

Dodatki do posiłków na rzecz programu pilotażowego „Dobry posiłek w szpitalu”

18.03.2024 - PONIEDZIAŁEK		
Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE godz. 8⁰⁰		
Sałata masłowa - 10 g [1 kcal] Mandarynki – 120 g [54 kcal] Biszkopty bez dodatku cukru 25 g [94 kcal]	Sałata masłowa – 10 g [1 kcal] Banan – 120 g [116 kcal] Biszkopty bez dodatku cukru 25 g [94 kcal]	Sałata masłowa - 10 g [1 kcal] Mandarynki – 120 g [54 kcal] Biszkopty bez dodatku cukru 25 g [94 kcal]
POSIŁEK NOCNY godz. 20⁰⁰		
Krakersy – 15 g – [71 kcal]	Krakersy – 15 g – [71 kcal]	Krakersy – 15 g – [71 kcal]
wartość odżywcza dodatków		
Wartość energetyczna: 221 kcal Białko: 4,9 g Tłuszcze: 4,5 g (tł. nasycone: 0,71 g) Węglowodany: 41 g (w tym cukry: 12,5 g) Błonnik pokarmowy: 2,7 g Sól: 0,4 g	Wartość energetyczna: 283 kcal Białko: 5,4 g Tłuszcze: 4,7 g (tł. nasycone: 0,8 g) Węglowodany: 55,8 g (w tym cukry: 24,5 g) Błonnik pokarmowy: 2,4 g Sól: 0,4 g	Wartość energetyczna: 221 kcal Białko: 4,9 g Tłuszcze: 4,5 g (tł. nasycone: 0,71 g) Węglowodany: 41 g (w tym cukry: 12,5 g) Błonnik pokarmowy: 2,7 g Sól: 0,4 g
19.03.2024 - WTOREK		
ŚNIADANIE godz. 8⁰⁰		
Sałata masłowa - 10 g [1 kcal] Krakersy – 15 g – [71 kcal]	Sałata masłowa - 10 g [1 kcal] Krakersy – 15 g – [71 kcal]	Sałata masłowa - 10 g [1 kcal] Krakersy – 15 g – [71 kcal]
POSIŁEK NOCNY godz. 20⁰⁰		
Biszkopty bez dodatku cukru 25 g [94 kcal]	Biszkopty bez dodatku cukru 25 g [94 kcal]	Biszkopty bez dodatku cukru 25 g [94 kcal]
wartość odżywcza dodatków		
Wartość energetyczna: 167 kcal Białko: 4,2 g Tłuszcze: 4,3 g (tł. nasycone: 0,7 g) Węglowodany: 27,6 g (w tym cukry: 1,4 g) Błonnik pokarmowy: 0,4 g Sól: 0,4 g	Wartość energetyczna: 167 kcal Białko: 4,2 g Tłuszcze: 4,3 g (tł. nasycone: 0,7 g) Węglowodany: 27,6 g (w tym cukry: 1,4 g) Błonnik pokarmowy: 0,4 g Sól: 0,4 g	Wartość energetyczna: 167 kcal Białko: 4,2 g Tłuszcze: 4,3 g (tł. nasycone: 0,7 g) Węglowodany: 27,6 g (w tym cukry: 1,4 g) Błonnik pokarmowy: 0,4 g Sól: 0,4 g
20.03.2024 - ŚRODA		
ŚNIADANIE godz. 8⁰⁰		
Sałata masłowa - 10 g [1 kcal] Podpłomyki – 27 g [104 kcal]	Sałata masłowa - 10 g [1 kcal] Podpłomyki – 27 g [104 kcal]	Sałata masłowa - 10 g [1 kcal] Podpłomyki – 27 g [104 kcal]
POSIŁEK NOCNY godz. 20⁰⁰		
Wafle ryżowe – 20 g [77 kcal]	Wafle ryżowe – 20 g [77 kcal]	Wafle ryżowe – 20 g [77 kcal]
wartość odżywcza dodatków		
Wartość energetyczna: 183 kcal Białko: 4,9 g Tłuszcze: 1,9 g (tł. nasycone: 0,3 g) Węglowodany: 35,5 g (w tym cukry: 0,8 g) Błonnik pokarmowy: 1,7 g Sól: 0,06 g	Wartość energetyczna: 183 kcal Białko: 4,9 g Tłuszcze: 1,9 g (tł. nasycone: 0,3 g) Węglowodany: 35,5 g (w tym cukry: 0,8 g) Błonnik pokarmowy: 1,7 g Sól: 0,06 g	Wartość energetyczna: 183 kcal Białko: 4,9 g Tłuszcze: 1,9 g (tł. nasycone: 0,3 g) Węglowodany: 35,5 g (w tym cukry: 0,8 g) Błonnik pokarmowy: 1,7 g Sól: 0,06 g
21.03.2024 - CZWARTEK		
ŚNIADANIE godz. 8⁰⁰		
Sałata masłowa - 10 g [1 kcal] Biszkopty bez dodatku cukru 25 g [94 kcal]	Sałata masłowa - 10 g [1 kcal] Biszkopty bez dodatku cukru 25 g [94 kcal]	Sałata masłowa - 10 g [1 kcal] Biszkopty bez dodatku cukru 25 g [94 kcal]
POSIŁEK NOCNY godz. 20⁰⁰		
Krakersy – 15 g – [71 kcal]	Krakersy – 15 g – [71 kcal]	Krakersy – 15 g – [71 kcal]
wartość odżywcza dodatków		
Wartość energetyczna: 167 kcal Białko: 4,2 g Tłuszcze: 4,3 g (tł. nasycone: 0,7 g) Węglowodany: 27,6 g (w tym cukry: 1,4 g) Błonnik pokarmowy: 0,4 g Sól: 0,4 g	Wartość energetyczna: 167 kcal Białko: 4,2 g Tłuszcze: 4,3 g (tł. nasycone: 0,7 g) Węglowodany: 27,6 g (w tym cukry: 1,4 g) Błonnik pokarmowy: 0,4 g Sól: 0,4 g	Wartość energetyczna: 167 kcal Białko: 4,2 g Tłuszcze: 4,3 g (tł. nasycone: 0,7 g) Węglowodany: 27,6 g (w tym cukry: 1,4 g) Błonnik pokarmowy: 0,4 g Sól: 0,4 g
22.03.2024 - PIĄTEK		
ŚNIADANIE godz. 8⁰⁰		
Sałata masłowa - 10 g [1 kcal]	Sałata masłowa - 10 g [1 kcal]	Sałata masłowa - 10 g [1 kcal]

