

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

13.06.2024 - CZWARTEK		
Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa
SNIADANIE godz. 8⁰⁰		
Mus owocowy – 200 g - [100 kcal]	Mus owocowy – 200 g - [100 kcal]	Banan – 120 g [116 kcal]
POSIŁEK NOCNY godz. 20⁰⁰		
Sucharki pszenne – 41 g - [156 kcal]	Sucharki pszenne – 41 g - [156 kcal]	Sucharki pszenne – 41 g - [156 kcal]
wartość odżywcza dodatków		
Wartość energetyczna: 256 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 2 g (tł. nasycone: 0,7 g) Węglowodany: 53 g (w tym cukry: 25,7 g) Błonnik pokarmowy: 2,5 g Sól: 0,3 g	Wartość energetyczna: 256 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 2 g (tł. nasycone: 0,7 g) Węglowodany: 53 g (w tym cukry: 25,7 g) Błonnik pokarmowy: 2,5 g Sól: 0,3 g	Wartość energetyczna: 273 kcal Białko: 6 g Tłuszcze: 2 g (tł. nasycone: 0,8 g) Węglowodany: 58 g (w tym cukry: 28,8 g) Błonnik pokarmowy: 3,5 g Sól: 0,3 g
14.06.2024 - PIĄTEK		
SNIADANIE godz. 8⁰⁰		
Biszkopty bez dodatku cukru – 25 g - [94 kcal]	Biszkopty bez dodatku cukru – 25 g - [94 kcal]	Biszkopty bez dodatku cukru – 25 g - [94 kcal]
POSIŁEK NOCNY godz. 20⁰⁰		
Podpłomyki – 18 g - [71 kcal]	Podpłomyki – 18 g - [71 kcal]	Podpłomyki – 18 g - [71 kcal]
wartość odżywcza dodatków		
Wartość energetyczna: 162 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 1 g (tł. nasycone: 0,7 g) Węglowodany: 32 g (w tym cukry: 1 g) Błonnik pokarmowy: 0 g Sól: 0,3 g	Wartość energetyczna: 162 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 1 g (tł. nasycone: 0,7 g) Węglowodany: 32 g (w tym cukry: 1 g) Błonnik pokarmowy: 0 g Sól: 0,3 g	Wartość energetyczna: 162 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 1 g (tł. nasycone: 0,7 g) Węglowodany: 32 g (w tym cukry: 1 g) Błonnik pokarmowy: 0 g Sól: 0,3 g
15.06.2024 - SOBOTA		
SNIADANIE godz. 8⁰⁰		
Herbatniki – 14 g [61 kcal] Mus owocowy – 100 g [60 kcal]	Herbatniki – 14 g [61 kcal] Mus owocowy – 100 g [60 kcal]	Herbatniki – 14 g [61 kcal] Mus owocowy – 100 g [60 kcal]
POSIŁEK NOCNY godz. 20⁰⁰		
Sucharki pszenne – 41 g [156 kcal]	Sucharki pszenne – 41 g [156 kcal]	Sucharki pszenne – 41 g [156 kcal]
wartość odżywcza dodatków		
Wartość energetyczna: 277 kcal Białko: 6,3 g Tłuszcze: 3,7 g (tł. nasycone: 1 g) Węglowodany: 54,7 g (w tym cukry: 22,4 g) Błonnik pokarmowy: 3,7 g Sól: 0,5 g	Wartość energetyczna: 277 kcal Białko: 6,3 g Tłuszcze: 3,7 g (tł. nasycone: 1 g) Węglowodany: 54,7 g (w tym cukry: 22,4 g) Błonnik pokarmowy: 3,7 g Sól: 0,5 g	Wartość energetyczna: 277 kcal Białko: 6,3 g Tłuszcze: 3,7 g (tł. nasycone: 1 g) Węglowodany: 54,7 g (w tym cukry: 22,4 g) Błonnik pokarmowy: 3,7 g Sól: 0,5 g
16.06.2024 - NIEDZIELA		
SNIADANIE godz. 8⁰⁰		
Krakersy – 15 g - [71 kcal]	Krakersy – 15 g - [71 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
17.06.2024 - PONIEDZIAŁEK		
SNIADANIE godz. 8⁰⁰		
Sucharki pszenne – 41 g - [156 kcal]	Sucharki pszenne – 41 g - [156 kcal]	Sucharki pszenne – 41 g - [156 kcal]
POSIŁEK NOCNY godz. 20⁰⁰		

