

## Opolskie Centrum Onkologii Jadłospis od dnia 2025-02-27 do dnia 2025-02-27

#	DATA	DIETA WARTOŚCI ODŻYWCZE	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
1	27 lutego 2025	<b>Dieta podstawowa</b> Wartość energetyczna: 2764,80 [kcal] Białko ogółem: 120,09 [g] Węglowodany ogółem: 353,03 [g] Cukry: 72,59 [g] Błonnik: 37,98 [g] Tłuszcz: 108,03 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 20,61 [g] Sól: 4,81 [g]	Składniki: Makaron na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII, ] Chleb graham 120 [g] [Alergen: I, ] Masło extra 15 [g] [Alergen: VII, ] Szynka indyk z pasieki 60 [g] Jabłko 150 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]	Składniki: Skyr owocowy 1 [szt] [Alergen: VII, ]	Składniki: Zupa gulaszowa na wywarze mięsnym 400 [ml] [Alergen: IX, ] Pieczeń z jaj 140 [g] [Alergen: III, I, ] Sos pieczarkowy 80 [g] [Alergen: VII, I, ] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Sałatka z buraków z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Sałatka makaronowa z kurczakiem 100 [g] [Alergen: I, ] Chleb graham 120 [g] [Alergen: I, ] Masło extra 15 [g] [Alergen: VII, ] Rzodkiewka 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
		Wartości odżywcze: Wart. energet.: 725,94 [kcal] - 26,26% Białko ogół.: 25,49 [g] Węglowodany ogół.: 112,00 [g] Cukry: 31,26 [g] Błonnik: 12,45 [g] Tłuszcz: 21,55 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,76 [g] Sól: 1,71 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 117,00 [kcal] - 4,23% Białko ogół.: 9,75 [g] Węglowodany ogół.: 23,25 [g] Cukry: 6,30 [g] Błonnik: 0,00 [g] Tłuszcz: 2,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,65 [g] Sól: 0,12 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1122,95 [kcal] - 40,62% Białko ogół.: 55,18 [g] Węglowodany ogół.: 131,72 [g] Cukry: 30,43 [g] Błonnik: 16,02 [g] Tłuszcz: 45,38 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 8,25 [g] Sól: 1,29 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 798,91 [kcal] - 28,9% Białko ogół.: 29,67 [g] Węglowodany ogół.: 86,06 [g] Cukry: 4,60 [g] Błonnik: 9,51 [g] Tłuszcz: 38,85 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 8,95 [g] Sól: 1,69 [g]	
		<b>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-hubin,XIV-mięczaki</b>				
2	27 lutego 2025	<b>Dieta łatwostrawna</b> Wartość energetyczna: 2300,15 [kcal] Białko ogółem: 113,44 [g] Węglowodany ogółem: 359,04 [g] Cukry: 79,10 [g] Błonnik: 32,14 [g] Tłuszcz: 55,72 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 9,58 [g] Sól: 4,30 [g]	Składniki: Makaron na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło extra 15 [g] [Alergen: VII, ] Szynka indyk z pasieki 60 [g] Jabłko gotowane 150 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]	Składniki: Skyr owocowy 1 [szt] [Alergen: VII, ]	Składniki: Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, ] Potrawka drobiowa w sosie warzywnym 200 [g] [Alergen: IX, I, ] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Sałatka z buraków z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Sałatka makaronowa z kurczakiem. 100 [g] [Alergen: I, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło extra 15 [g] [Alergen: VII, ] Sałata z marchewką gotowaną z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
		Wartości odżywcze: Wart. energet.: 758,34 [kcal] - 32,97% Białko ogół.: 25,73 [g] Węglowodany ogół.: 118,72 [g] Cukry: 31,50 [g] Błonnik: 8,01 [g] Tłuszcz: 21,19 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,57 [g] Sól: 1,77 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 117,00 [kcal] - 5,09% Białko ogół.: 9,75 [g] Węglowodany ogół.: 23,25 [g] Cukry: 6,30 [g] Błonnik: 0,00 [g] Tłuszcz: 2,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,65 [g] Sól: 0,12 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 732,82 [kcal] - 31,86% Białko ogół.: 48,03 [g] Węglowodany ogół.: 117,79 [g] Cukry: 31,29 [g] Błonnik: 15,98 [g] Tłuszcz: 11,43 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,20 [g] Sól: 0,76 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 691,99 [kcal] - 30,08% Białko ogół.: 29,93 [g] Węglowodany ogół.: 99,28 [g] Cukry: 10,01 [g] Błonnik: 8,15 [g] Tłuszcz: 20,85 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,16 [g] Sól: 1,65 [g]	
