

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-02-25 do dnia 2024-02-25

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
1	25 lutego 2024	Dieta podstawowa	Wartość energetyczna: 3186,80 [kcal] Białko ogółem: 148,81 [g] Węglowodany ogółem: 369,45 [g] Cukry: 78,17 [g] Błonnik: 41,40 [g] Tłuszcz: 96,96 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 27,15 [g] Sól: 6,32 [g]	Składniki: Kasza manna na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III,] Burak gotowany w plastrach z olejem rzepakowym 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 1 [szt]	Składniki: Zupa meksykańska na wywarze mięsnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Filet drobiowy panierowany smażony 140 [g] [Alergen: I, III,] Sos pietruszkowy 80 [ml] [Alergen: I, IX,] Ziemniaki 200 [g] Warzywa na patelnii 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Serek wiejski 150 g 1 [szt] [Alergen: VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Sałata z tartą marchewką z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
				Wartości odżywcze: Wart. energet.: 855,43 [kcal] - 26,84% Białko ogół.: 33,10 [g] Węglowodany ogół.: 114,65 [g] Cukry: 30,82 [g] Błonnik: 13,30 [g] Tłuszcz: 31,88 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,60 [g] Sól: 2,07 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 1,73% 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.: 1615,04 [kcal] - 50,68% Białko ogół.: 82,01 [g] Węglowodany ogół.: 169,87 [g] Cukry: 24,36 [g] Błonnik: 16,66 [g] Tłuszcz: 42,86 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 9,75 [g] Sól: 1,37 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 661,33 [kcal] - 20,75% Białko ogół.: 33,30 [g] Węglowodany ogół.: 72,93 [g] Cukry: 12,09 [g] Błonnik: 10,34 [g] Tłuszcz: 22,02 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,80 [g] Sól: 2,88 [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	25 lutego 2024	Dieta łatwostrawna	Wartość energetyczna: 2736,57 [kcal] Białko ogółem: 122,48 [g] Węglowodany ogółem: 348,18 [g] Cukry: 76,81 [g] Błonnik: 24,95 [g] Tłuszcz: 68,24 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 19,27 [g] Sól: 2,97 [g]	Składniki: Kasza manna na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III,] Burak gotowany w plastrach z olejem rzepakowym 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 1 [szt]	Składniki: Zupa pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX,] Bitka drobiowa 120 [g] [Alergen: I,] Sos pietruszkowy 80 [ml] [Alergen: I, IX,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Sałatka ze szpinaku duszonego z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Serek wiejski 150 g 1 [szt] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Sałata z marchewką gotowaną z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
				Wartości odżywcze: Wart. energet.: 887,83 [kcal] - 32,44% Białko ogół.: 33,34 [g] Węglowodany ogół.: 121,37 [g] Cukry: 30,46 [g] Błonnik: 5,63 [g] Tłuszcz: 31,52 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,35 [g] Sól: 0,77 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,01% 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.: 1091,02 [kcal] - 39,87% Białko ogół.: 55,20 [g] Węglowodany ogół.: 135,16 [g] Cukry: 23,72 [g] Błonnik: 15,55 [g] Tłuszcz: 13,86 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,11 [g] Sól: 0,00 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 702,72 [kcal] - 25,68% Białko ogół.: 33,54 [g] Węglowodany ogół.: 79,65 [g] Cukry: 11,73 [g] Błonnik: 2,67 [g] Tłuszcz: 22,66 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 11,81 [g] Sól: 1,50 [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			

Sól: 0,77 [g]

Tłuszcz: 0,20 [g]

Sól: 0,02 [g]

Sól: 1,58 [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-groczycza,XI-nasiona sezamu,XII-dwutlenek siarki,XIII-tubin,XIV-mięczaki

