

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-04-14 do dnia 2024-04-14

#	DATA	DIETA WARTOŚCI ODŻYWCZE	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
1	14 kwietnia 2024	<p>Dieta podstawowa</p> <p>Wartość energetyczna: 3628,68 [kcal] Białko ogółem: 134,11 [g] Węglowodany ogółem: 455,20 [g] Cukry: 77,74 [g] Błonnik: 52,01 [g] Tłuszcz: 126,67 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,51 [g] Sól: 5,60 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Płatki jęczmienne na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Ser żółty 60 [g] [Alergen: VII,] Papryka czerwona 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Baton owocowy (100% owoców) 1 [szt]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Zupa fasolowa na wywarze mięsny 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Kotlet pożarski 140 [g] [Alergen: I, III,] Sos pomidorowy ze śmietaną 80 [g] [Alergen: VII, I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Surówka z selera i jabłka 150 [g] [Alergen: VII, IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 3 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Salatka ziemniaczana z jajkiem. 100 [g] [Alergen: III,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Banan 120 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]</p>
		<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 927,07 [kcal] - 25,55% Białko ogół.: 40,83 [g] Węglowodany ogół.: 107,49 [g] Cukry: 25,45 [g] Błonnik: 13,46 [g] Tłuszcz: 39,70 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,77 [g] Sól: 2,92 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 29,68 [kcal] - 0,82% 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>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 1823,36 [kcal] - 50,25% Białko ogół.: 73,25 [g] Węglowodany ogół.: 234,43 [g] Cukry: 23,57 [g] Błonnik: 26,56 [g] Tłuszcz: 46,15 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 11,48 [g] Sól: 0,94 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 848,57 [kcal] - 23,39% Białko ogół.: 19,72 [g] Węglowodany ogół.: 106,74 [g] Cukry: 28,72 [g] Błonnik: 11,46 [g] Tłuszcz: 40,57 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 8,23 [g] Sól: 1,74 [g]</p>	
<p>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</p>						
2	14 kwietnia 2024	<p>Dieta łatwostrawna</p> <p>Wartość energetyczna: 2874,82 [kcal] Białko ogółem: 121,03 [g] Węglowodany ogółem: 414,85 [g] Cukry: 75,77 [g] Błonnik: 25,91 [g] Tłuszcz: 62,18 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,44 [g] Sól: 1,81 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Płatki jęczmienne na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Skyr naturalny 1 [szt] [Alergen: VII,] Pomidor gotowany na parze, bez skóry 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Baton owocowy (100% owoców) 1 [szt]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Zupa makaronowa na wywarze warzyw 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Pulpet pożarski 140 [g] [Alergen: III, I,] Sos pomidorowy 80 [g] [Alergen: I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Salatka z selera duszonego z jabłkiem z dodatkiem oleju rzepakowego 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Salatka ziemniaczana 100 [g] [Alergen: IX, III,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Banan 120 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]</p>
		<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 832,31 [kcal] - 28,95% Białko ogół.: 43,51 [g] Węglowodany ogół.: 118,39 [g] Cukry: 27,92 [g] Błonnik: 4,94 [g] Tłuszcz: 22,17 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,90 [g] Sól: 0,90 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 29,68 [kcal] - 1,03% 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>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 1349,70 [kcal] - 46,95% Białko ogół.: 57,74 [g] Węglowodany ogół.: 185,58 [g] Cukry: 27,67 [g] Błonnik: 16,27 [g] Tłuszcz: 19,41 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,51 [g] Sól: 0,64 [g]</p>	<p>Wartości odżywcze:</p> <p>Wart. energet.: 663,13 [kcal] - 23,07% Białko ogół.: 19,47 [g] Węglowodany ogół.: 104,34 [g] Cukry: 20,18 [g] Błonnik: 4,17 [g] Tłuszcz: 20,35 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,00 [g] Sól: 0,27 [g]</p>	
<p>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</p>						

