

Jadłospis dla: Dieta: **KRK- SKAW- Niskotłuszczowa**, Data: **2023-10-27**

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	Ciasto drożdżowe	50	g	219.5	5.5	7.0	33.0
6	Śniadanie	Serek homo. naturalny	50	g	45.5	7.0	1.3	1.5
7	Śniadanie	Dżem 25 g	1	szt	41.5	0.1	0.1	10.5

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]
8	Śniadanie	Jabłko pieczone 1szt.	1	szt	75.0	0.6	0.6	18.1
9	Obiad	Krupnik jęczmienny ()	400	ml	132.9	3.5	2.0	27.1
10	Obiad	Ziemniaki ()	200	g	252.3	5.5	0.3	59.5
11	Obiad	Ryba pieczona (Morszczuk)	120	g	208.9	29.9	9.8	0.0
12	Obiad	Warzywa po grecku ()	200	g	160.3	4.4	4.8	29.1
13	Obiad	Kompot owocowy z jabłkami* z/c	250	ml	48.3	0.2	0.1	12.1
14	Podwieczorek	Kisiel o smaku cytrynowym z/c	150	ml	114.1	0.0	0.0	28.5

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
20	Kolacja	Polędwica Sopocka drobiowo- wieprzowa wędzona parzona	50	g	45.9	6.3	1.1	2.6

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]
21	Kolacja	Serek śniadaniowy naturalny 80g	1	szt	155.2	8.8	12.0	2.6
22	Kolacja	Pomidor	80	g	16.5	0.8	0.2	3.6
23	Kolacja	Salata zielona	20	g	4.3	0.4	0.1	0.8
24	Posiłek nocny	Serek wiejski ziarnisty 200g	1	szt	230.0	24.0	14.0	4.0
Razem:			1642		2429.3	112.0	74.3	342.3

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 węglowodanów[%]	% energii z tłuszczu[%]	% energii z błonnika[%]	Potas[mg]
KRK- SKAW- Niskotłuszczowa	KRK- SKAW- Niskotłuszczowa	paź 27, 2023	2429.3	112.0	74.3	32.3	342.3	101.0	26.2	8.0	31.7	18.4	52.0	27.5	2.2	3803.4