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-02-25 do dnia 2024-02-25

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
3	25 lutego 2024	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Wartość energetyczna: 2387,94 [kcal] Białko ogółem: 118,16 [g] Węglowodany ogółem: 344,09 [g] Cukry: 71,16 [g] Błonnik: 27,15 [g] Tłuszcz: 40,21 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,60 [g] Sól: 1,68 [g]	Składniki: Kasza manna na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III,] Cukinia gotowana na parze 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 1 [szt]	Składniki: Zupa pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX,] Bitka drobiowa 120 [g] [Alergen: I,] Sos pietruszkowy 80 [ml] [Alergen: I, IX,] 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 kurczaka 100 [g] [Alergen: IX,] Chleb pszenny 120 [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.: 738,38 [kcal] - 30,92% Białko ogół.: 32,24 [g] Węglowodany ogół.: 111,36 [g] Cukry: 23,40 [g] Błonnik: 3,59 [g] Tłuszcz: 19,36 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,69 [g] Sól: 0,59 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,3% 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.: 1050,52 [kcal] - 43,99% Białko ogół.: 55,20 [g] Węglowodany ogół.: 135,16 [g] Cukry: 23,72 [g] Błonnik: 15,55 [g] Tłuszcz: 9,36 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,95 [g] Sól: 0,62 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 544,04 [kcal] - 22,78% Białko ogół.: 30,32 [g] Węglowodany ogół.: 85,57 [g] Cukry: 13,14 [g] Błonnik: 6,91 [g] Tłuszcz: 11,29 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,96 [g] Sól: 0,47 [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	25 lutego 2024	Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Wartość energetyczna: 2584,05 [kcal] Białko ogółem: 116,84 [g] Węglowodany ogółem: 282,83 [g] Cukry: 57,13 [g] Błonnik: 31,27 [g] Tłuszcz: 82,47 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 24,76 [g] Sól: 5,66 [g]	Składniki: Kasza manna na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III,] Burak gotowany w plastrach z olejem rzepakowym 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 1 [szt]	Składniki: Zupa pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX,] Bitka drobiowa 120 [g] [Alergen: I,] Sos pietruszkowy. 80 [ml] [Alergen: IX,] Ziemniaki z koperkiem. 200 [g] Warzywa na patelnie 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml]	Składniki: Serek wiejski 150 g 1 [szt] [Alergen: VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Sałata z tartą marchewką z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml]
				Wartości odżywcze: Wart. energet.: 843,46 [kcal] - 32,64% Białko ogół.: 33,10 [g] Węglowodany ogół.: 111,66 [g] Cukry: 27,83 [g] Błonnik: 13,30 [g] Tłuszcz: 31,88 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,60 [g] Sól: 2,07 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,13% 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.: 1036,23 [kcal] - 40,1% Białko ogół.: 50,04 [g] Węglowodany ogół.: 89,23 [g] Cukry: 9,30 [g] Błonnik: 6,53 [g] Tłuszcz: 28,37 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,36 [g] Sól: 0,71 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 649,36 [kcal] - 25,13% Białko ogół.: 33,30 [g] Węglowodany ogół.: 69,94 [g] Cukry: 9,10 [g] Błonnik: 10,34 [g] Tłuszcz: 22,02 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,80 [g] Sól: 2,88 [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			

				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-groczycza,XI-nasiona sezamu,XII-dwutlenek siarki,XIII-
łubin,XIV-mięczaki**

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-02-25 do dnia 2024-02-25

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
5	25 lutego 2024	Dieta papkowata	Wartość energetyczna: 2793,03 [kcal] Białko ogółem: 159,86 [g] Węglowodany ogółem: 328,55 [g] Cukry: 73,37 [g] Błonnik: 19,12 [g] Tłuszcz: 72,13 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 10,40 [g] Sól: 1,91 [g]	Składniki: Papka bogatobiałkowa śniadanie 700 [ml] [Alergen: VII, I,] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 911,97 [kcal] - 32,65% 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]	Składniki: Kefir 150g 1 [sztt] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 75,00 [kcal] - 2,69% 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: 0,09 [g] Sól: 0,14 [g]	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] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1072,67 [kcal] - 38,41% 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]	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.: 733,39 [kcal] - 26,26% 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]
<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-lubin,XIV-mięczaki</p>							
6	25 lutego 2024	Dieta beztłuszczowa	Wartość energetyczna: 2354,77 [kcal] Białko ogółem: 121,15 [g] Węglowodany ogółem: 379,20 [g] Cukry: 73,74 [g] Błonnik: 28,94 [g] Tłuszcz: 16,05 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,86 [g] Sól: 1,57 [g]	Składniki: Kasza manna na mleku 0% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Pasta z białek jajka 100 [g] [Alergen: III, IX,] Cukinia gotowana na parze 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,0% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 773,91 [kcal] - 32,87% Białko ogół.: 35,38 [g] Węglowodany ogół.: 146,62 [g] Cukry: 26,08 [g] Błonnik: 5,38 [g] Tłuszcz: 2,70 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,24 [g] Sól: 0,48 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 1 [sztt] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,34% 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 pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX,] Bitka drobiowa 120 [g] [Alergen: I,] Sos pietruszkowy 80 [ml] [Alergen: I, IX,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Sałatka ze szpinaku duszonego b/tt. 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1046,02 [kcal] - 44,42% Białko ogół.: 55,20 [g] Węglowodany ogół.: 135,16 [g] Cukry: 23,72 [g] Błonnik: 15,55 [g] Tłuszcz: 8,86 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,82 [g] Sól: 0,62 [g]	Składniki: Pasta z kurczaka 100 [g] [Alergen: IX,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Herbata 250 [ml] Marchew gotowana w plastrach b/tt 100 [g] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 479,84 [kcal] - 20,38% Białko ogół.: 30,17 [g] Węglowodany ogół.: 85,42 [g] Cukry: 13,04 [g] Błonnik: 6,91 [g] Tłuszcz: 4,29 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,80 [g] Sól: 0,47 [g]
<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-lubin,XIV-mięczaki</p>							