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-04-14 do dnia 2024-04-14

#	DATA	DIETA WARTOŚCI ODŻYWCZE	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
3	14 kwietnia 2024	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu Wartość energetyczna: 2709,12 [kcal] Białko ogółem: 122,81 [g] Węglowodany ogółem: 425,16 [g] Cukry: 77,66 [g] Błonnik: 27,33 [g] Tłuszcz: 38,61 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,41 [g] Sól: 1,98 [g]	Składniki: Płatki jęczmienne na mleku 0,5% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Skyr naturalny 1 [szt] [Alergen: VII,] Pomidor gotowany na parze, bez skóry (zblendowany) 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g]	Składniki: Baton owocowy (100% owoców) 1 [szt]	Składniki: Zupa makaronowa na wywarze warzywym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Pulpet pożarski 140 [g] [Alergen: III, I,] Sos pomidorowy 80 [g] [Alergen: I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Sałatka z selera duszonego z jabłkiem z olejem rzepakowym 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Sałatka ziemniaczana 100 [g] [Alergen: IX, III,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Banan 120 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
		Wartości odżywcze: Wart. energet.: 777,61 [kcal] - 28,7% Białko ogół.: 45,24 [g] Węglowodany ogół.: 128,65 [g] Cukry: 29,80 [g] Błonnik: 6,36 [g] Tłuszcz: 10,98 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,69 [g] Sól: 1,07 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 29,68 [kcal] - 1,1% 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.: 1295,70 [kcal] - 47,83% Białko ogół.: 57,74 [g] Węglowodany ogół.: 185,58 [g] Cukry: 27,67 [g] Błonnik: 16,27 [g] Tłuszcz: 13,41 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,96 [g] Sól: 0,64 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 606,13 [kcal] - 22,37% Białko ogół.: 19,52 [g] Węglowodany ogół.: 104,39 [g] Cukry: 20,19 [g] Błonnik: 4,17 [g] Tłuszcz: 13,97 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,73 [g] Sól: 0,27 [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	14 kwietnia 2024	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Wartość energetyczna: 2325,28 [kcal] Białko ogółem: 112,97 [g] Węglowodany ogółem: 270,06 [g] Cukry: 54,39 [g] Błonnik: 37,49 [g] Tłuszcz: 69,42 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 10,80 [g] Sól: 4,74 [g]	Składniki: Płatki jęczmienne na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Skyr naturalny 1 [szt] [Alergen: VII,] Papryka czerwona 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,]	Składniki: Maślanka naturalna 150 [g] [Alergen: VII,]	Składniki: Zupa makaronowa na wywarze warzywym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Pulpet pożarski. 140 [g] [Alergen: III,] Sos pomidorowy 80 [g] [Alergen: I,] Ziemniaki z koperkiem. 200 [g] Surówka z selera i jabłka 150 [g] [Alergen: VII, IX,] Kompot owocowy bez cukru 250 [ml]	Składniki: Sałatka ziemniaczana 100 [g] [Alergen: IX, III,] Chleb graham 120 [g] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Rzodkiewka 100 [g] Herbata 250 [ml]
		Wartości odżywcze: Wart. energet.: 801,70 [kcal] - 34,48% Białko ogół.: 43,71 [g] Węglowodany ogół.: 111,34 [g] Cukry: 27,20 [g] Błonnik: 13,46 [g] Tłuszcz: 22,84 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,31 [g] Sól: 2,19 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,50 [kcal] - 2,39% 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.: 922,55 [kcal] - 39,67% Białko ogół.: 45,68 [g] Węglowodany ogół.: 74,78 [g] Cukry: 17,10 [g] Błonnik: 13,47 [g] Tłuszcz: 25,35 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,28 [g] Sól: 0,75 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 545,53 [kcal] - 23,46% Białko ogół.: 18,48 [g] Węglowodany ogół.: 76,89 [g] Cukry: 3,04 [g] Błonnik: 10,56 [g] Tłuszcz: 20,48 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,20 [g] Sól: 1,57 [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-				

