

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-02-07 do dnia 2024-02-07

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
1	7 lutego 2024	Dieta podstawowa	Wartość energetyczna: 2802,30 [kcal] Białko ogółem: 104,17 [g] Węglowodany ogółem: 383,02 [g] Cukry: 60,24 [g] Błonnik: 45,79 [g] Tłuszcz: 76,63 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,33 [g] Sól: 5,11 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Szynka drobiowa. 60 [g] Papryka czerwona 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g]	Składniki: Baton owocowy (100% owoców) 1 [szt]	Składniki: Zupa jarzynowa na wywarze mięsnym 400 [ml] [Alergen: IX, VII, I,] Kluski śląskie 200 [g] [Alergen: III,] Sos mięsno-pomidorowy (wieprzowy) 200 [g] [Alergen: I,] Sałatka z buraków z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Paszтет z fasoli 100 [g] [Alergen: IX, III,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Ogórek kiszony 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
				Wartości odżywcze: Wart. energet.: 667,55 [kcal] - 23,82% Białko ogół.: 37,16 [g] Węglowodany ogół.: 105,14 [g] Cukry: 25,13 [g] Błonnik: 13,46 [g] Tłuszcz: 12,72 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,41 [g] Sól: 3,03 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 29,68 [kcal] - 1,06% 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.: 1350,36 [kcal] - 48,19% Białko ogół.: 42,74 [g] Węglowodany ogół.: 170,88 [g] Cukry: 27,54 [g] Błonnik: 13,84 [g] Tłuszcz: 31,31 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,88 [g] Sól: 0,59 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 754,71 [kcal] - 26,93% Białko ogół.: 23,96 [g] Węglowodany ogół.: 100,46 [g] Cukry: 7,57 [g] Błonnik: 17,96 [g] Tłuszcz: 32,35 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,01 [g] Sól: 1,49 [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	7 lutego 2024	Dieta łatwostrawna	Wartość energetyczna: 2833,96 [kcal] Białko ogółem: 110,07 [g] Węglowodany ogółem: 397,33 [g] Cukry: 80,23 [g] Błonnik: 26,93 [g] Tłuszcz: 66,61 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 11,21 [g] Sól: 2,54 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Szynka drobiowa. 60 [g] Banan 120 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g]	Składniki: Baton owocowy (100% owoców) 1 [szt]	Składniki: Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Kluski śląskie 200 [g] [Alergen: III,] Sos mięsno-pomidorowy (wołowy) 200 [g] [Alergen: I,] Sałatka z buraków z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 9 [g]	Składniki: Pasta drobiowa 80 [g] [Alergen: IX,] 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.: 889,07 [kcal] - 31,37% Białko ogół.: 37,39 [g] Węglowodany ogół.: 133,55 [g] Cukry: 43,29 [g] Błonnik: 5,83 [g] Tłuszcz: 23,78 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,11 [g] Sól: 1,72 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 29,68 [kcal] - 1,05% 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.: 1302,46 [kcal] - 45,96% Białko ogół.: 40,47 [g] Węglowodany ogół.: 179,67 [g] Cukry: 28,79 [g] Błonnik: 16,59 [g] Tłuszcz: 21,43 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,76 [g] Sól: 0,45 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 612,75 [kcal] - 21,62% Białko ogół.: 31,90 [g] Węglowodany ogół.: 77,57 [g] Cukry: 8,15 [g] Błonnik: 3,98 [g] Tłuszcz: 21,15 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,31 [g] Sól: 0,37 [g]