		<b>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-hubin,XIV-mięczaki</b>				



Jadłospis od dnia 2025-02-27 do dnia 2025-02-27

#	DATA	DIETA WARTOŚCI ODŻYWCZE	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
3	27 lutego 2025	<p><b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b></p> <p>Wartość energetyczna: 2260,00 [kcal]                      Białko ogółem: 114,24 [g]                      Węglowodany ogółem: 389,53 [g]                      Cukry: 83,45 [g]                      Błonnik: 38,18 [g]                      Tłuszcz: 35,96 [g]                      Kwasy tłuszczowe nasycone: 16,02 [g]                      Sól: 4,48 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Makaron na mleku 0,5% 300 [ml]                      [Alergen: I, VII, ]                      Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ]                      Masło śmietankowe 10 [g] [Alergen: VII, ]                      Szynka indyk z pasieki 60 [g]                      Jabłko gotowane 150 [g]                      Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% 250 [ml]                      [Alergen: VII, ]                      Cukier 3 [g]</p> <p>Wartości odżywcze:                      Wart. energet.: 770,82 [kcal] - 34,11%                      Białko ogół.: 26,13 [g]                      Węglowodany ogół.: 139,47 [g]                      Cukry: 32,22 [g]                      Błonnik: 8,01 [g]                      Tłuszcz: 10,39 [g]                      Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,14 [g]                      Sól: 1,77 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Skyr owocowy 1 [szt]                      [Alergen: VII, ]</p> <p>Wartości odżywcze:                      Wart. energet.: 117,00 [kcal] - 5,18%                      Białko ogół.: 9,75 [g]                      Węglowodany ogół.: 23,25 [g]                      Cukry: 6,30 [g]                      Błonnik: 0,00 [g]                      Tłuszcz: 2,25 [g]                      Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,65 [g]                      Sól: 0,12 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml]                      [Alergen: IX, ]                      Potrawka drobiowa w sosie warzywnym 200 [g] [Alergen: IX, 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]</p> <p>Wartości odżywcze:                      Wart. energet.: 723,32 [kcal] - 32,01%                      Białko ogół.: 47,64 [g]                      Węglowodany ogół.: 121,05 [g]                      Cukry: 31,20 [g]                      Błonnik: 19,35 [g]                      Tłuszcz: 9,87 [g]                      Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,75 [g]                      Sól: 0,79 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Sałatka makaronowa z kurczakiem. 100 [g] [Alergen: I, ]                      Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ]                      Masło śmietankowe 10 [g] [Alergen: VII, ]                      Marchew gotowana w plastrach ze zmniejszoną ilością oleju rzepakowego 100 [g]                      Herbata 250 [ml]                      Cukier 3 [g]</p> <p>Wartości odżywcze:                      Wart. energet.: 648,86 [kcal] - 28,71%                      Białko ogół.: 30,72 [g]                      Węglowodany ogół.: 105,76 [g]                      Cukry: 13,73 [g]                      Błonnik: 10,82 [g]                      Tłuszcz: 13,45 [g]                      Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,48 [g]                      Sól: 1,80 [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>						
4	27 lutego 2025	<p><b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></p> <p>Wartość energetyczna: 2222,68 [kcal]                      Białko ogółem: 99,92 [g]                      Węglowodany ogółem: 258,15 [g]                      Cukry: 51,01 [g]                      Błonnik: 31,84 [g]                      Tłuszcz: 93,81 [g]                      Kwasy tłuszczowe nasycone: 16,98 [g]                      Sól: 4,45 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Makaron na mleku 2% 300 [ml]                      [Alergen: I, VII, ]                      Chleb graham 120 [g] [Alergen: I, ]                      Masło extra 15 [g] [Alergen: VII, ]                      Szynka indyk z pasieki 60 [g]                      Jabłko 150 [g]                      Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml]                      [Alergen: VII, ]</p> <p>Wartości odżywcze:                      Wart. energet.: 713,97 [kcal] - 32,12%                      Białko ogół.: 25,49 [g]                      Węglowodany ogół.: 109,01 [g]                      Cukry: 28,27 [g]                      Błonnik: 12,45 [g]                      Tłuszcz: 21,55 [g]                      Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,76 [g]                      Sól: 1,71 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Skyr naturalny 1 [szt]                      [Alergen: VII, ]</p> <p>Wartości odżywcze:                      Wart. energet.: 99,00 [kcal] - 4,45%                      Białko ogół.: 18,00 [g]                      Węglowodany ogół.: 6,90 [g]                      Cukry: 4,80 [g]                      Błonnik: 0,00 [g]                      Tłuszcz: 0,00 [g]                      Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g]                      Sól: 0,15 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym. 400 [ml]                      [Alergen: IX, ]                      Pieczeń z jaj. 140 [g] [Alergen: III, ]                      Ziemniaki z koperkiem. 200 [g]                      Sałatka z buraków z olejem rzepakowym 150 [g]                      Kompot owocowy 250 [ml]</p> <p>Wartości odżywcze:                      Wart. energet.: 622,77 [kcal] - 28,02%                      Białko ogół.: 26,76 [g]                      Węglowodany ogół.: 59,17 [g]                      Cukry: 16,33 [g]                      Błonnik: 9,88 [g]                      Tłuszcz: 33,41 [g]                      Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,27 [g]                      Sól: 0,90 [g]</p>	<p>Składniki:</p> <p>Sałatka makaronowa z kurczakiem 100 [g] [Alergen: I, ]                      Chleb graham 120 [g] [Alergen: I, ]                      Masło extra 15 [g] [Alergen: VII, ]                      Rzodkiewka 100 [g]                      Herbata 250 [ml]</p> <p>Wartości odżywcze:                      Wart. energet.: 786,94 [kcal] - 35,41%                      Białko ogół.: 29,67 [g]                      Węglowodany ogół.: 83,07 [g]                      Cukry: 1,61 [g]                      Błonnik: 9,51 [g]                      Tłuszcz: 38,85 [g]                      Kwasy tłuszczowe nasycone: 8,95 [g]                      Sól: 1,69 [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>						



Jadłospis od dnia 2025-02-27 do dnia 2025-02-27

#	DATA	DIETA WARTOŚCI ODŻYWCZE	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
5	27 lutego 2025	<b>Dieta papkowata</b> Wartość energetyczna: 2817,03 [kcal] Białko ogółem: 172,76 [g] Węglowodany ogółem: 328,40 [g] Cukry: 72,02 [g] Błonnik: 19,12 [g] Tłuszcz: 69,13 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 10,31 [g] Sól: 1,92 [g]	Składniki: Papka bogatobiałkowa śniadanie 700 [ml] [Alergen: VII, I, ] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]	Składniki: Skyr naturalny 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] - 32,37% 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.: 99,00 [kcal] - 3,51% Białko ogół.: 18,00 [g] Węglowodany ogół.: 6,90 [g] Cukry: 4,80 [g] Błonnik: 0,00 [g] Tłuszcz: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Sól: 0,15 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1072,67 [kcal] - 38,08% 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] - 26,03% 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-groczycza,XI-nasiona sezamu,XII-dwutlenek siarki,XIII-tubin,XIV-mięczaki</b>				
