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

|  |
| --- |
| 07.04.2025 - PONIEDZIAŁEK |
| **Dieta podstawowa**  | **Dieta lekkostrawna**  |  | **Dieta cukrzycowa**  |
| ŚNIADANIE godz. 8.00  |
|  |  |  |
| Krakersy – 15 g – [71 kcal] | Krakersy – 15 g – [71 kcal] |  | Krakersy – 15 g – [71 kcal] |
|  |  |
| POSIŁEK NOCNY godz. 20.00  |
|  |  |  |
| Mus owocowy – 90g – [*50 kcal*] | Mus owocowy – 90g – [*50 kcal*] |  | Mus owocowy – 90g – [*50 kcal*] |
| **wartość odżywcza dodatków**  |
|  Wartość energetyczna: 121 kcalBiałko: 8,2 gTłuszcze: 6,4 g (tł. nasycone: 2,1 g)Węglowodany: 19,2 g (w tym cukry: 2,5 g) | Wartość energetyczna: 121 kcalBiałko: 8,2 gTłuszcze: 6,4 g (tł. nasycone: 2,1 g)Węglowodany: 19,2 g (w tym cukry: 2,5 g) | Wartość energetyczna: 121 kcalBiałko: 8,2 gTłuszcze: 6,4 g (tł. nasycone: 2,1 g)Węglowodany: 19,2 g (w tym cukry: 2,5 g) |
|  |
| 08.04.2025 - WTOREK |
|  |
| 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 – 200g – [194 kcal] | *Krakersy – 15 g – [71 kcal]* | *Krakersy – 15 g – [71 kcal]* |
|  |  |   |
| **wartość odżywcza dodatków**  |
|  |
|  Wartość energetyczna: 288 kcal Białko: 23,9 g Tłuszcze: 10,8 g (tł. nasycone: 7,2 g) Węglowodany: 16,4 g (w tym cukry: 9,3 g) Błonnik pokarmowy: 7,1 g Sól: 1,4 g |  | Wartość energetyczna: 288 kcal Białko: 23,9 g Tłuszcze: 10,8 g (tł. nasycone: 7,2 g) Węglowodany: 16,4 g (w tym cukry: 9,3 g) Błonnik pokarmowy: 7,1 g Sól: 1,4 g |  | Wartość energetyczna: 288 kcal Białko: 23,9 g Tłuszcze: 10,8 g (tł. nasycone: 7,2 g) Węglowodany: 16,4 g (w tym cukry: 9,3 g) Błonnik pokarmowy: 7,1 g Sól: 1,4 g |
| 09-04-2025 - ŚRODA |
| ŚNIADANIE godz. 8.00  |
| Wafle ryżowe – 20 g [77 kcal]Jogurt owocowy – 120 g [110 kcal] |  | Wafle ryżowe – 20 g [77 kcal]Jogurt owocowy – 120 g [110 kcal] |  | Wafle ryżowe – 20 g [77 kcal]Jogurt naturalny – 180 g [108Kcal} |
|  |  |  |  |  |
| POSIŁEK NOCNY godz. 20.00  |  |  |
| 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] |
|  |  |  |  |  |
| **wartość odżywcza dodatków**  |
|  |  |  |
|  Wartość energetyczna: 259 kcalBiałko: 7,2 gTłuszcze: 7,1 g (tł. nasycone: 2,5 g)Węglowodany: 39,9 g (w tym cukry: 15 g)Błonnik pokarmowy: 1,2 gSól: 0,5 g |  |  Wartość energetyczna: 259 kcalBiałko: 7,2 gTłuszcze: 7,1 g (tł. nasycone: 2,5 g)Węglowodany: 39,9 g (w tym cukry: 15 g)Błonnik pokarmowy: 1,2 gSól: 0,5 g |  | Wartość energetyczna: 259 kcalBiałko: 7,2 gTłuszcze: 7,1 g (tł. nasycone: 2,5 g)Węglowodany: 39,9 g (w tym cukry: 15 g)Błonnik pokarmowy: 1,2 gSól: 0,5 g |