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-02-07 do dnia 2024-02-07

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKAŚKA	OBIAD	KOLACJA
3	7 lutego 2024	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Wartość energetyczna: 2647,53 [kcal] Białko ogółem: 111,45 [g] Węglowodany ogółem: 411,05 [g] Cukry: 86,54 [g] Błonnik: 34,34 [g] Tłuszcz: 40,87 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 16,49 [g] Sól: 2,90 [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,] Szynka drobiowa. 60 [g] Banan 120 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g]	Składniki: Baton owocowy (100% owoców) 1 [szt]	Składniki: Zupa jarzynowa 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 mniejszą ilością oleju rzepakowego 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Pasta drobiowa 100 [g] [Alergen: IX,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Marchew gotowana w plastrach b/ti 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
				Wartości odżywcze: Wart. energet.: 796,07 [kcal] - 30,07% Białko ogół.: 37,74 [g] Węglowodany ogół.: 134,20 [g] Cukry: 43,90 [g] Błonnik: 5,83 [g] Tłuszcz: 12,90 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,69 [g] Sól: 1,72 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 29,68 [kcal] - 1,12% 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.: 1241,64 [kcal] - 46,9% Białko ogół.: 40,71 [g] Węglowodany ogół.: 186,26 [g] Cukry: 30,78 [g] Błonnik: 21,33 [g] Tłuszcz: 12,80 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,64 [g] Sól: 0,66 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 580,14 [kcal] - 21,91% Białko ogół.: 32,69 [g] Węglowodany ogół.: 84,05 [g] Cukry: 11,86 [g] Błonnik: 6,65 [g] Tłuszcz: 14,92 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,13 [g] Sól: 0,52 [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	7 lutego 2024	Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Wartość energetyczna: 2397,70 [kcal] Białko ogółem: 96,47 [g] Węglowodany ogółem: 280,83 [g] Cukry: 44,04 [g] Błonnik: 41,20 [g] Tłuszcz: 77,98 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 15,20 [g] Sól: 4,92 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Szynka drobiowa. 60 [g] Papryka czerwona 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,]	Składniki: Baton owocowy (100% owoców) 1 [szt]	Składniki: Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Kluski śląskie, 200 [g] [Alergen: III,] Sos mięsno-pomidorowy (wołowy) 200 [g] [Alergen: I,] Salatka z buraków z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy bez cukru 250 [ml]	Składniki: Paszet z fasoli 100 [g] [Alergen: IX, III,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Ogórek kiszony 100 [g] Herbata 250 [ml]
				Wartości odżywcze: Wart. energet.: 760,30 [kcal] - 31,71% Białko ogół.: 37,25 [g] Węglowodany ogół.: 102,24 [g] Cukry: 22,22 [g] Błonnik: 13,46 [g] Tłuszcz: 24,28 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,57 [g] Sól: 3,03 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 29,68 [kcal] - 1,24% 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.: 864,98 [kcal] - 36,08% Białko ogół.: 34,95 [g] Węglowodany ogół.: 74,58 [g] Cukry: 17,24 [g] Błonnik: 9,25 [g] Tłuszcz: 21,10 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,59 [g] Sól: 0,40 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 742,74 [kcal] - 30,98% Białko ogół.: 23,96 [g] Węglowodany ogół.: 97,47 [g] Cukry: 4,58 [g] Błonnik: 17,96 [g] Tłuszcz: 32,35 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,01 [g] Sól: 1,49 [g]

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-02-07 do dnia 2024-02-07

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKAŚKA	OBIAD	KOLACJA
5	7 lutego 2024	Dieta papkowata	<p>Wartość energetyczna: 2740,55 [kcal]</p> <p>Białko ogółem: 155,91 [g]</p> <p>Węglowodany ogółem: 326,10 [g]</p> <p>Cukry: 52,59 [g]</p> <p>Błonnik: 19,12 [g]</p> <p>Tłuszcz: 68,05 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,17 [g]</p> <p>Sól: 1,79 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Papka bogatobiałkowa śniadanie 700 [ml] [Alergen: VII, I,]</p> <p>Kawa zbożowa 250 [ml]</p> <p>Cukier 3 [g]</p> <p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 878,99 [kcal] - 32,07%</p> <p>Białko ogół.: 39,39 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 110,91 [g]</p> <p>Cukry: 22,90 [g]</p> <p>Błonnik: 4,36 [g]</p> <p>Tłuszcz: 31,55 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,00 [g]</p> <p>Sól: 0,46 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Maślanka naturalna 150 [g] [Alergen: VII,]</p> <p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 55,50 [kcal] - 2,03%</p> <p>Białko ogół.: 5,10 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 7,05 [g]</p> <p>Cukry: 7,05 [g]</p> <p>Błonnik: 0,00 [g]</p> <p>Tłuszcz: 0,75 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,01 [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] - 39,14%</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] - 26,76%</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	7 lutego 2024	Dieta beztłuszczowa	<p>Wartość energetyczna: 2630,28 [kcal]</p> <p>Białko ogółem: 111,01 [g]</p> <p>Węglowodany ogółem: 439,20 [g]</p> <p>Cukry: 85,75 [g]</p> <p>Błonnik: 34,46 [g]</p> <p>Tłuszcz: 23,43 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,89 [g]</p> <p>Sól: 2,50 [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>Szynka 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.: 843,87 [kcal] - 32,08%</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: 4,40 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,73 [g]</p> <p>Sól: 1,32 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Baton owocowy (100% owoców) 1 [szt]</p> <p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 29,68 [kcal] - 1,13%</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 jarzynowa 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/tł 150 [g] [Alergen: IX, I,]</p> <p>Kompot owocowy 250 [ml]</p> <p>Cukier 10 [g]</p> <p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 1231,79 [kcal] - 46,83%</p> <p>Białko ogół.: 41,22 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 189,96 [g]</p> <p>Cukry: 30,79 [g]</p> <p>Błonnik: 21,45 [g]</p> <p>Tłuszcz: 9,86 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,90 [g]</p> <p>Sól: 0,66 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Pasta drobiowa 100 [g] [Alergen: IX,]</p> <p>Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,]</p> <p>Marchew gotowana w plastrach b/tł 100 [g]</p> <p>Herbata 250 [ml]</p> <p>Cukier 3 [g]</p> <p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 524,94 [kcal] - 19,96%</p> <p>Białko ogół.: 32,54 [g]</p> <p>Węglowodany ogół.: 83,90 [g]</p> <p>Cukry: 11,76 [g]</p> <p>Błonnik: 6,65 [g]</p> <p>Tłuszcz: 8,92 [g]</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,23 [g]</p> <p>Sól: 0,52 [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 2024-02-07 do dnia 2024-02-07

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
7	7 lutego 2024	Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa	Wartość energetyczna: 3015,46 [kcal] Białko ogółem: 133,17 [g] Węglowodany ogółem: 409,63 [g] Cukry: 92,08 [g] Błonnik: 26,93 [g] Tłuszcz: 70,36 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,00 [g] Sól: 3,00 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Szyunka drobiowa. 60 [g] Maślanka naturalna 150 [g] [Alergen: VII,] Banan 120 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g]	Składniki: Baton owocowy (100% owoców) 1 [szt]	Składniki: Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Kluski śląskie 200 [g] [Alergen: III,] Sos mięsno-pomidorowy (wołowy) 200 [g] [Alergen: I,] Sałatka z buraków z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 9 [g]	Składniki: Pasta drobiowa 80 [g] [Alergen: IX,] Skyr naturalny 150 [g] [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.: 944,57 [kcal] - 31,32% Białko ogół.: 42,49 [g] Węglowodany ogół.: 140,60 [g] Cukry: 50,34 [g] Błonnik: 5,83 [g] Tłuszcz: 24,53 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,12 [g] Sól: 1,95 [g]	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]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1302,46 [kcal] - 43,19% Białko ogół.: 40,47 [g] Węglowodany ogół.: 179,67 [g] Cukry: 28,79 [g] Błonnik: 16,59 [g] Tłuszcz: 21,43 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,76 [g] Sól: 0,45 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 738,75 [kcal] - 24,5% Białko ogół.: 49,90 [g] Węglowodany ogół.: 82,82 [g] Cukry: 12,95 [g] Błonnik: 3,98 [g] Tłuszcz: 24,15 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,09 [g] Sól: 0,60 [g]
				Alergeny: I-Gluten,II-Skorupiaki,III-Jaja,IV-ryby,V-orzeszki ziemne,VI-soja,VII-mleko, VIII-orzechy,IX-seler,X-grocyzca,XI-nasiona sezamu,XII-dwutlenek siarki,XIII-tubin,XIV-mięczaki			
8	7 lutego 2024	Płynna wzmocniona	Wartość energetyczna: 2782,83 [kcal] Białko ogółem: 156,78 [g] Węglowodany ogółem: 333,77 [g] Cukry: 52,61 [g] Błonnik: 19,37 [g] Tłuszcz: 69,01 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,24 [g] Sól: 1,79 [g]	Składniki: Koktajl bogatobiałkowy w postaci płynnej śniadanie 700 [ml] [Alergen: VII, I,] Kawa zbożowa 250 [ml] Cukier 3 [g]	Składniki: Maślanka naturalna 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.: 921,27 [kcal] - 33,11% Białko ogół.: 40,26 [g] Węglowodany ogół.: 118,58 [g] Cukry: 22,92 [g] Błonnik: 4,61 [g] Tłuszcz: 32,51 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,07 [g] Sól: 0,46 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,50 [kcal] - 1,99% 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: 0,01 [g] Sól: 0,23 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1072,67 [kcal] - 38,55% 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] - 26,35% 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-grocyzca,XI-nasiona sezamu,XII-dwutlenek siarki,XIII-tubin,XIV-mięczaki			

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-02-07 do dnia 2024-02-07

#	DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE DLA DIETY	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
9	7 lutego 2024	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu bezmleczna	Wartość energetyczna: 2560,20 [kcal] Białko ogółem: 110,70 [g] Węglowodany ogółem: 396,95 [g] Cukry: 70,57 [g] Błonnik: 36,01 [g] Tłuszcz: 38,15 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 16,38 [g] Sól: 2,64 [g]	Składniki: Kasza kukurydziana na wywarze mięsny 300 [ml] [Alergen: IX,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Szyńka drobiowa. 60 [g] Banan 120 [g] Kawa zbożowa 250 [ml] Cukier 3 [g]	Składniki: Baton owocowy (100% owoców) 1 [szt]	Składniki: Zupa jarzynowa 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 drobiowa 80 [g] [Alergen: IX,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Marchew gotowana w plastrach. 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
				Wartości odżywcze: Wart. energet.: 717,74 [kcal] - 28,03% Białko ogół.: 36,99 [g] Węglowodany ogół.: 120,10 [g] Cukry: 27,93 [g] Błonnik: 7,50 [g] Tłuszcz: 11,18 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,84 [g] Sól: 1,46 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 29,68 [kcal] - 1,16% 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.: 1223,64 [kcal] - 47,79% Białko ogół.: 40,71 [g] Węglowodany ogół.: 186,26 [g] Cukry: 30,78 [g] Błonnik: 21,33 [g] Tłuszcz: 10,80 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,12 [g] Sól: 0,66 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 589,14 [kcal] - 23,01% Białko ogół.: 32,69 [g] Węglowodany ogół.: 84,05 [g] Cukry: 11,86 [g] Błonnik: 6,65 [g] Tłuszcz: 15,92 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 7,39 [g] Sól: 0,52 [g]
				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			