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

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 02.04.2024 - WTOREK | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Dieta podstawowa** | | | | | | **Dieta lekkostrawna** | | | |  | | | | | | | | **Dieta cukrzycowa** | | | |  | | | | |
| ŚNIADANIE godz. 8.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | |
| Chrupki kukurydziane -5g [*18 kcal]* | | | | | | Chrupki kukurydziane -5g [*18 kcal]* | | | |  | | | | | | | | Chrupki kukurydziane -5g [*18 kcal]* | | | |  | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | |  | | | | |
| POSIŁEK NOCNY godz. 20.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | |
| Podpłomyki – 20g – [*70 kcal*]  Ser mozzarella–30g – *[47 kcal]* | | | | | | Podpłomyki – 20g – [*70 kcal*]  Ser mozzarella–30g – *[47 kcal]* | | | |  | | | | | | | | Podpłomyki – 20g – [*70 kcal*]  Ser mozzarella–30g – *[47 kcal]* | | | |  | | | | |
| **wartość odżywcza dodatków** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Wartość energetyczna: 135 kcal Białko: 6,3 g Tłuszcze: 3,7 g (tł. nasycone: 0,5 g)  Węglowodany: 17,4 g (w tym cukry: 17 g) Błonnik pokarmowy: 0,4 g  Sól: 3 g | | | | | | Wartość energetyczna: 135 kcal Białko: 6,3 g Tłuszcze: 3,7 g (tł. nasycone: 0,5 g)  Węglowodany: 17,4 g (w tym cukry: 17 g) Błonnik pokarmowy: 0,4 g  Sól: 3 g | | | | | | | Wartość energetyczna: 135 kcal Białko: 6,3 g Tłuszcze: 3,7 g (tł. nasycone: 0,5 g)  Węglowodany: 17,4 g (w tym cukry: 17 g) Błonnik pokarmowy: 0,4 g  Sól: 3 g | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 03.04.2024 - ŚRODA | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ŚNIADANIE godz. 8.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |
| Herbatniki – 20g – *[86 kcal]* | | | | | | *Herbatniki – 20g – [86 kcal]* | | | | | | | *Herbatniki – 20g – [86 kcal]* | | | | | | | | |
|  | | | | | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| POSIŁEK NOCNY godz. 20.00 | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |
|  | | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | |
| Jogurt owocowy – 125g- [*124 kcal*] | | | | | | Jogurt owocowy – *125g- [124 kcal]* | | | | | | | Jogurt naturalny – *125g- [124 kcal]* | | | | | | | | |
| **wartość odżywcza dodatków** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Wartość energetyczna: 210 kcal Białko: 6g Tłuszcze: 5,8 g (tł. nasycone: 2 g)  Węglowodany: 32,2 g (w tym cukry: 31,8 g) Błonnik pokarmowy: 0,4 g  Sól: 0,7 g |  | | | | | Wartość energetyczna: 210 kcal Białko: 6g Tłuszcze: 5,8 g (tł. nasycone: 2 g)  Węglowodany: 32,2 g (w tym cukry: 31,8 g) Błonnik pokarmowy: 0,4 g  Sól: 0,7 g | | |  | | | | | | | Wartość energetyczna: 210 kcal Białko: 6g Tłuszcze: 5,8 g (tł. nasycone: 2 g)  Węglowodany: 32,2 g (w tym cukry: 31,8 g) Błonnik pokarmowy: 0,4 g  Sól: 0,7 g | | | | | |  | | | | |
| 04-04-2024 - CZWARTEK | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ŚNIADANIE godz. 8.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Sucharki pszenne – 41 g – *[156 kcal]* |  | | | | | Sucharki pszenne – 41 g – *[156 kcal]* | | |  | | | | | | | Sucharki pszenne – 41 g – *[156 kcal]* | | | | | | |
|  |  | | | | |  | | |  | | | | | | |  | | | | | | |
| POSIŁEK NOCNY godz. 20.00 |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |
|  |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |
| Biszkopty bez dodatku cukru -25 g *[94 kcal]* |  | | | | | Biszkopty bez dodatku cukru -25 g *[94 kcal]* | | |  | | | | | | | Biszkopty bez dodatku cukru -25 g *[94 kcal]* | | | | | | |
| **wartość odżywcza dodatków** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | |
| Wartość energetyczna: 250 kcal Białko: 6,7 g Tłuszcze: 3,2 g (tł. nasycone: 0,6 g)  Węglowodany: 47,2 g (w tym cukry: 23 g) Błonnik pokarmowy: 2 g  Sól: 0,3 g | | | | |  | | | Wartość energetyczna: 250 kcal Białko: 6,7 g Tłuszcze: 3,2 g (tł. nasycone: 0,6 g)  Węglowodany: 47,2 g (w tym cukry: 23 g) Błonnik pokarmowy: 2 g  Sól: 0,3 g | | | | | |  | | | | | | | Wartość energetyczna: 250 kcal Białko: 6,7 g Tłuszcze: 3,2 g (tł. nasycone: 0,6 g)  Węglowodany: 47,2 g (w tym cukry: 23 g) Błonnik pokarmowy: 2 g  Sól: 0,3 g | | | | | | |