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-04-14 do dnia 2024-04-14

#	DATA	DIETA WARTOŚCI ODŻYWCZE	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
5	14 kwietnia 2024	Dieta papkowata Wartość energetyczna: 2740,55 [kcal] Białko ogółem: 155,91 [g] Węglowodany ogółem: 326,10 [g] Cukry: 52,59 [g] Błonnik: 19,12 [g] Tłuszcz: 68,05 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,17 [g] Sól: 1,79 [g]	Składniki: Papka bogatobiałkowa śniadanie 700 [ml] [Alergen: VII, I,] Kawa zbożowa 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 878,99 [kcal] - 32,07% Białko ogół.: 39,39 [g] Węglowodany ogół.: 110,91 [g] Cukry: 22,90 [g] Błonnik: 4,36 [g] Tłuszcz: 31,55 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,00 [g] Sól: 0,46 [g]	Składniki: Maślanka naturalna 150 [g] [Alergen: VII,] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 55,50 [kcal] - 2,03% 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]	Składniki: Papka bogatobiałkowa z indyka obiad (mięso z udźca indyka gotowane 200 g) 700 [ml] [Alergen: IX, III,] Kompot owocowy 250 [ml] Herbata 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1072,67 [kcal] - 39,14% 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,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 733,39 [kcal] - 26,76% 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-lubin,XIV-mięczaki						
6	14 kwietnia 2024	Dieta beztłuszczowa Wartość energetyczna: 2811,77 [kcal] Białko ogółem: 120,14 [g] Węglowodany ogółem: 491,42 [g] Cukry: 76,19 [g] Błonnik: 26,66 [g] Tłuszcz: 11,75 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,90 [g] Sól: 1,51 [g]	Składniki: Płatki jęczmienne na mleku 0% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Skyr naturalny 1 [szt] [Alergen: VII,] Pomidor gotowany na parze, bez skóry (zblendowany) 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,0% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1054,41 [kcal] - 37,5% Białko ogół.: 43,41 [g] Węglowodany ogół.: 195,21 [g] Cukry: 28,90 [g] Błonnik: 5,40 [g] Tłuszcz: 2,87 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,56 [g] Sól: 0,51 [g]	Składniki: Baton owocowy (100% owoców) 1 [szt] 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]	Składniki: Zupa makaronowa na wywarze warzyw 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Pulpet pożarski 140 [g] [Alergen: III, I,] Sos pomidorowy 80 [g] [Alergen: I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Sałatka z selera duszonego z jabłkiem b/tł. 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1231,75 [kcal] - 43,81% Białko ogół.: 57,85 [g] Węglowodany ogół.: 185,38 [g] Cukry: 27,20 [g] Błonnik: 16,56 [g] Tłuszcz: 6,41 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,15 [g] Sól: 0,66 [g]	Składniki: Sałatka ziemniaczana z białkiem jaja 100 [g] [Alergen: IX, III,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Banan 120 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g] Wartości odżywcze: Wart. energet.: 495,93 [kcal] - 17,64% Białko ogół.: 18,57 [g] Węglowodany ogół.: 104,29 [g] Cukry: 20,09 [g] Błonnik: 4,17 [g] Tłuszcz: 2,22 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,16 [g] Sól: 0,34 [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-lubin,XIV-mięczaki						

