

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-03-03 do dnia 2024-03-03

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
1	3 marca 2024	Dieta podstawowa	<p>Wartość energetyczna: 2863,42 [kcal]</p> <p>Białko ogółem: 112,75 [g]</p> <p>Węglowodany ogółem: 326,55 [g]</p> <p>Cukry: 71,64 [g]</p> <p>Błonnik: 42,50 [g]</p> <p>Tłuszcz: 103,97 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 17,29 [g]</p> <p>Sól: 3,85 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,]</p> <p>Chleb graham 120 [g]</p> <p>Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,]</p> <p>Pasta z twarogu z rzodkiewką 80 [g] [Alergen: VII,]</p> <p>Papryka czerwona 100 [g]</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,]</p> <p>Cukier 3 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Mus owocowy pasteryzowany 1 [szt]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Zupa krem z brokułów z pestkami dyni na wywarze mięsny 400 [ml] [Alergen: IX, VII,]</p> <p>Stek wieprzowy z cebulą 140 [g] [Alergen: III, I,]</p> <p>Sos koperkowy 80 [g] [Alergen: IX, I,]</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 [g]</p> <p>Surówka marchew z groszkiem 150 [g]</p> <p>Kompot owocowy 250 [ml]</p> <p>Cukier 10 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Szynka z kurczaka 60 [g]</p> <p>Chleb graham 120 [g]</p> <p>Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,]</p> <p>Ogórek kiszony 100 [g]</p> <p>Herbata 250 [ml]</p> <p>Cukier 3 [g]</p>
			<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 815,49 [kcal] - 28,48%</p> <p>Białko ogół.: 40,81 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 108,19 [g]</p> <p>Cukry: 27,77 [g]</p> <p>Błonnik: 13,46 [g]</p> <p>Tłuszcz: 26,24 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,04 [g]</p> <p>Sól: 1,80 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 1,92%</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>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 1510,96 [kcal] - 52,77%</p> <p>Białko ogół.: 47,95 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 142,53 [g]</p> <p>Cukry: 29,53 [g]</p> <p>Błonnik: 19,06 [g]</p> <p>Tłuszcz: 61,17 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,53 [g]</p> <p>Sól: 0,75 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 481,97 [kcal] - 16,83%</p> <p>Białko ogół.: 23,59 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 63,83 [g]</p> <p>Cukry: 3,44 [g]</p> <p>Błonnik: 8,88 [g]</p> <p>Tłuszcz: 16,36 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,72 [g]</p> <p>Sól: 1,30 [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	3 marca 2024	Dieta łatwostrawna	<p>Wartość energetyczna: 2615,86 [kcal]</p> <p>Białko ogółem: 116,14 [g]</p> <p>Węglowodany ogółem: 342,55 [g]</p> <p>Cukry: 67,47 [g]</p> <p>Błonnik: 27,52 [g]</p> <p>Tłuszcz: 66,29 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,79 [g]</p> <p>Sól: 1,64 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Kasza kukurydziana 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>Pasta z twarogu z pietruszką 80 [g] [Alergen: VII,]</p> <p>Cukinia gotowana na parze 100 [g]</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,]</p> <p>Cukier 3 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Mus owocowy pasteryzowany 1 [szt]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Zupa krem jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,]</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 z olejem rzepakowym 150 [g]</p> <p>Kompot owocowy 250 [ml]</p> <p>Cukier 10 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Szynka z kurczaka 60 [g]</p> <p>Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,]</p> <p>Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,]</p> <p>Marchew gotowana w plastrach ze zmniejszoną ilością oleju rzepakowego 100 [g]</p> <p>Herbata 250 [ml]</p> <p>Cukier 3 [g]</p>
			<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 837,89 [kcal] - 32,03%</p> <p>Białko ogół.: 41,33 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 112,45 [g]</p> <p>Cukry: 25,87 [g]</p> <p>Błonnik: 5,12 [g]</p> <p>Tłuszcz: 25,51 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,52 [g]</p> <p>Sól: 0,50 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,1%</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>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 1161,76 [kcal] - 44,41%</p> <p>Białko ogół.: 49,43 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 136,97 [g]</p> <p>Cukry: 20,22 [g]</p> <p>Błonnik: 15,96 [g]</p> <p>Tłuszcz: 23,48 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,36 [g]</p> <p>Sól: 0,84 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 561,21 [kcal] - 21,45%</p> <p>Białko ogół.: 24,98 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 81,13 [g]</p> <p>Cukry: 10,48 [g]</p> <p>Błonnik: 5,34 [g]</p> <p>Tłuszcz: 17,10 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,91 [g]</p> <p>Sól: 0,30 [g]</p>	