6	27 lutego 2025	<b>Dieta beztłuszczowa</b> Wartość energetyczna: 2373,05 [kcal] Białko ogółem: 124,75 [g] Węglowodany ogółem: 398,28 [g] Cukry: 79,20 [g] Błonnik: 32,02 [g] Tłuszcz: 14,01 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 4,12 [g] Sól: 2,70 [g]	Składniki: Makaron na mleku 0,0% 300 [ml] [Alergen: I, VII, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Szynka drobiowa. 60 [g] Jabłko gotowane 150 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 0,0% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]	Składniki: Skyr owocowy 1 [szt] [Alergen: VII, ]	Składniki: Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, ] Potrawka drobiowa w sosie warzywnym 200 [g] [Alergen: IX, 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]	Składniki: Sałatka makaronowa z kurczakiem b/tł. 100 [g] [Alergen: I, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Marchew gotowana w plastrach b/tł 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
		Wartości odżywcze: Wart. energet.: 744,02 [kcal] - 31,35% Białko ogół.: 36,68 [g] Węglowodany ogół.: 136,47 [g] Cukry: 30,82 [g] Błonnik: 4,78 [g] Tłuszcz: 4,44 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,80 [g] Sól: 1,33 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 117,00 [kcal] - 4,93% Białko ogół.: 9,75 [g] Węglowodany ogół.: 23,25 [g] Cukry: 6,30 [g] Błonnik: 0,00 [g] Tłuszcz: 2,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,65 [g] Sól: 0,12 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 954,37 [kcal] - 40,22% Białko ogół.: 47,75 [g] Węglowodany ogół.: 132,95 [g] Cukry: 29,05 [g] Błonnik: 19,65 [g] Tłuszcz: 3,87 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,19 [g] Sól: 0,81 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 557,66 [kcal] - 23,5% Białko ogół.: 30,57 [g] Węglowodany ogół.: 105,61 [g] Cukry: 13,03 [g] Błonnik: 7,59 [g] Tłuszcz: 3,45 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,48 [g] Sól: 0,44 [g]	
		<b>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</b>				

Jadłospis od dnia 2025-02-27 do dnia 2025-02-27

#	DATA	DIETA WARTOŚCI ODŻYWCZE	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
7	27 lutego 2025	<b>Dieta łatwostrawna bogatobiałkowa</b> Wartość energetyczna: 2596,65 [kcal] Białko ogółem: 142,19 [g] Węglowodany ogółem: 364,29 [g] Cukry: 84,05 [g] Błonnik: 32,14 [g] Tłuszcz: 67,02 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 22,11 [g] Sól: 5,91 [g]	Składniki: Makaron na mleku 2% 300 [ml] [Alergen: I, VII, ] Masło extra 15 [g] [Alergen: VII, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Szynka indyk z pasieki 60 [g] Jajko gotowane na twardo 1 [szt] [Alergen: III, ] Jabłko gotowane 150 [g] Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 [ml] [Alergen: VII, ] Cukier 3 [g]	Składniki: Skyr owocowy 1 [szt] [Alergen: VII, ]	Składniki: Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml] [Alergen: IX, ] Potrawka drobiowa w sosie warzywnym 200 [g] [Alergen: IX, I, ] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Sałatka z buraków z olejem rzepakowym 150 [g] Kompot owocowy 250 [ml] Cukier 10 [g]	Składniki: Sałatka makaronowa z kurczakiem. 100 [g] [Alergen: I, ] Serek wiejski 150 g 1 [szt] [Alergen: VII, ] Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ] Masło extra 15 [g] [Alergen: VII, ] Sałata z marchewką gotowaną z olejem rzepakowym 100 [g] Herbata 250 [ml] Cukier 3 [g]