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-02-25 do dnia 2024-02-25

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
7	25 lutego 2024	Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa	Wartość energetyczna: 2837,66 [kcal] Białko ogółem: 132,27 [g] Węglowodany ogółem: 359,95 [g] Cukry: 84,73 [g] Błonnik: 26,47 [g] Tłuszcz: 66,20 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 18,09 [g] Sól: 3,33 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III,] Twaróg z koperkiem 50 [g] [Alergen: VII,] Burak gotowany w plastrach z olejem rzepakowym 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 1 [szt]	Składniki: Zupa pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX,] Bitka drobiowa 120 [g] [Alergen: I,] Sos pietruszkowy 80 [ml] [Alergen: I, IX,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Sałatka ze szpinaku duszonego z ograniczoną ilością oleju rzepakowego 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Serek wiejski 150 g 1 [szt] [Alergen: VII,] Jogurt naturalny 0% 1 [szt] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Sałata z marchewką gotowaną z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
				Wartości odżywcze: Wart. energet.: 954,42 [kcal] - 33,63% Białko ogół.: 43,13 [g] Węglowodany ogół.: 121,74 [g] Cukry: 32,08 [g] Błonnik: 7,15 [g] Tłuszcz: 33,98 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,33 [g] Sól: 0,83 [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] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Sól: 0,00 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1050,52 [kcal] - 37,02% Białko ogół.: 55,20 [g] Węglowodany ogół.: 135,16 [g] Cukry: 23,72 [g] Błonnik: 15,55 [g] Tłuszcz: 9,36 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,95 [g] Sól: 0,62 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 777,72 [kcal] - 27,41% Białko ogół.: 33,54 [g] Węglowodany ogół.: 91,05 [g] Cukry: 18,03 [g] Błonnik: 2,67 [g] Tłuszcz: 22,66 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 11,81 [g] Sól: 1,88 [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	25 lutego 2024	Płynna wzmocniona	Wartość energetyczna: 2905,03 [kcal] Białko ogółem: 162,44 [g] Węglowodany ogółem: 351,53 [g] Cukry: 73,37 [g] Błonnik: 19,87 [g] Tłuszcz: 73,39 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,60 [g] Sól: 2,24 [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: Kefir 150g 1 [szt] [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.: 978,97 [kcal] - 33,7% Białko ogół.: 45,92 [g] Węglowodany ogół.: 136,34 [g] Cukry: 44,58 [g] Błonnik: 5,11 [g] Tłuszcz: 29,64 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,27 [g] Sól: 0,67 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 75,00 [kcal] - 2,58% 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: 0,09 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1117,67 [kcal] - 38,47% Białko ogół.: 60,64 [g] Węglowodany ogół.: 115,12 [g] Cukry: 14,80 [g] Błonnik: 7,38 [g] Tłuszcz: 21,59 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,78 [g] Sól: 0,93 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 733,39 [kcal] - 25,25% 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			

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 2024-02-25 do dnia 2024-02-25

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
9	25 lutego 2024	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu bezmleczna	Wartość energetyczna: 2375,74 [kcal] Białko ogółem: 117,42 [g] Węglowodany ogółem: 348,94 [g] Cukry: 68,63 [g] Błonnik: 27,38 [g] Tłuszcz: 37,08 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,91 [g] Sól: 1,62 [g]	Składniki: Kasza manna na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III,] Cukinia gotowana na parze 100 [g] Kawa zbożowa 250 [ml] Cukier 3 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 1 [szt]	Składniki: Zupa pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX,] Bitka drobiowa. 120 [g] [Alergen: I,] Sos pietruszkowy 80 [ml] [Alergen: I, IX,] 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 kurczaka 100 [g] [Alergen: IX,] Chleb pszenny 120 [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.: 718,88 [kcal] - 30,26% Białko ogół.: 30,49 [g] Węglowodany ogół.: 108,81 [g] Cukry: 20,85 [g] Błonnik: 3,59 [g] Tłuszcz: 19,11 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,69 [g] Sól: 0,53 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,32% 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.: 1057,82 [kcal] - 44,53% Białko ogół.: 56,21 [g] Węglowodany ogół.: 142,56 [g] Cukry: 23,74 [g] Błonnik: 15,78 [g] Tłuszcz: 6,48 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,26 [g] Sól: 0,62 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 544,04 [kcal] - 22,9% Białko ogół.: 30,32 [g] Węglowodany ogół.: 85,57 [g] Cukry: 13,14 [g] Błonnik: 6,91 [g] Tłuszcz: 11,29 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,96 [g] Sól: 0,47 [g]
<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>							