Mus owocowy – 200 g - [100 kcal]	Mus owocowy – 200 g - [100 kcal]	Banan – 120 g [116 kcal]
wartość odżywcza dodatków		
Wartość energetyczna: 256 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 2 g (tł. nasycone: 0,7 g) Węglowodany: 53 g (w tym cukry: 25,7 g) Błonnik pokarmowy: 2,5 g Sól: 0,3 g	Wartość energetyczna: 256 kcal Białko: 5 g Tłuszcze: 2 g (tł. nasycone: 0,7 g) Węglowodany: 53 g (w tym cukry: 25,7 g) Błonnik pokarmowy: 2,5 g Sól: 0,3 g	Wartość energetyczna: 273 kcal Białko: 6 g Tłuszcze: 2 g (tł. nasycone: 0,8 g) Węglowodany: 58 g (w tym cukry: 28,8 g) Błonnik pokarmowy: 3,5 g Sól: 0,3 g
18.06.2024 - WTOREK		
ŚNIADANIE godz. 8 ⁰⁰		
Pierniczki z nadzieniem owocowym – 26 g – [93 kcal]	Pierniczki z nadzieniem owocowym – 26 g – [93 kcal]	Biszkopty bez dodatku cukru 25 g [94 kcal]
POSIŁEK NOCNY godz. 20 ⁰⁰		
Ser mozzarella light – 60 g [94 kcal]	Ser mozzarella light – 60 g [94 kcal]	Ser mozzarella light – 60 g [94 kcal]
wartość odżywcza dodatków		
Wartość energetyczna: 192 kcal Białko: 13 g Tłuszcze: 7 g (tł. nasycone: 3,5 g) Węglowodany: 19 g (w tym cukry: 12,6 g) Błonnik pokarmowy: 0,5 g Sól: 0,4 g	Wartość energetyczna: 192 kcal Białko: 13 g Tłuszcze: 7 g (tł. nasycone: 3,5 g) Węglowodany: 19 g (w tym cukry: 12,6 g) Błonnik pokarmowy: 0,5 g Sól: 0,4 g	Wartość energetyczna: 188 kcal Białko: 14 g Tłuszcze: 6 g (tł. nasycone: 4 g) Węglowodany: 19 g (w tym cukry: 0,5 g) Błonnik pokarmowy: 0 g Sól: 0,4 g
19.06.2024 - ŚRODA		
ŚNIADANIE godz. 8 ⁰⁰		
Krakersy – 15 g – [71 kcal]	Krakersy – 15 g – [71 kcal]	Krakersy – 15 g – [71 kcal]
POSIŁEK NOCNY godz. 20 ⁰⁰		
Sucharki pszenne – 41 g – [156 kcal]	Sucharki pszenne – 41 g – [156 kcal]	Sucharki pszenne – 41 g – [156 kcal]
wartość odżywcza dodatków		
Wartość energetyczna: 227 kcal Białko: 6 g Tłuszcze: 5 g (tł. nasycone: 0,9 g) Węglowodany: 39 g (w tym cukry: 7 g) Błonnik pokarmowy: 1,7 g Sól: 0,7 g	Wartość energetyczna: 227 kcal Białko: 6 g Tłuszcze: 5 g (tł. nasycone: 0,9 g) Węglowodany: 39 g (w tym cukry: 7 g) Błonnik pokarmowy: 1,7 g Sól: 0,7 g	Wartość energetyczna: 227 kcal Białko: 6 g Tłuszcze: 5 g (tł. nasycone: 0,9 g) Węglowodany: 39 g (w tym cukry: 7 g) Błonnik pokarmowy: 1,7 g Sól: 0,7 g
20.06.2024 - CZWARTEK		
ŚNIADANIE godz. 8 ⁰⁰		
Krakersy – 15 g – [71 kcal]	Krakersy – 15 g – [71 kcal]	Krakersy – 15 g – [71 kcal]
POSIŁEK NOCNY godz. 20 ⁰⁰		
Pierniczki z nadzieniem owocowym – 26 g – [93 kcal]	Pierniczki z nadzieniem owocowym – 26 g – [93 kcal]	Biszkopty bez dodatku cukru 25 g [94 kcal]
wartość odżywcza dodatków		
Wartość energetyczna: 170 kcal Białko: 2 g Tłuszcze: 5 g (tł. nasycone: 0,2 g) Węglowodany: 28 g (w tym cukry: 13,4 g) Błonnik pokarmowy: 0,8 g Sól: 0,3 g	Wartość energetyczna: 170 kcal Białko: 2 g Tłuszcze: 5 g (tł. nasycone: 0,2 g) Węglowodany: 28 g (w tym cukry: 13,4 g) Błonnik pokarmowy: 0,8 g Sól: 0,3 g	Wartość energetyczna: 165 kcal Białko: 4 g Tłuszcze: 4 g (tł. nasycone: 0,7 g) Węglowodany: 27 g (w tym cukry: 1,3 g) Błonnik pokarmowy: 0,3 g Sól: 0,4 g
21.06.2024 - PIĄTEK		
ŚNIADANIE godz. 8 ⁰⁰		
Biszkopty bez dodatku cukru 25 g [94 kcal]	Biszkopty bez dodatku cukru 25 g [94 kcal]	Biszkopty bez dodatku cukru 25 g [94 kcal]
POSIŁEK NOCNY godz. 20 ⁰⁰		
Serek wiejski – 200 g – [194 kcal]	Serek wiejski – 200 g – [194 kcal]	Serek wiejski – 200 g – [194 kcal]
wartość odżywcza dodatków		
Wartość energetyczna: 288 kcal Białko: 25 g Tłuszcze: 11 g (tł. nasycone: 7,5 g) Węglowodany: 22 g (w tym cukry: 3,5 g) Błonnik pokarmowy: 0 g Sól: 1,4 g	Wartość energetyczna: 288 kcal Białko: 25 g Tłuszcze: 11 g (tł. nasycone: 7,5 g) Węglowodany: 22 g (w tym cukry: 3,5 g) Błonnik pokarmowy: 0 g Sól: 1,4 g	Wartość energetyczna: 288 kcal Białko: 25 g Tłuszcze: 11 g (tł. nasycone: 7,5 g) Węglowodany: 22 g (w tym cukry: 3,5 g) Błonnik pokarmowy: 0 g Sól: 1,4 g