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-04-14 do dnia 2024-04-14

#	DATA	DIETA WARTOŚCI ODŻYWCZE	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
7	14 kwietnia 2024	Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa Wartość energetyczna: 3161,32 [kcal] Białko ogółem: 156,73 [g] Węglowodany ogółem: 419,80 [g] Cukry: 80,72 [g] Błonnik: 25,91 [g] Tłuszcz: 69,35 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 17,77 [g] Sól: 4,32 [g]	Składniki: Płatki jęczmienne na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Szyunka z indyka. 60 [g] Skyr naturalny 150 [g] [Alergen: VII,] Pomidor gotowany na parze, bez skóry 100 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII,] Cukier 3 [g]	Składniki: Baton owocowy (100% owoców) 1 [szt]	Składniki: Zupa makaronowa na wywarze warzywym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Pulpet pożarski 140 [g] [Alergen: III, I,] Sos pomidorowy 80 [g] [Alergen: I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Sałatka z selera duszonego z jabłkiem z dodatkiem oleju rzepakowego 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Sałatka ziemniaczana 100 [g] [Alergen: IX, III,] Serek wiejski naturalny 150 [g] [Alergen: VII,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło ekstra 15 [g] [Alergen: VII,] Banan 120 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
		Wartości odżywcze: Wart. energet.: 892,31 [kcal] - 28,23% Białko ogół.: 56,71 [g] Węglowodany ogół.: 118,39 [g] Cukry: 27,92 [g] Błonnik: 4,94 [g] Tłuszcz: 22,89 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,20 [g] Sól: 1,98 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 29,68 [kcal] - 0,94% 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.: 1349,70 [kcal] - 42,69% Białko ogół.: 57,74 [g] Węglowodany ogół.: 185,58 [g] Cukry: 27,67 [g] Błonnik: 16,27 [g] Tłuszcz: 19,41 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,51 [g] Sól: 0,64 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 889,63 [kcal] - 28,14% Białko ogół.: 41,97 [g] Węglowodany ogół.: 109,29 [g] Cukry: 25,13 [g] Błonnik: 4,17 [g] Tłuszcz: 26,80 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,03 [g] Sól: 1,70 [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-lubin,XIV-mięczaki				
8	14 kwietnia 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-groczyca,XI-nasiona sezamu,XII-dwutlenek siarki,XIII-lubin,XIV-mięczaki				

Szpital Wojewódzki w Opolu sp. z o.o. Jadłospis od dnia 2024-04-14 do dnia 2024-04-14

#	DATA	DIETA WARTOŚCI ODŻYWCZE	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
9	14 kwietnia 2024	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu bezmleczna Wartość energetyczna: 2731,52 [kcal] Białko ogółem: 107,01 [g] Węglowodany ogółem: 353,46 [g] Cukry: 58,12 [g] Błonnik: 29,24 [g] Tłuszcz: 37,47 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 13,02 [g] Sól: 1,47 [g]	Składniki: Płatki jęczmienne na wywarze mięsnym. 300 [ml] [Alergen: I, IX,] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Pasta z ryby 100 [g] [Alergen: IV, IX,] Pomidor gotowany na parze, bez skóry (zblendowany) 100 [g] Kawa zbożowa 250 [ml] Cukier 3 [g]	Składniki: Baton owocowy (100% owoców) 1 [szt]	Składniki: Zupa makaronowa na wywarze warzywym 400 [ml] [Alergen: IX, I,] Pulpet pożarski 140 [g] [Alergen: III, I,] Sos pomidorowy 80 [g] [Alergen: I,] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Sałatka z selera duszonego z jabłkiem z ograniczoną ilością oleju rzepakowego 150 [g] [Alergen: IX,] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Sałatka ziemniaczana 100 [g] [Alergen: IX, III,] Masło śmietankowe 60% 10 [g] [Alergen: VII,] Banan 120 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
		Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1136,61 [kcal] - 41,61% Białko ogół.: 39,64 [g] Węglowodany ogół.: 122,11 [g] Cukry: 10,26 [g] Błonnik: 8,28 [g] Tłuszcz: 14,52 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,08 [g] Sól: 0,56 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 29,68 [kcal] - 1,09% 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.: 1268,70 [kcal] - 46,45% Białko ogół.: 57,74 [g] Węglowodany ogół.: 185,58 [g] Cukry: 27,67 [g] Błonnik: 16,27 [g] Tłuszcz: 10,41 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,18 [g] Sól: 0,64 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 296,53 [kcal] - 10,86% Białko ogół.: 9,32 [g] Węglowodany ogół.: 39,23 [g] Cukry: 20,19 [g] Błonnik: 4,16 [g] Tłuszcz: 12,29 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,73 [g] Sól: 0,27 [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-łubin,XIV-mięczaki				