

Jadłospis dla: Dieta: **KRK- SKAW- Niskotłuszczowa**, Data: **2023-10-21**

WYDRUK: [DZIENNIK](#) | [DZIENNIK](#) | [DZIENNIK](#)

LP	Posilek	Danie / Asortyment	Gramatura dania		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]	Składniki odżywcze		
			Gramatura	Jm		Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]	Tłuszcz [g]	Węglowodany ogółem [g]
1	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa 2g koperta	1	szt	0.0	0.1	0.0	0.0
2	Śniadanie	Cukier 4g (saszetka)	1	szt	31.9	0.0	0.0	8.0
3	Śniadanie	Bułka pszenno- żytnia 50g	1	szt	150.0	4.6	1.8	29.3
4	Śniadanie	Masło porcjowane 10g (82% tł.)	1	szt	74.8	0.1	8.3	0.1
5	Śniadanie	Serek homo. naturalny	50	g	45.5	7.0	1.3	1.5
6	Śniadanie	Rogal drożdżowy 80g	1	szt	253.6	6.8	4.2	48.2

LP	Posilek	Danie / Asortyment	Gramatura dania		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]	Składniki odżywcze		
			Gramatura	Jm		Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]	Tłuszcz [g]	Węglowodany ogółem [g]
7	Śniadanie	Dżem 25 g	1	szt	41.5	0.1	0.1	10.5
8	Śniadanie	Jabłko pieczone	150	g	75.0	0.6	0.6	18.1
9	Obiad	Selerowa z ziemniakami ()	400	ml	202.3	5.7	1.7	45.2
10	Obiad	Kasza jęczmienna/sypko	200	g	261.8	5.5	2.6	56.3
11	Obiad	Gulasz wołowy	150	g	222.2	26.3	9.5	8.1
12	Obiad	Marchew gotowana z olejem ()	200	g	132.9	2.8	5.2	24.1
13	Obiad	Kompot owocowy z jabłkami* z/c	250	ml	48.3	0.2	0.1	12.1
14	Podwieczorek	Podpłomyki b/c	20	g	76.8	2.4	0.9	14.4

LP	Posilek	Danie / Asortyment	Gramatura dania		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]	Składniki odżywcze		
			Gramatura	Jm		Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]	Tłuszcz [g]	Węglowodany ogółem [g]
15	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa 2g koperta	1	szt	0.0	0.1	0.0	0.0
16	Kolacja	Cukier 4g (saszetka)	1	szt	31.9	0.0	0.0	8.0
17	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona	60	g	165.6	5.3	0.9	34.6
18	Kolacja	Bułka pszenno- żytnia 50g	1	szt	150.0	4.6	1.8	29.3
19	Kolacja	Masło porcjowane 10g (82% tł.)	1	szt	74.8	0.1	8.3	0.1

LP	Posilek	Danie / Asortyment	Gramatura dania		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]	Składniki odżywcze		
			Gramatura	Jm		Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]	Tłuszcz [g]	Węglowodany ogółem [g]
20	Kolacja	Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej	50	g	42.5	5.4	1.0	3.0
21	Kolacja	Twarożek z ziołami	50	g	58.4	7.9	2.0	1.9
22	Kolacja	Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem ()	80	g	88.9	2.1	5.3	10.4
23	Kolacja	Salata zielona	20	g	4.3	0.4	0.1	0.8
24	Posiłek nocny	Serek homo naturalny 150g	1	szt	124.5	15.0	5.3	4.5

LP	Posilek	Danie / Asortyment	Gramatura dania		Składniki odżywcze			
			Gramatura	Jm	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]	Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]	Tłuszcz [g]	Węglowodany ogółem [g]
Razem:			1691		2357.4	103.2	60.9	368.5

Wartość odżywcza:

Dieta Kod	Dieta Nazwa	Data	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]	Białko ogółemwg rozp. 1169/2011[g]	Tłuszcz[g]	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem[g]	Węglowodany ogółem[g]	w tym cukry[g]	Błonnik pokarmowy[g]	Sól[g]	WW[Por]	% energii z białka[%]	% energii z węglowodanó
KRK- SKAW-Niskotłuszczowa	KRK- SKAW-Niskotłuszczowa	paź 21, 2023	2357.4	103.2	60.9	18.4	368.5	79.3	34.6	6.3	33.4	17.5	56.6