| 10 -04 – 2025 - CZWARTEK |
|  |
| ŚNIADANIE godz. 8.00  |
|  |  |  |
| Herbatniki – 14 g [61 kcal] |  | Herbatniki – 14 g [61 kcal] | Herbatniki – 14 g [61 kcal] |
| POSIŁEK NOCNY godz. 20.00  |
| Mus owocowy – 90g – [*50 kcal*] | Mus owocowy – 90g – [*50 kcal*] | Mus owocowy – 90g – [*50 kcal*] |
|  |  |  |  |
|  |  |  |
| **wartość odżywcza dodatków**  |
| Wartość energetyczna: 111 kcal, Białko: 0,8 g, Tłuszcze: 0,7 g (tł. nasycone: 0 g)Węglowodany: 14,9 g (w tym cukry: 10,4 g), Błonnik pokarmowy: 0,1 g, Sól: 0 g | Wartość energetyczna: 111 kcal, Białko: 0,8 g, Tłuszcze: 0,7 g (tł. nasycone: 0 g)Węglowodany: 14,9 g (w tym cukry: 10,4 g), Błonnik pokarmowy: 0,1 g, Sól: 0 g | Wartość energetyczna: 111 kcal, Białko: 0,8 g, Tłuszcze: 0,7 g (tł. nasycone: 0 g)Węglowodany: 14,9 g (w tym cukry: 10,4 g), Błonnik pokarmowy: 0,1 g, Sól: 0 g |
|  |
| 11 -04 – 2025 - PIĄTEK |
|  |
| ŚNIADANIE godz. 8.00  |
|  |  |  |
| *Krakersy – 15 g – [71 kcal]* |  | *Krakersy – 15 g – [71 kcal]* |  | *Krakersy – 15 g – [71 kcal]* |
| POSIŁEK NOCNY godz. 2000  |  |  |
| Jogurt owocowy – 125g- [*124 kcal*] |  | Jogurt owocowy – 125g- [*124 kcal*] |  | Jogurt naturalny – 125g- [*124 kcal*] |
|  |  |  |
| wartość odżywcza dodatków  |
| Wartość energetyczna: 195 kcal Białko: 5,7 g Tłuszcze: 6,6 g (tł. nasycone: 0,3 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: 0,3 g) Węglowodany: 27,1 g (w tym cukry: 26,8 g) Błonnik pokarmowy: 0,3 g Sól: 0,9 g | Wartość energetyczna: 158 kcal Białko: 19,8 g Tłuszcze: 4,2 g (tł. nasycone: 0,3 g) Węglowodany: 18,6 g (w tym cukry: 7,3 g) Błonnik pokarmowy: 0,3 g Sól: 0,7 g |
| 12 -04 – 2025 - SOBOTA |
| ŚNIADANIE godz. 8.00  |
| Krakersy – 15 g – [71 kcal] |  | Krakersy – 15 g – [71 kcal] |  | Krakersy – 15 g – [71 kcal] |
|  |  |  |
| POSIŁEK NOCNY godz. 20.00  |
| Mus owocowy – 90g – [*50 kcal*] | Mus owocowy – 90g – [*50 kcal*] | Mus owocowy – 90g – [*50 kcal*] |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |
| **wartość odżywcza dodatków**  |
|  |  |   |
| Wartość energetyczna: 121 kcalBiałko: 8,2 gTłuszcze: 6,4 g (tł. nasycone: 2,1 g)Węglowodany: 19,2 g (w tym cukry: 2,5 g) | Wartość energetyczna: 121 kcalBiałko: 8,2 gTłuszcze: 6,4 g (tł. nasycone: 2,1 g)Węglowodany: 19,2 g (w tym cukry: 2,5 g) | Wartość energetyczna: 121 kcalBiałko: 8,2 gTłuszcze: 6,4 g (tł. nasycone: 2,1 g)Węglowodany: 19,2 g (w tym cukry: 2,5 g) |
|  |  |  |
|  |  |  |