

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

30.01.2024 - PONIEDZIAŁEK		
Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa
<b>ŚNIADANIE godz. 8<sup>00</sup></b>		
Biszkopty bez dodatku cukru – 25 g - [94 kcal]	Biszkopty bez dodatku cukru – 25 g - [94 kcal]	Biszkopty bez dodatku cukru – 25 g - [94 kcal]
<b>POSIŁEK NOCNY godz. 20<sup>00</sup></b>		
Podpłomyki – 18 g - [71 kcal]	Podpłomyki – 18 g - [71 kcal]	Podpłomyki – 18 g - [71 kcal]
<b>wartość odżywcza dodatków</b>		
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
<b>31.01.2024 - WTOREK</b>		
<b>ŚNIADANIE godz. 8<sup>00</sup></b>		
Jogurt owocowy – 125 g [124 kcal]	Jogurt owocowy – 125 g [124 kcal]	Jogurt naturalny – 160 g [87 kcal]
<b>POSIŁEK NOCNY godz. 20<sup>00</sup></b>		
Krakersy – 15 g – [71 kcal]	Krakersy – 15 g – [71 kcal]	Krakersy – 15 g – [71 kcal]
<b>wartość odżywcza dodatków</b>		
Wartość energetyczna: 195 kcal Białko: 5,7 g Tłuszcze: 6,6 g (tł. nasycone: 0,2 g) Węglowodany: 27,1 g (w tym cukry: 26,8 g) Błonnik pokarmowy: 0,3 g Sól: 0,9 g	Wartość energetyczna: 195 kcal Białko: 5,7 g Tłuszcze: 6,6 g (tł. nasycone: 0,2 g) Węglowodany: 27,1 g (w tym cukry: 26,8 g) Błonnik pokarmowy: 0,3 g Sól: 0,9 g	Wartość energetyczna: 167 kcal Białko: 8,2 g Tłuszcze: 6,4 g (tł. nasycone: 2,1 g) Węglowodany: 19,2 g (w tym cukry: 2,5 g) Błonnik pokarmowy: 0,3 g Sól: 0,3 g
<b>01.01.2025 - ŚRODA</b>		
<b>ŚNIADANIE godz. 8<sup>00</sup></b>		
Ser mozzarella – 25 g – [64 kcal]	Ser mozzarella – 25 g – [64 kcal]	Ser mozzarella – 25 g – [64 kcal]
<b>POSIŁEK NOCNY godz. 20<sup>00</sup></b>		
Podpłomyki – 18 g - [71 kcal]	Podpłomyki – 18 g - [71 kcal]	Podpłomyki – 18 g - [71 kcal]
<b>wartość odżywcza dodatków</b>		
Wartość energetyczna: 132 kcal Białko: 8,3 g Tłuszcze: 4,2 g (tł. nasycone: 0,2 g) Węglowodany: 14,7 g (w tym cukry: 0,5 g) Błonnik pokarmowy: 0 g Sól: 0,2 g	Wartość energetyczna: 132 kcal Białko: 8,3 g Tłuszcze: 4,2 g (tł. nasycone: 0,2 g) Węglowodany: 14,7 g (w tym cukry: 0,5 g) Błonnik pokarmowy: 0 g Sól: 0,2 g	Wartość energetyczna: 132 kcal Białko: 8,3 g Tłuszcze: 4,2 g (tł. nasycone: 0,2 g) Węglowodany: 14,7 g (w tym cukry: 0,5 g) Błonnik pokarmowy: 0 g Sól: 0,2 g
<b>02.01.2025 - CZWARTEK</b>		
<b>ŚNIADANIE godz. 8<sup>00</sup></b>		
Herbatniki – 14 g [61 kcal]	Herbatniki – 14 g [61 kcal]	Herbatniki – 14 g [61 kcal]
<b>POSIŁEK NOCNY godz. 20<sup>00</sup></b>		
Biszkopty bez dodatku cukru 25 g [94 kcal] Mus owocowy – 200 g [100 kcal]	Biszkopty bez dodatku cukru 25 g [94 kcal] Mus owocowy – 200 g [100 kcal]	Biszkopty bez dodatku cukru 25 g [94 kcal] Mus owocowy – 200 g [100 kcal]
<b>wartość odżywcza dodatków</b>		
Wartość energetyczna: 255 kcal Białko: 4 g Tłuszcze: 3 g (tł. nasycone: 0,7 g) Węglowodany: 52 g (w tym cukry: 25 g) Błonnik pokarmowy: 1,2 g Sól: 0,1 g	Wartość energetyczna: 255 kcal Białko: 4 g Tłuszcze: 3 g (tł. nasycone: 0,7 g) Węglowodany: 52 g (w tym cukry: 25 g) Błonnik pokarmowy: 1,2 g Sól: 0,1 g	Wartość energetyczna: 255 kcal Białko: 4 g Tłuszcze: 3 g (tł. nasycone: 0,7 g) Węglowodany: 52 g (w tym cukry: 25 g) Błonnik pokarmowy: 1,2 g Sól: 0,1 g
<b>03.01.2025 - PIĄTEK</b>		
<b>ŚNIADANIE godz. 8<sup>00</sup></b>		
Krakersy – 15 g – [71 kcal]	Krakersy – 15 g – [71 kcal]	Krakersy – 15 g – [71 kcal]
<b>POSIŁEK NOCNY godz. 20<sup>00</sup></b>		

Jogurt owocowy – 125 g [124 kcal]	Jogurt owocowy – 125 g [124 kcal]	Jogurt naturalny – 160 g [87 kcal]
<b>wartość odżywcza dodatków</b>		
Wartość energetyczna: 195 kcal Białko: 5,7 g Tłuszcze: 6,6 g (tł. nasycone: 0,2 g) Węglowodany: 27,1 g (w tym cukry: 26,8 g) Błonnik pokarmowy: 0,3 g Sól: 0,9 g	Wartość energetyczna: 195 kcal Białko: 5,7 g Tłuszcze: 6,6 g (tł. nasycone: 0,2 g) Węglowodany: 27,1 g (w tym cukry: 26,8 g) Błonnik pokarmowy: 0,3 g Sól: 0,9 g	Wartość energetyczna: 167 kcal Białko: 8,2 g Tłuszcze: 6,4 g (tł. nasycone: 2,1 g) Węglowodany: 19,2 g (w tym cukry: 2,5 g) Błonnik pokarmowy: 0,3 g Sól: 0,3 g
<b>04.01.2025 – SOBOTA</b>		
<b>ŚNIADANIE godz. 8<sup>00</sup></b>		
Pierniki w czekoladzie – 39 g [147 kcal]	Krakersy – 15 g – [71 kcal]	Krakersy – 15 g – [71 kcal]
<b>POSIŁEK NOCNY godz. 20<sup>00</sup></b>		
Jogurt owocowy – 125 g [124 kcal]	Jogurt owocowy – 125 g [124 kcal]	Jogurt naturalny – 160 g [87 kcal]
<b>wartość odżywcza dodatków</b>		
Wartość energetyczna: kcal Białko: g Tłuszcze: g (tł. nasycone: g) Węglowodany: g (w tym cukry: g) Błonnik pokarmowy: g Sól: g	Wartość energetyczna: kcal Białko: g Tłuszcze: g (tł. nasycone: g) Węglowodany: g (w tym cukry: g) Błonnik pokarmowy: g Sól: g	Wartość energetyczna: kcal Białko: g Tłuszcze: g (tł. nasycone: g) Węglowodany: g (w tym cukry: g) Błonnik pokarmowy: g Sól: g
<b>05.01.2025 - NIEDZIELA</b>		
<b>ŚNIADANIE godz. 8<sup>00</sup></b>		
Krakersy – 15 g – [71 kcal] Lubisie – 30 g – [119 kcal]	Krakersy – 15 g – [71 kcal]	Krakersy – 15 g – [71 kcal]
<b>POSIŁEK NOCNY godz. 20<sup>00</sup></b>		
Jogurt owocowy – 125 g [124 kcal]	Jogurt owocowy – 125 g [124 kcal]	Jogurt naturalny – 160 g [87 kcal]
<b>wartość odżywcza dodatków</b>		
Wartość energetyczna: 312 kcal Białko: 6 g Tłuszcze: 11 g (tł. nasycone: 2,92 g) Węglowodany: 47 g (w tym cukry: 28,3 g) Błonnik pokarmowy: 0,56 g Sól: 0,66 g	Wartość energetyczna: 195 kcal Białko: 5,7 g Tłuszcze: 6,6 g (tł. nasycone: 0,2 g) Węglowodany: 27,1 g (w tym cukry: 26,8 g) Błonnik pokarmowy: 0,3 g Sól: 0,9 g	Wartość energetyczna: 167 kcal Białko: 8,2 g Tłuszcze: 6,4 g (tł. nasycone: 2,1 g) Węglowodany: 19,2 g (w tym cukry: 2,5 g) Błonnik pokarmowy: 0,3 g Sól: 0,3 g