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-tubin,XIV-mięczaki

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-03-03 do dnia 2024-03-03

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
3	3 marca 2024	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Wartość energetyczna: 2351,66 [kcal] Białko ogółem: 117,47 [g] Węglowodany ogółem: 343,19 [g] Cukry: 68,11 [g] Błonnik: 27,52 [g] Tłuszcz: 35,92 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,64 [g] Sól: 1,63 [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,] Pasta z twarogu z pietruszką (ser krajanka chudy) 80 [g] [Alergen: VII,] 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 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: Szynka z kurczaka 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.: 711,69 [kcal] - 30,26% Białko ogół.: 42,61 [g] Węglowodany ogół.: 113,04 [g] Cukry: 26,50 [g] Błonnik: 5,12 [g] Tłuszcz: 10,52 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,96 [g] Sól: 0,49 [g]	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]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1044,76 [kcal] - 44,43% Białko ogół.: 49,43 [g] Węglowodany ogół.: 136,97 [g] Cukry: 20,22 [g] Błonnik: 15,96 [g] Tłuszcz: 10,48 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,01 [g] Sól: 0,84 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 540,21 [kcal] - 22,97% Białko ogół.: 25,03 [g] Węglowodany ogół.: 81,18 [g] Cukry: 10,49 [g] Błonnik: 5,34 [g] Tłuszcz: 14,72 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,67 [g] Sól: 0,30 [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			
4	3 marca 2024	Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Wartość energetyczna: 2416,58 [kcal] Białko ogółem: 117,92 [g] Węglowodany ogółem: 292,68 [g] Cukry: 42,50 [g] Błonnik: 38,07 [g] Tłuszcz: 66,71 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 10,06 [g] Sól: 4,17 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Pasta z twarogu z rzodkiewką 80 [g] [Alergen: VII,] 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: Szynka z kurczaka 60 [g] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Ogórek kiszony 100 [g] Herbata 250 [ml]
				Wartości odżywcze: Wart. energet.: 803,52 [kcal] - 33,25% Białko ogół.: 40,81 [g] Węglowodany ogół.: 105,20 [g] Cukry: 24,78 [g] Błonnik: 13,46 [g] Tłuszcz: 26,24 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,04 [g] Sól: 1,80 [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: 0,00 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1087,56 [kcal] - 45,0% Białko ogół.: 48,42 [g] Węglowodany ogół.: 119,59 [g] Cukry: 10,22 [g] Błonnik: 15,73 [g] Tłuszcz: 23,36 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,29 [g] Sól: 0,84 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 470,00 [kcal] - 19,45% Białko ogół.: 23,59 [g] Węglowodany ogół.: 60,84 [g] Cukry: 0,45 [g] Błonnik: 8,88 [g] Tłuszcz: 16,36 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,72 [g] Sól: 1,30 [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			

nasycone: 0,01 [g]

Sól: 0,23 [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 2024-03-03 do dnia 2024-03-03

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
5	3 marca 2024	Dieta papkowata	Wartość energetyczna: 2773,03 [kcal] Białko ogółem: 155,16 [g] Węglowodany ogółem: 333,50 [g] Cukry: 78,12 [g] Błonnik: 20,22 [g] Tłuszcz: 69,33 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 10,31 [g] Sól: 1,77 [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] - 32,89% 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: Mus owocowy pasteryzowany 1 [szt] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 1,98% 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: 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] - 38,68% 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] - 26,45% 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	3 marca 2024	Dieta beztłuszczowa	Wartość energetyczna: 2255,75 [kcal] Białko ogółem: 117,90 [g] Węglowodany ogółem: 355,54 [g] Cukry: 66,60 [g] Błonnik: 26,28 [g] Tłuszcz: 16,13 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,75 [g] Sól: 1,22 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 0% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Pasta z twarogu z pietruszką (ser krajanka chudy) 80 [g] [Alergen: VII,] Cukinia gotowana na parze 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,0% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 765,49 [kcal] - 33,94% Białko ogół.: 41,76 [g] Węglowodany ogół.: 137,54 [g] Cukry: 25,70 [g] Błonnik: 5,12 [g] Tłuszcz: 2,77 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,03 [g] Sól: 0,09 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 1 [szt] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,44% 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 lane ciasto na wywarze jarzynowym 400 [ml] [Alergen: IX, I, III,] Pulpet z indyka 140 [g] [Alergen: III, I,] Sos koperkowy 80 [g] [Alergen: IX, I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Salatka ze szpinaku duszonego b/tł. 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 995,25 [kcal] - 44,12% Białko ogół.: 50,86 [g] Węglowodany ogół.: 124,97 [g] Cukry: 19,61 [g] Błonnik: 14,72 [g] Tłuszcz: 9,44 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,24 [g] Sól: 0,83 [g]	Składniki: Szynka z kurczaka 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.: 440,01 [kcal] - 19,51% Białko ogół.: 24,88 [g] Węglowodany ogół.: 81,03 [g] Cukry: 10,39 [g] Błonnik: 5,34 [g] Tłuszcz: 3,72 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,48 [g] Sól: 0,30 [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 2024-03-03 do dnia 2024-03-03