			Wartości odżywcze: Wart. energet.: 828,34 [kcal] - 31,9% Białko ogół.: 31,98 [g] Węglowodany ogół.: 119,02 [g] Cukry: 31,50 [g] Błonnik: 8,01 [g] Tłuszcz: 26,04 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,07 [g] Sól: 1,95 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 117,00 [kcal] - 4,51% Białko ogół.: 9,75 [g] Węglowodany ogół.: 23,25 [g] Cukry: 6,30 [g] Błonnik: 0,00 [g] Tłuszcz: 2,25 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,65 [g] Sól: 0,12 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 732,82 [kcal] - 28,22% Białko ogół.: 48,03 [g] Węglowodany ogół.: 117,79 [g] Cukry: 31,29 [g] Błonnik: 15,98 [g] Tłuszcz: 11,43 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 3,20 [g] Sól: 0,76 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 918,49 [kcal] - 35,37% Białko ogół.: 52,43 [g] Węglowodany ogół.: 104,23 [g] Cukry: 14,96 [g] Błonnik: 8,15 [g] Tłuszcz: 27,30 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 14,19 [g] Sól: 3,08 [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>			
8	27 lutego 2025	<b>Płynna wzmocniona</b> Wartość energetyczna: 2891,63 [kcal] Białko ogółem: 175,31 [g] Węglowodany ogółem: 351,35 [g] Cukry: 71,99 [g] Błonnik: 19,87 [g] Tłuszcz: 66,26 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 12,45 [g] Sól: 2,25 [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: Skyr naturalny 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.: 941,57 [kcal] - 32,56% 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.: 99,00 [kcal] - 3,42% Białko ogół.: 18,00 [g] Węglowodany ogół.: 6,90 [g] Cukry: 4,80 [g] Błonnik: 0,00 [g] Tłuszcz: 0,00 [g] Kwasy tłuszczowe nasycone: 0,00 [g] Sól: 0,15 [g]	Wartości odżywcze: Wart. energet.: 1117,67 [kcal] - 38,65% 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] - 25,36% 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>			

Jadłospis od dnia 2025-02-27 do dnia 2025-02-27

#	DATA	DIETA WARTOŚCI ODŻYWCZE	ŚNIADANIE	PRZEKĄSKA	OBIAD	KOLACJA
9	27 lutego 2025	<p><b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu bezmleczna</b></p> <p>Wartość energetyczna: 2284,07 [kcal]                      Białko ogółem: 115,49 [g]                      Węglowodany ogółem: 379,08 [g]                      Cukry: 71,98 [g]                      Błonnik: 40,95 [g]                      Tłuszcz: 36,74 [g]                      Kwasy tłuszczowe nasycone: 15,71 [g]                      Sól: 5,42 [g]</p>	<p>Składniki:                      Makaron na wywarze mięsnym 300 [ml]                      [Alergen: I, IX, ]                      Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ]                      Masło śmietankowe 10 [g] [Alergen: VII, ]                      Szyńka z pasieki 60 [g]                      Jabłko gotowane 150 [g]                      Kawa zbożowa 250 [ml]                      Cukier 3 [g]</p> <p>Wartości odżywcze:                      Wart. energet.: 838,89 [kcal] - 36,73%                      Białko ogół.: 36,73 [g]                      Węglowodany ogół.: 140,27 [g]                      Cukry: 16,15 [g]                      Błonnik: 9,68 [g]                      Tłuszcz: 11,22 [g]                      Kwasy tłuszczowe nasycone: 5,97 [g]                      Sól: 2,83 [g]</p>	<p>Składniki:                      Mus owocowy pasteryzowany 1 [szt]</p> <p>Wartości odżywcze:                      Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,41%                      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]</p>	<p>Składniki:                      Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 400 [ml]                      [Alergen: IX, ]                      Potrawka drobiowa w sosie warzywnym 200 [g] [Alergen: IX, 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]</p> <p>Wartości odżywcze:                      Wart. energet.: 723,32 [kcal] - 31,67%                      Białko ogół.: 47,64 [g]                      Węglowodany ogół.: 121,05 [g]                      Cukry: 31,20 [g]                      Błonnik: 19,35 [g]                      Tłuszcz: 9,87 [g]                      Kwasy tłuszczowe nasycone: 2,75 [g]                      Sól: 0,79 [g]</p>	<p>Składniki:                      Sałatka makaronowa z kurczakiem. 100 [g] [Alergen: I, ]                      Chleb pszenny 120 [g] [Alergen: I, ]                      Masło śmietankowe 10 [g] [Alergen: VII, ]                      Marchew gotowana w plastrach z olejem rzepakowym 100 [g]                      Herbata 250 [ml]                      Cukier 3 [g]</p> <p>Wartości odżywcze:                      Wart. energet.: 666,86 [kcal] - 29,2%                      Białko ogół.: 30,72 [g]                      Węglowodany ogół.: 105,76 [g]                      Cukry: 13,73 [g]                      Błonnik: 10,82 [g]                      Tłuszcz: 15,45 [g]                      Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,99 [g]                      Sól: 1,80 [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>						
10	27 lutego 2025	<p><b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna</b></p> <p>Wartość energetyczna: 2246,35 [kcal]                      Białko ogółem: 81,87 [g]                      Węglowodany ogółem: 284,75 [g]                      Cukry: 41,74 [g]                      Błonnik: 34,61 [g]                      Tłuszcz: 87,79 [g]                      Kwasy tłuszczowe nasycone: 16,98 [g]                      Sól: 4,04 [g]</p>	<p>Składniki:                      Makaron na wywarze mięsnym 300 [ml]                      [Alergen: I, IX, ]                      Chleb graham 120 [g] [Alergen: I, ]                      Masło extra 15 [g] [Alergen: VII, ]                      Szyńka indyk z pasieki 60 [g]                      Jabłko 150 [g]                      Kawa zbożowa 250 [ml]</p> <p>Wartości odżywcze:                      Wart. energet.: 781,64 [kcal] - 34,8%                      Białko ogół.: 25,04 [g]                      Węglowodany ogół.: 130,51 [g]                      Cukry: 12,90 [g]                      Błonnik: 14,12 [g]                      Tłuszcz: 15,33 [g]                      Kwasy tłuszczowe nasycone: 1,76 [g]                      Sól: 1,45 [g]</p>	<p>Składniki:                      Mus owocowy pasteryzowany 1 [szt]</p> <p>Wartości odżywcze:                      Wart. energet.: 55,00 [kcal] - 2,45%                      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]</p>	<p>Składniki:                      Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym. 400 [ml]                      [Alergen: IX, ]                      Pieczeń z jaj. 140 [g] [Alergen: III, ]                      Ziemniaki z koperkiem. 200 [g]                      Sałatka z buraków z olejem rzepakowym 150 [g]                      Kompot owocowy 250 [ml]</p> <p>Wartości odżywcze:                      Wart. energet.: 622,77 [kcal] - 27,72%                      Białko ogół.: 26,76 [g]                      Węglowodany ogół.: 59,17 [g]                      Cukry: 16,33 [g]                      Błonnik: 9,88 [g]                      Tłuszcz: 33,41 [g]                      Kwasy tłuszczowe nasycone: 6,27 [g]                      Sól: 0,90 [g]</p>	<p>Składniki:                      Sałatka makaronowa z kurczakiem 100 [g] [Alergen: I, ]                      Chleb graham 120 [g] [Alergen: I, ]                      Masło extra 15 [g] [Alergen: VII, ]                      Rzodkiewka 100 [g]                      Herbata 250 [ml]</p> <p>Wartości odżywcze:                      Wart. energet.: 786,94 [kcal] - 35,03%                      Białko ogół.: 29,67 [g]                      Węglowodany ogół.: 83,07 [g]                      Cukry: 1,61 [g]                      Błonnik: 9,51 [g]                      Tłuszcz: 38,85 [g]                      Kwasy tłuszczowe nasycone: 8,95 [g]                      Sól: 1,69 [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>						

