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

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 08.05.2024 - ŚRODA | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Dieta podstawowa** | | | | | | **Dieta lekkostrawna** | | | |  | | | | **Dieta cukrzycowa** | | |
| ŚNIADANIE godz. 8.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Pierniki owocowe – 66g- 233 kcal | | | | | | Pierniki owocowe – 66g- 233 kcal | | | | Biszkopty bez dodatku cukru -25 g *[94 kcal]* | | | | | | |
|  | | | | | |  | | | |  | | | |  | | |
|  | | | | | | | | | | |  | | | | | |
| POSIŁEK NOCNY godz. 20.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | |  | | | |  | | | | | | |
| Jogurt owocowy – 125g [124 kcal] | | | | | | Jogurt owocowy – 125g [124 kcal] | | | |  | | | | Jogurt naturalny– 160g [87 kcal] | | |
| **wartość odżywcza dodatków** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Wartość energetyczna: 357 kcal Białko: 7,2 g Tłuszcze: 7,8 g (tł. nasycone: 1,3 g)  Węglowodany: 64,3 g (w tym cukry: 64,3 g) Błonnik pokarmowy: 0 g  Sól: 0 g | | | | | | Wartość energetyczna: 357 kcal Białko: 7,2 g Tłuszcze: 7,8 g (tł. nasycone: 1,3 g)  Węglowodany: 64,3 g (w tym cukry: 64,3 g) Błonnik pokarmowy: 0 g  Sól: 0 g | | | | | Wartość energetyczna: 181 kcal Białko: 11,4 g Tłuszcze: 7,9 g (tł. nasycone: 0,2 g)  Węglowodany: 23,1 g (w tym cukry: 6,3 g) Błonnik pokarmowy: 0,2 g  Sól: 0,3 g | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 09.05.2024 - CZWARTEK | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ŚNIADANIE godz. 8.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Jogurt owocowy – 125g [124 kcal] | | | | | | Jogurt owocowy – 125g [124 kcal] | | | | | Jogurt naturalny– 160g [87 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: 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: 216 kcal Białko: 10,8g Tłuszcze: 10,3 g (tł. nasycone: 0,1 g)  Węglowodany: 20 g (w tym cukry: 19,7 g) Błonnik pokarmowy: 0,3 g  Sól: 0,7 g | | | |
| 10-05-2024 - PIĄTEK | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ŚNIADANIE godz. 8.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Podpłomyki – 27g – [106 kcal] |  | | | | | Podpłomyki – 27g – [106 kcal] | | |  | | | | Podpłomyki – 27g – [106 kcal] | | | |
|  |  | | | | |  | | |  | | | |  | | | |
| POSIŁEK NOCNY godz. 20.00 |  | | | | | | | |  | | | | | | | |
| Serek wiejski – 200g – [194 kcal] | Serek wiejski – 200g – [194 kcal] | | | | | | | | Serek wiejski – 200g – [194 kcal] | | | | | | | |
|  |  | | | | |  | | |  | | | |  | | | |
| **wartość odżywcza dodatków** | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| Wartość energetyczna: 300 kcal Białko: 22,2 g Tłuszcze: 10,9 g (tł. nasycone: 7 g)  Węglowodany: 17,5 g (w tym cukry: 3 g) Błonnik pokarmowy: 0 g  Sól: 1,4 g | | | | |  | | | Wartość energetyczna: 300 kcal Białko: 22,2 g Tłuszcze: 10,9 g (tł. nasycone: 7 g)  Węglowodany: 17,5 g (w tym cukry: 3 g) Błonnik pokarmowy: 0 g  Sól: 1,4 g | | |  | | | | | Wartość energetyczna: 300 kcal Białko: 22,2 g Tłuszcze: 10,9 g (tł. nasycone: 7 g)  Węglowodany: 17,5 g (w tym cukry: 3 g) Błonnik pokarmowy: 0 g  Sól: 1,4 g |
| 11 -05 – 2024 - SOBOTA | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ŚNIADANIE godz. 8.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| Podpłomyki – 27g – [106 kcal] | | | | |  | | | Podpłomyki – 27g – [106 kcal] | | | Podpłomyki – 27g – [106 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: 230 kcal Białko: 7,3 g Tłuszcze: 4,6 g (tł. nasycone: 0,4 g)  Węglowodany: 38,3 g (w tym cukry: 37,5 g) Błonnik pokarmowy: 0,8 g  Sól: 0,6 g | | | Wartość energetyczna: 230 kcal Białko: 7,3 g Tłuszcze: 4,6 g (tł. nasycone: 0,4 g)  Węglowodany: 38,3 g (w tym cukry: 37,5 g) Błonnik pokarmowy: 0,8 g  Sól: 0,6 g | | | | | | | | | Wartość energetyczna: 230 kcal Białko: 7,3 g Tłuszcze: 4,6 g (tł. nasycone: 0,4 g)  Węglowodany: 38,3 g (w tym cukry: 37,5 g) Błonnik pokarmowy: 0,8 g  Sól: 0,6 g | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12 -05 – 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. 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 | | | | | |
| 13 -05 – 2024 - PONIEDZIAŁEK | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ŚNIADANIE godz. 8.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Krakersy *– 15 g – [71 kcal]* | | | |  | | | Krakersy *– 15 g – [71 kcal]* | | | |  | | | | | Krakersy *– 15 g – [71 kcal]* |
|  | | | | | | |  | | | | | | | |  | |
| POSIŁEK NOCNY godz. 20.00 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Herbatniki – 14 g [61 kcal]  Mus owocowy – 100 g [60  kcal] | | | | Herbatniki – 14 g [61 kcal]  Mus owocowy – 100 g [60  kcal] | | | | | | | Herbatniki – 14 g [61 kcal]  Mus owocowy – 100 g [60  kcal] | | | | | |
|  | | | |  | | |  | | | |  | | | | |  |
|  | | | | | | |  | | | | | | | |  | |
| **wartość odżywcza dodatków** | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
| Wartość energetyczna: 192 kcal, Białko: 3,3 g, Tłuszcze: 5,7 g (tł. nasycone: 0,2 g)  Węglowodany: 34,9 g (w tym cukry: 10,6 g), Błonnik pokarmowy: 2,9 g, Sól: 0,3 g | | Wartość energetyczna: 192 kcal, Białko: 3,3 g, Tłuszcze: 5,7 g (tł. nasycone: 0,2 g)  Węglowodany: 34,9 g (w tym cukry: 10,6 g), Błonnik pokarmowy: 2,9 g, Sól: 0,3 g | | | | | | | | | Wartość energetyczna: 192 kcal, Białko: 3,3 g, Tłuszcze: 5,7 g (tł. nasycone: 0,2 g)  Węglowodany: 34,9 g (w tym cukry: 10,6 g), Błonnik pokarmowy: 2,9 g, Sól: 0,3 g | | | | | |
|  | |  | | | | | | | | |  | | | | | |
|  | |  | | | | | | | | |  | | | | | |