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 kcal  Białko: 8,2 g  Tłuszcze: 6,4 g (tł. nasycone: 2,1 g)  Węglowodany: 19,2 g (w tym cukry: 2,5 g) | | | | | | Wartość energetyczna: 121 kcal  Białko: 8,2 g  Tłuszcze: 6,4 g (tł. nasycone: 2,1 g)  Węglowodany: 19,2 g (w tym cukry: 2,5 g) | | | | | Wartość energetyczna: 121 kcal  Białko: 8,2 g  Tłuszcze: 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 [108  Kcal} | | | |
|  |  | | | | |  | | |  | | | |  | | | |
| 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 kcal  Białko: 7,2 g  Tłuszcze: 7,1 g (tł. nasycone: 2,5 g)  Węglowodany: 39,9 g (w tym cukry: 15 g)  Błonnik pokarmowy: 1,2 g  Sól: 0,5 g | | | | |  | | | Wartość energetyczna: 259 kcal  Białko: 7,2 g  Tłuszcze: 7,1 g (tł. nasycone: 2,5 g)  Węglowodany: 39,9 g (w tym cukry: 15 g)  Błonnik pokarmowy: 1,2 g  Sól: 0,5 g | | |  | | | | | Wartość energetyczna: 259 kcal  Białko: 7,2 g  Tłuszcze: 7,1 g (tł. nasycone: 2,5 g)  Węglowodany: 39,9 g (w tym cukry: 15 g)  Błonnik pokarmowy: 1,2 g  Sól: 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 kcal  Białko: 8,2 g  Tłuszcze: 6,4 g (tł. nasycone: 2,1 g)  Węglowodany: 19,2 g (w tym cukry: 2,5 g) | | Wartość energetyczna: 121 kcal  Białko: 8,2 g  Tłuszcze: 6,4 g (tł. nasycone: 2,1 g)  Węglowodany: 19,2 g (w tym cukry: 2,5 g) | | | | | | | | | Wartość energetyczna: 121 kcal  Białko: 8,2 g  Tłuszcze: 6,4 g (tł. nasycone: 2,1 g)  Węglowodany: 19,2 g (w tym cukry: 2,5 g) | | | | | |
|  | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
|  | |  | | | | | | | | |  | | | | | |