,13 [g] Sól: 1,67 [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	24 lutego 2024	Dieta łatwostrawna	Wartość energetyczna: 2908,09 [kcal] Białko ogółem: 125,92 [g] Węglowodany ogółem: 410,31 [g] Cukry: 99,39 [g] Błonnik: 29,67 [g] Tłuszcz: 63,88 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,87 [g] Sól: 1,83 [g]	Składniki: Ryż na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Skyr naturalny 1 [szt] [Alergen: VII, ] Marchew gotowana w plastrach z olejem rzepakowym 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]	Składniki: Jogurt pitny owocowy 1 [szt] [Alergen: VII, ]	Składniki: Zupa szpinakowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, ] Makaron z serem i sosem owocowym 425 [g] [Alergen: I, VII, ] Seler duszony z jabłkiem z ograniczoną ilością oleju rzepakowego 150 [g] [Alergen: IX, ] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Sałatka ryżowa z filetem z kurczaka. 100 [g] [Alergen: IX, ] 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.: 902,71 [kcal] - 31,04% Białko ogół.: 43,51 [g] Węglowodany ogół.: 127,23 [g] Cukry: 32,47 [g] Błonnik: 7,68 [g] Tłuszcz: 26,70 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,90 [g] Sól: 0,85 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 91,50 [kcal] - 3,15% Białko ogół.: 5,55 [g] Węglowodany ogół.: 12,30 [g] Cukry: 8,25 [g] Błonnik: 0,45 [g] Tłuszcz: 2,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1152,64 [kcal] - 39,64% Białko ogół.: 45,40 [g] Węglowodany ogół.: 156,13 [g] Cukry: 41,14 [g] Błonnik: 14,94 [g] Tłuszcz: 14,07 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,97 [g] Sól: 0,54 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 761,24 [kcal] - 26,18% Białko ogół.: 31,46 [g] Węglowodany ogół.: 114,65 [g] Cukry: 17,53 [g] Błonnik: 6,60 [g] Tłuszcz: 20,86 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,00 [g] Sól: 0,26 [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 2024-02-24 do dnia 2024-02-24

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
3	24 lutego 2024	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Wartość energetyczna: 2735,09 [kcal] Białko ogółem: 126,07 [g] Węglowodany ogółem: 422,31 [g] Cukry: 102,06 [g] Błonnik: 29,52 [g] Tłuszcz: 39,77 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,12 [g] Sól: 1,99 [g]	Składniki: Ryż na mleku 0,5% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII, ] Skyr naturalny 1 [szt] [Alergen: VII, ] Marchew gotowana w plastrach ze zmniejszoną ilością oleju rzepakowego 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]	Składniki: Jogurt owocowy 0% 1 [szt] [Alergen: VII, ]	Składniki: Zupa szpinakowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, ] Makaron z serem i sosem owocowym 425 [g] [Alergen: I, VII, ] Seler duszony z jabłkiem z ograniczoną ilością oleju rzepakowego 150 [g] [Alergen: IX, ] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Sałatka ryżowa z filetem z kurczaka. 100 [g] [Alergen: 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.: 819,71 [kcal] - 29,97% Białko ogół.: 43,91 [g] Węglowodany ogół.: 137,98 [g] Cukry: 33,18 [g] Błonnik: 7,68 [g] Tłuszcz: 11,07 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,42 [g] Sól: 0,85 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 58,50 [kcal] - 2,14% Białko ogół.: 5,25 [g] Węglowodany ogół.: 13,50 [g] Cukry: 10,20 [g] Błonnik: 0,30 [g] Tłuszcz: 0,15 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Sól: 0,34 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1152,64 [kcal] - 42,14% Białko ogół.: 45,40 [g] Węglowodany ogół.: 156,13 [g] Cukry: 41,14 [g] Błonnik: 14,94 [g] Tłuszcz: 14,07 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,97 [g] Sól: 0,54 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 704,24 [kcal] - 25,75% Białko ogół.: 31,51 [g] Węglowodany ogół.: 114,70 [g] Cukry: 17,54 [g] Błonnik: 6,60 [g] Tłuszcz: 14,48 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,73 [g] Sól: 0,26 [g]
				<b>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</b>			
4	24 lutego 2024	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wartość energetyczna: 2502,41 [kcal] Białko ogółem: 113,10 [g] Węglowodany ogółem: 287,80 [g] Cukry: 59,28 [g] Błonnik: 32,36 [g] Tłuszcz: 79,36 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,30 [g] Sól: 4,22 [g]	Składniki: Ryż na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Skyr naturalny 1 [szt] [Alergen: VII, ] Rzodkiewka 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ]	Składniki: Kefir 150g 1 [szt] [Alergen: VII, ]	Składniki: Zupa szpinakowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, ] Makaron z serem i musem owocowym. 425 [g] [Alergen: I, VII, ] Surówka z marchwi i jabłka z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml]	Składniki: Sałatka ryżowa z filetem z kurczaka 100 [g] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ] Papryka 100 [g] Herbata 250 [ml]
				Wartości odżywcze: Wart. energet.: 764,60 [kcal] - 30,55% Białko ogół.: 41,80 [g] Węglowodany ogół.: 104,67 [g] Cukry: 22,45 [g] Błonnik: 10,03 [g] Tłuszcz: 21,76 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,68 [g] Sól: 1,85 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 75,00 [kcal] - 3,0% Białko ogół.: 5,10 [g] Węglowodany ogół.: 7,05 [g] Cukry: 6,15 [g] Błonnik: 0,00 [g] Tłuszcz: 3,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 847,68 [kcal] - 33,87% Białko ogół.: 34,47 [g] Węglowodany ogół.: 81,50 [g] Cukry: 22,89 [g] Błonnik: 10,80 [g] Tłuszcz: 18,64 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,40 [g] Sól: 0,56 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 815,13 [kcal] - 32,57% Białko ogół.: 31,73 [g] Węglowodany ogół.: 94,58 [g] Cukry: 7,79 [g] Błonnik: 11,53 [g] Tłuszcz: 35,96 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 8,13 [g] Sól: 1,67 [g]
				<b>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</b>			

nasycone: 0,09 [g]

Sól: 0,14 [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 2024-02-24 do dnia 2024-02-24

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
5	24 lutego 2024	Dieta papkowata	Wartość energetyczna: 2809,53 [kcal] Białko ogółem: 160,31 [g] Węglowodany ogółem: 333,80 [g] Cukry: 75,47 [g] Błonnik: 19,57 [g] Tłuszcz: 71,38 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 10,31 [g] Sól: 1,95 [g]	Składniki: Papka bogatobiałkowa śniadanie 700 [ml] [Alergen: VII, I, ] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]	Składniki: Jogurt pitny owocowy 1 [szt] [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.: 911,97 [kcal] - 32,46% Białko ogół.: 43,34 [g] Węglowodany ogół.: 113,36 [g] Cukry: 44,58 [g] Błonnik: 4,36 [g] Tłuszcz: 33,38 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,15 [g] Sól: 0,67 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 91,50 [kcal] - 3,26% Białko ogół.: 5,55 [g] Węglowodany ogół.: 12,30 [g] Cukry: 8,25 [g] Błonnik: 0,45 [g] Tłuszcz: 2,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Sól: 0,18 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1072,67 [kcal] - 38,18% 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] - 26,1% 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]
<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>							
6	24 lutego 2024	Dieta beztłuszczowa	Wartość energetyczna: 2505,74 [kcal] Białko ogółem: 125,18 [g] Węglowodany ogółem: 411,46 [g] Cukry: 100,69 [g] Błonnik: 29,81 [g] Tłuszcz: 21,02 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,00 [g] Sól: 1,61 [g]	Składniki: Ryż na mleku 0,0% 300 [ml] [Alergen: VII, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Skyr naturalny 1 [szt] [Alergen: VII, ] Marchew gotowana w plastrach b/tł 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,0% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]	Składniki: Jogurt owocowy 0% 1 [szt] [Alergen: VII, ]	Składniki: Zupa szpinakowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, ] Makaron z serem i sosem owocowym 425 [g] [Alergen: I, VII, ] Seler duszony z jabłkiem b/tł. 150 [g] [Alergen: IX, ] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Sałatka ryżowa z filetem z kurczaka. 100 [g] [Alergen: IX, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Jabłko gotowane 150 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
				Wartości odżywcze: Wart. energet.: 682,51 [kcal] - 27,24% Białko ogół.: 43,06 [g] Węglowodany ogół.: 127,48 [g] Cukry: 32,38 [g] Błonnik: 7,68 [g] Tłuszcz: 2,32 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,23 [g] Sól: 0,45 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 58,50 [kcal] - 2,33% Białko ogół.: 5,25 [g] Węglowodany ogół.: 13,50 [g] Cukry: 10,20 [g] Błonnik: 0,30 [g] Tłuszcz: 0,15 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Sól: 0,34 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1115,69 [kcal] - 44,53% Białko ogół.: 45,51 [g] Węglowodany ogół.: 155,93 [g] Cukry: 40,67 [g] Błonnik: 15,23 [g] Tłuszcz: 10,07 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,94 [g] Sól: 0,56 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 649,04 [kcal] - 25,9% Białko ogół.: 31,36 [g] Węglowodany ogół.: 114,55 [g] Cukry: 17,44 [g] Błonnik: 6,60 [g] Tłuszcz: 8,48 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,83 [g] Sól: 0,26 [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>							

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-02-24 do dnia 2024-02-24

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
7	24 lutego 2024	Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa	<p>Wartość energetyczna: 3074,09 [kcal]</p> <p>Białko ogółem: 142,52 [g]</p> <p>Węglowodany ogółem: 418,56 [g]</p> <p>Cukry: 105,69 [g]</p> <p>Błonnik: 29,67 [g]</p> <p>Tłuszcz: 73,23 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 10,22 [g]</p> <p>Sól: 2,25 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Ryż na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII, ]</p> <p>Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ]</p> <p>Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ]</p> <p>Marchew gotowana w plastrach z olejem rzepakowym 100 [g]</p> <p>Skyr naturalny 1 [szt] [Alergen: VII, ]</p> <p>Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III, ]</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ]</p> <p>Cukier 3 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Jogurt pitny owocowy 1 [szt] [Alergen: VII, ]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Zupa szpinakowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, ]</p> <p>Makaron z serem i sosem owocowym 425 [g] [Alergen: I, VII, ]</p> <p>Seler duszony z jabłkiem 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>Salatka ryżowa z filetem z kurczaka. 100 [g] [Alergen: IX, ]</p> <p>Jogurt naturalny 150g 1 [szt] [Alergen: VII, ]</p> <p>Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ]</p> <p>Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII, ]</p> <p>Jabłko gotowane 150 [g]</p> <p>Herbata 250 [ml]</p> <p>Cukier 3 [g]</p>
			<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 972,71 [kcal] - 31,64%</p> <p>Białko ogół.: 49,76 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 127,53 [g]</p> <p>Cukry: 32,47 [g]</p> <p>Błonnik: 7,68 [g]</p> <p>Tłuszcz: 31,55 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,40 [g]</p> <p>Sól: 1,03 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 91,50 [kcal] - 2,98%</p> <p>Białko ogół.: 5,55 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 12,30 [g]</p> <p>Cukry: 8,25 [g]</p> <p>Błonnik: 0,45 [g]</p> <p>Tłuszcz: 2,25 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g]</p> <p>Sól: 0,18 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 1152,64 [kcal] - 37,5%</p> <p>Białko ogół.: 45,40 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 156,13 [g]</p> <p>Cukry: 41,14 [g]</p> <p>Błonnik: 14,94 [g]</p> <p>Tłuszcz: 14,07 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,97 [g]</p> <p>Sól: 0,54 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 857,24 [kcal] - 27,89%</p> <p>Białko ogół.: 41,81 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 122,60 [g]</p> <p>Cukry: 23,83 [g]</p> <p>Błonnik: 6,60 [g]</p> <p>Tłuszcz: 25,36 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,85 [g]</p> <p>Sól: 0,50 [g]</p>	
<p><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></p>							
8	24 lutego 2024	Płynna wzmocniona	<p>Wartość energetyczna: 2921,53 [kcal]</p> <p>Białko ogółem: 162,89 [g]</p> <p>Węglowodany ogółem: 356,78 [g]</p> <p>Cukry: 75,47 [g]</p> <p>Błonnik: 20,32 [g]</p> <p>Tłuszcz: 72,64 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,51 [g]</p> <p>Sól: 2,28 [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>Jogurt pitny owocowy 1 [szt] [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.: 978,97 [kcal] - 33,51%</p> <p>Białko ogół.: 45,92 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 136,34 [g]</p> <p>Cukry: 44,58 [g]</p> <p>Błonnik: 5,11 [g]</p> <p>Tłuszcz: 29,64 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,27 [g]</p> <p>Sól: 0,67 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 91,50 [kcal] - 3,13%</p> <p>Białko ogół.: 5,55 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 12,30 [g]</p> <p>Cukry: 8,25 [g]</p> <p>Błonnik: 0,45 [g]</p> <p>Tłuszcz: 2,25 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g]</p> <p>Sól: 0,18 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 1117,67 [kcal] - 38,26%</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: 21,59 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,78 [g]</p> <p>Sól: 0,93 [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>	



Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-02-24 do dnia 2024-02-24

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
9	24 lutego 2024	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu bezmleczna	<p>Wartość energetyczna: 2602,45 [kcal]                      Białko ogółem: 128,80 [g]                      Węglowodany ogółem: 384,43 [g]                      Cukry: 75,97 [g]                      Błonnik: 30,97 [g]                      Tłuszcz: 40,61 [g]                      Kwasy tłuszczowe nasycone: 14,78 [g]                      Sól: 1,71 [g]</p>	<p>Składniki:                      Ryż na wywarze mięsny 300 [ml] [Alergen: VII, ]                      Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ]                      Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII, ]                      Filet z kurczaka na parze w plastrach 80 [g]                      Marchew gotowana w plastrach ze zmniejszoną ilością oleju rzepakowego 100 [g]                      Kawa zbożowa 250 [ml]                      Cukier 3 [g]</p>	<p>Składniki:                      Bezmleczny koktajl jaglany 150 [g]</p>	<p>Składniki:                      Zupa szpinakowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, ]                      Pulpet wołowy 140 [g] [Alergen: I, III, ]                      Sos koperkowy 80 [g] [Alergen: IX, I, ]                      Ziemniaki z koperkiem 200 [g]                      Seler duszony z jabłkiem z ograniczoną ilością oleju rzepakowego 150 [g] [Alergen: IX, ]                      Kompot owocowy 250 [ml]                      Cukier 10 [g]</p>	<p>Składniki:                      Sałatka ryżowa z filetem z kurczaka 100 [g] [Alergen: IX, ]                      Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ]                      Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII, ]                      Jabłko gotowane 150 [g]                      Herbata 250 [ml]                      Cukier 3 [g]</p>
			<p>Wartości odżywcze:                      Wart. energet.: 776,61 [kcal] - 29,84%                      Białko ogół.: 52,11 [g]                      Węglowodany ogół.: 118,53 [g]                      Cukry: 25,83 [g]                      Błonnik: 7,68 [g]                      Tłuszcz: 12,51 [g]                      Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,81 [g]                      Sól: 0,82 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:                      Wart. energet.: 73,68 [kcal] - 2,83%                      Białko ogół.: 1,45 [g]                      Węglowodany ogół.: 16,58 [g]                      Cukry: 7,70 [g]                      Błonnik: 1,00 [g]                      Tłuszcz: 0,41 [g]                      Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,15 [g]                      Sól: 0,00 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:                      Wart. energet.: 1047,92 [kcal] - 40,27%                      Białko ogół.: 43,73 [g]                      Węglowodany ogół.: 134,62 [g]                      Cukry: 24,90 [g]                      Błonnik: 15,69 [g]                      Tłuszcz: 13,21 [g]                      Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,09 [g]                      Sól: 0,63 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:                      Wart. energet.: 704,24 [kcal] - 27,06%                      Białko ogół.: 31,51 [g]                      Węglowodany ogół.: 114,70 [g]                      Cukry: 17,54 [g]                      Błonnik: 6,60 [g]                      Tłuszcz: 14,48 [g]                      Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,73 [g]                      Sól: 0,26 [g]</p>	
<p><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></p>							