Chrupki kukurydziane – 10 g [36 kcal]	Chrupki kukurydziane – 10 g [36 kcal]	Chrupki kukurydziane – 10 g [36 kcal]
POSIŁEK NOCNY godz. 20⁰⁰		
Krakersy – 15 g – [71 kcal]	Krakersy – 15 g – [71 kcal]	Krakersy – 15 g – [71 kcal]
wartość odżywcza dodatków		
Wartość energetyczna: 109 kcal Białko: 2,4 g Tłuszcze: 3,5 g (tł. nasycone: 0,3 g) Węglowodany: 17,5 g (w tym cukry: 1 g) Błonnik pokarmowy: 1,17 g Sól: 0,4 g	Wartość energetyczna: 109 kcal Białko: 2,4 g Tłuszcze: 3,5 g (tł. nasycone: 0,3 g) Węglowodany: 17,5 g (w tym cukry: 1 g) Błonnik pokarmowy: 1,17 g Sól: 0,4 g	Wartość energetyczna: 109 kcal Białko: 2,4 g Tłuszcze: 3,5 g (tł. nasycone: 0,3 g) Węglowodany: 17,5 g (w tym cukry: 1 g) Błonnik pokarmowy: 1,17 g Sól: 0,4 g
23.03.2024 - SOBOTA		
ŚNIADANIE godz. 8⁰⁰		
Salata masłowa – 10 g [1 kcal] Ogórek kwaszony – 25 g [3 kcal]	Salata masłowa – 10 g [1 kcal] Ser mozzarella light – 25 g [40 kcal]	Salata masłowa – 10 g [1 kcal] Ogórek kwaszony – 25 g [3 kcal]
POSIŁEK NOCNY godz. 20⁰⁰		
Biszkopty bez dodatku cukru 25 g [94 kcal]	Biszkopty bez dodatku cukru 25 g [94 kcal]	Biszkopty bez dodatku cukru 25 g [94 kcal]
wartość odżywcza dodatków		
Wartość energetyczna: 99 kcal Białko: 3,1 g Tłuszcze: 1,2 g (tł. nasycone: 0,5 g) Węglowodany: 18,8 g (w tym cukry: 0,6 g) Błonnik pokarmowy: 0,3 g Sól: 0,5 g	Wartość energetyczna: 135 kcal Białko: 7,6 g Tłuszcze: 3,3 g (tł. nasycone: 1,9 g) Węglowodany: 18,5 g (w tym cukry: 0,6 g) Błonnik pokarmowy: 0,14 g Sól: 0,2 g	Wartość energetyczna: 99 kcal Białko: 3,1 g Tłuszcze: 1,2 g (tł. nasycone: 0,5 g) Węglowodany: 18,8 g (w tym cukry: 0,6 g) Błonnik pokarmowy: 0,3 g Sól: 0,5 g
24.03.2024 - NIEDZIELA		
ŚNIADANIE godz. 8⁰⁰		
Salata masłowa - 10 g [1 kcal] Mandarynki – 120 g [54 kcal] Chrupki kukurydziane – 10 g [36 kcal]	Salata masłowa - 10 g [1 kcal] Banan – 120 g [116 kcal] Chrupki kukurydziane – 10 g [36 kcal]	Salata masłowa - 10 g [1 kcal] Mandarynki – 120 g [54 kcal] Chrupki kukurydziane – 10 g [36 kcal]
POSIŁEK NOCNY godz. 20⁰⁰		
Biszkopty bez dodatku cukru 25 g [94 kcal]	Biszkopty bez dodatku cukru 25 g [94 kcal]	Biszkopty bez dodatku cukru 25 g [94 kcal]
wartość odżywcza dodatków		
Wartość energetyczna: 186 kcal Białko: 4,5 g Tłuszcze: 1,7 g (tł. nasycone: 0,5 g) Węglowodany: 39,6 g (w tym cukry: 11,6 g) Błonnik pokarmowy: 3,2 g Sól: 0,03 g	Wartość energetyczna: 248 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 1,8 g (tł. nasycone: 0,7 g) Węglowodany: 54,4 g (w tym cukry: 23,6 g) Błonnik pokarmowy: 3 g Sól: 0,03 g	Wartość energetyczna: 186 kcal Białko: 4,5 g Tłuszcze: 1,7 g (tł. nasycone: 0,5 g) Węglowodany: 39,6 g (w tym cukry: 11,6 g) Błonnik pokarmowy: 3,2 g Sól: 0,03 g