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
7	3 marca 2024	Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa	Wartość energetyczna: 2760,86 [kcal] Białko ogółem: 122,39 [g] Węglowodany ogółem: 354,25 [g] Cukry: 73,77 [g] Błonnik: 27,52 [g] Tłuszcz: 71,14 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 9,29 [g] Sól: 2,12 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Pasta z twarogu z pietruszką 80 [g] [Alergen: VII,] Jogurt naturalny 0% 1 [szt] [Alergen: VII,] Cukinia gotowana na parze 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 1 [szt]	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: Szynka z kurczaka 60 [g] Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Marchew gotowana w plasterkach ze zmniejszoną ilością oleju rzepakowego 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
				Wartości odżywcze: Wart. energet.: 912,89 [kcal] - 33,07% Białko ogół.: 41,33 [g] Węglowodany ogół.: 123,85 [g] Cukry: 32,17 [g] Błonnik: 5,12 [g] Tłuszcz: 25,51 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,52 [g] Sól: 0,80 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 1,99% 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.: 1161,76 [kcal] - 42,08% Białko ogół.: 49,43 [g] Węglowodany ogół.: 136,97 [g] Cukry: 20,22 [g] Błonnik: 15,96 [g] Tłuszcz: 23,48 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,36 [g] Sól: 0,84 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 631,21 [kcal] - 22,86% Białko ogół.: 31,23 [g] Węglowodany ogół.: 81,43 [g] Cukry: 10,48 [g] Błonnik: 5,34 [g] Tłuszcz: 21,95 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,41 [g] Sól: 0,48 [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	3 marca 2024	Płynna wzmocniona	Wartość energetyczna: 2847,63 [kcal] Białko ogółem: 157,71 [g] Węglowodany ogółem: 356,45 [g] Cukry: 78,09 [g] Błonnik: 20,97 [g] Tłuszcz: 66,46 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,45 [g] Sól: 2,10 [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 1 [szt]	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.: 941,57 [kcal] - 33,07% Białko ogół.: 45,89 [g] Węglowodany ogół.: 136,31 [g] Cukry: 44,55 [g] Błonnik: 5,11 [g] Tłuszcz: 25,51 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,21 [g] Sól: 0,67 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 1,93% 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.: 1117,67 [kcal] - 39,25% 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] - 25,75% 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			

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-03-03 do dnia 2024-03-03

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
9	3 marca 2024	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu bezmleczna	Wartość energetyczna: 2290,44 [kcal] Białko ogółem: 114,93 [g] Węglowodany ogółem: 328,74 [g] Cukry: 50,98 [g] Błonnik: 30,34 [g] Tłuszcz: 38,41 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,94 [g] Sól: 1,35 [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,] Cukinia gotowana na parze 100 [g] Kawa zbożowa 250 [ml] Cukier 3 [g]	Składniki: Mus owocowy pasteryzowany 1 [szt]	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: Szyńka z kurczaka 60 [g] 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.: 677,47 [kcal] - 29,58% Białko ogół.: 40,07 [g] Węglowodany ogół.: 98,59 [g] Cukry: 9,37 [g] Błonnik: 7,94 [g] Tłuszcz: 16,01 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,04 [g] Sól: 0,21 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,4% 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.: 1053,76 [kcal] - 46,01% Białko ogół.: 49,43 [g] Węglowodany ogół.: 136,97 [g] Cukry: 20,22 [g] Błonnik: 15,96 [g] Tłuszcz: 11,48 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,26 [g] Sól: 0,84 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 504,21 [kcal] - 22,01% Białko ogół.: 25,03 [g] Węglowodany ogół.: 81,18 [g] Cukry: 10,49 [g] Błonnik: 5,34 [g] Tłuszcz: 10,72 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,64 [g] Sól: 0,30 [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			