| 05 -04 – 2024 - PIĄTEK | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ŚNIADANIE godz. 8.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| *Krakersy – 15 g – [71 kcal]* | | | | |  | | | *Krakersy – 15 g – [71 kcal]* | | | | | | | | | | | *Krakersy – 15 g – [71 kcal]* | | | | | |
| POSIŁEK NOCNY godz. 20.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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: 0,2 g)  Węglowodany: 27,1 g (w tym cukry: 26,8 g) Błonnik pokarmowy: 0,3 g  Sól: 0,3 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: 0,3 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: 0,3 g | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 06 -04 – 2024 - SOBOTA | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ŚNIADANIE godz. 8.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| Sałata masłowa – 10 g *[1 kcal]*  Biszkopty bez dodatku cukru -25 g *[94 kcal]*  Mandarynki – 120 g *[54 kcal]* | | | |  | | | Sałata masłowa – 10 g *[1 kcal]*  Biszkopty bez dodatku cukru -25 g *[94 kcal]*  Banan *–* 120 g *[116 kcal]* | | | | |  | | | | | | | | Sałata masłowa – 10 g *[1 kcal]*  Biszkopty bez dodatku cukru -25 g *[94 kcal]*  Mandarynki – 120 g *[54 kcal]* | | | | | |
| POSIŁEK NOCNY godz. 2000 | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| Krakersy – 15 g – *[71 kcal]* | | | |  | | | Krakersy – 15 g – *[71 kcal]* | | | | |  | | | | | | | | Krakersy – 15 g – *[71 kcal]* | | | | | |
|  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | |
| wartość odżywcza dodatków | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Wartość energetyczna: 220 kcal Białko: 3,24 g Tłuszcze: 1,9 g (tł. nasycone: 0,4 g)  Węglowodany: 30,1 g (w tym cukry: 27 g) Błonnik pokarmowy: 3,1 g  Sól: 0,4 g | | | | Wartość energetyczna: 220 kcal Białko: 3,24 g Tłuszcze: 1,9 g (tł. nasycone: 0,4 g)  Węglowodany: 30,1 g (w tym cukry: 27 g) Błonnik pokarmowy: 3,1 g  Sól: 0,4 g | | | | | | | | Wartość energetyczna: 220 kcal Białko: 3,24 g Tłuszcze: 1,9 g (tł. nasycone: 0,4 g)  Węglowodany: 30,1 g (w tym cukry: 27 g) Błonnik pokarmowy: 3,1 g  Sól: 0,4 g | | | | | | | | | |
| 07 -04 – 2024 - NIEDZIELA | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ŚNIADANIE godz. 8.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Sałata masłowa – 10 g *[1 kcal]*  Biszkopty bez dodatku cukru -25 g *[94 kcal]*  Mandarynki – 120 g *[54 kcal]* | | | |  | | | Sałata masłowa – 10 g *[1 kcal]*  Biszkopty bez dodatku cukru -25 g *[94 kcal]*  Banan *–* 120 g *[116 kcal]* | | | | |  | | | | | | | | Sałata masłowa – 10 g *[1 kcal]*  Biszkopty bez dodatku cukru -25 g *[94 kcal]*  Mandarynki – 120 g *[54 kcal]* | | | | | |
|  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | |
| POSIŁEK NOCNY godz. 20.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| Krakersy – 15 g – *[71 kcal]* | | | |  | | | Krakersy – 15 g – *[71 kcal]* | | | | |  | | | | | | | | Krakersy – 15 g – *[71 kcal]* | | | | | |
|  | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | |
| **wartość odżywcza dodatków** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Wartość energetyczna: 220 kcal Białko: 3,24 g Tłuszcze: 1,9 g (tł. nasycone: 0,4 g)  Węglowodany: 30,1 g (w tym cukry: 27 g) Błonnik pokarmowy: 3,1 g  Sól: 0,4 g | | Wartość energetyczna: 220 kcal Białko: 3,24 g Tłuszcze: 1,9 g (tł. nasycone: 0,4 g)  Węglowodany: 30,1 g (w tym cukry: 27 g) Błonnik pokarmowy: 3,1 g  Sól: 0,4 g | | | | | | | | | Wartość energetyczna: 220 kcal Białko: 3,24 g Tłuszcze: 1,9 g (tł. nasycone: 0,4 g)  Węglowodany: 30,1 g (w tym cukry: 27 g) Błonnik pokarmowy: 3,1 g  Sól: 0,4 g | | | | | | | | | | |
|  | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | |