

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

24.03.2025 - PONIEDZIAŁEK		
Dieta podstawowa	Dieta lekkostrawna	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE godz. 8⁰⁰		
Ogórek kwaszony – 25 g [3 kcal]	Ogórek kwaszony – 25 g [3 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: 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
25.03.2025 - WTOREK		
ŚNIADANIE godz. 8⁰⁰		
Wafle ryżowe – 20 g [77 kcal]	Wafle ryżowe – 20 g [77 kcal]	Wafle ryżowe – 20 g [77 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: 145 kcal Białko: 4 g Tłuszcze: 1 g (tł. nasycone: 0,3 g) Węglowodany: 30 g (w tym cukry: 0,71 g) Błonnik pokarmowy: 0,8 g Sól: 0,25 g	Wartość energetyczna: 145 kcal Białko: 4 g Tłuszcze: 1 g (tł. nasycone: 0,3 g) Węglowodany: 30 g (w tym cukry: 0,71 g) Błonnik pokarmowy: 0,8 g Sól: 0,25 g	Wartość energetyczna: 145 kcal Białko: 4 g Tłuszcze: 1 g (tł. nasycone: 0,3 g) Węglowodany: 30 g (w tym cukry: 0,71 g) Błonnik pokarmowy: 0,8 g Sól: 0,25 g
26.03.2025 - ŚRODA		
ŚNIADANIE godz. 8⁰⁰		
Herbatniki – 14 g [61 kcal]	Herbatniki – 14 g [61 kcal]	Herbatniki – 14 g [61 kcal]
POSIŁEK NOCNY godz. 20⁰⁰		
Serek wiejski – 200 g – [194 kcal]	Serek wiejski – 200 g – [194 kcal]	Serek wiejski – 200 g – [194 kcal]
wartość odżywcza dodatków		
Wartość energetyczna: 255 kcal Białko: 23 g Tłuszcze: 12 g (tł. nasycone: 7,2 g) Węglowodany: 15 g (w tym cukry: 7,6 g) Błonnik pokarmowy: 0,2 g Sól: 1,5 g	Wartość energetyczna: 255 kcal Białko: 23 g Tłuszcze: 12 g (tł. nasycone: 7,2 g) Węglowodany: 15 g (w tym cukry: 7,6 g) Błonnik pokarmowy: 0,2 g Sól: 1,5 g	Wartość energetyczna: 255 kcal Białko: 23 g Tłuszcze: 12 g (tł. nasycone: 7,2 g) Węglowodany: 15 g (w tym cukry: 7,6 g) Błonnik pokarmowy: 0,2 g Sól: 1,5 g
27.03.2025 - CZWARTEK		
ŚNIADANIE godz. 8⁰⁰		
Herbatniki – 14 g [61 kcal]	Herbatniki – 14 g [61 kcal]	Herbatniki – 14 g [61 kcal]
POSIŁEK NOCNY godz. 20⁰⁰		
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]
wartość odżywcza dodatków		
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
28.03.2025 - PIĄTEK		
ŚNIADANIE godz. 8⁰⁰		
Krakersy – 15 g – [71 kcal]	Krakersy – 15 g – [71 kcal]	Krakersy – 15 g – [71 kcal]
POSIŁEK NOCNY godz. 20⁰⁰		

Jogurt owocowy – 125 g [124 kcal]	Jogurt owocowy – 125 g [124 kcal]	Jogurt naturalny – 160 g [87 kcal]
wartość odżywcza dodatków		
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
29.03.2025 – SOBOTA		
ŚNIADANIE godz. 8⁰⁰		
Lubisie – 30 g [119 kcal]	Krakersy – 15 g [71 kcal]	Krakersy – 15 g [71 kcal]
POSIŁEK NOCNY godz. 20⁰⁰		
Jogurt owocowy – 125 g [124 kcal]	Jogurt owocowy – 125 g [124 kcal]	Jogurt naturalny – 160 g [87 kcal]
wartość odżywcza dodatków		
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: 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
30.03.2025 - NIEDZIELA		
ŚNIADANIE godz. 8⁰⁰		
Podpłomyki – 18 g [71 kcal]	Podpłomyki – 18 g [71 kcal]	Podpłomyki – 18 g [71 kcal]
POSIŁEK NOCNY godz. 20⁰⁰		
Krakersy – 15 g [71 kcal] Serek wiejski – 200 g [194 kcal]	Krakersy – 15 g [71 kcal] Serek wiejski – 200 g [194 kcal]	Krakersy – 15 g [71 kcal] Serek wiejski – 200 g [194 kcal]
wartość odżywcza dodatków		
Wartość energetyczna: 334 kcal Białko: 26 g Tłuszcze: 13 g (tł. nasycone: 7,4 g) Węglowodany: 27 g (w tym cukry: 4,3 g) Błonnik pokarmowy: 0,3 g Sól: 2 g	Wartość energetyczna: 334 kcal Białko: 26 g Tłuszcze: 13 g (tł. nasycone: 7,4 g) Węglowodany: 27 g (w tym cukry: 4,3 g) Błonnik pokarmowy: 0,3 g Sól: 2 g	Wartość energetyczna: 334 kcal Białko: 26 g Tłuszcze: 13 g (tł. nasycone: 7,4 g) Węglowodany: 27 g (w tym cukry: 4,3 g) Błonnik pokarmowy: 0,3 g Sól: 2 g