

Jadłospis dla: Dieta: **KRK- SKAW- Niskotłuszczowa**, Data: **2023-10-28**

[Eneki, pramy przewlek choroby - Eneki, lub (Cm-F)]

| 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 pszenna długa krojona | 60 | g | 165.6 | 5.3 | 0.9 | 34.6 |
| 4 | Śniadanie | Bułka pszenno- żytnia 50g | 1 | szt | 150.0 | 4.6 | 1.8 | 29.3 |
| 5 | Śniadanie | 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] |
| 6 | Śniadanie | Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona | 50 | g | 60.1 | 8.4 | 2.5 | 0.9 |
| 7 | Śniadanie | Serek homo. naturalny | 50 | g | 45.5 | 7.0 | 1.3 | 1.5 |
| 8 | Śniadanie | Pomidor | 80 | g | 16.5 | 0.8 | 0.2 | 3.6 |
| 9 | Śniadanie | Sałata zielona | 20 | g | 4.3 | 0.4 | 0.1 | 0.8 |
| 10 | Obiad | Koperkowa z ziemniakami () | 400 | ml | 208.1 | 5.4 | 1.6 | 45.7 |
| 11 | Obiad | Ryż na sypko | 200 | g | 303.0 | 5.6 | 3.6 | 63.1 |
| 12 | Obiad | Pulpet drobiowy | 100 | g | 216.1 | 20.4 | 10.9 | 9.2 |
| 13 | Obiad | Sos pietruszkowy () | 100 | ml | 32.9 | 1.0 | 1.1 | 5.0 |

| 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] |
| 14 | Obiad | Buraczki podprawiane - drobno tarte () | 200 | g | 139.3 | 5.3 | 0.4 | 31.3 |
| 15 | Obiad | Kompot owocowy z jabłkami* z/c | 250 | ml | 48.3 | 0.2 | 0.1 | 12.1 |
| 16 | Podwieczorek | jogurt naturalny 100g | 1 | szt | 64.0 | 3.9 | 3.0 | 5.3 |
| 17 | Kolacja | Herbata czarna ekspresowa 2g koperta | 1 | szt | 0.0 | 0.1 | 0.0 | 0.0 |
| 18 | Kolacja | Cukier 4g (saszetka) | 1 | szt | 31.9 | 0.0 | 0.0 | 8.0 |
| 19 | Kolacja | Bułka pszenna długa krojona | 60 | g | 165.6 | 5.3 | 0.9 | 34.6 |
| 20 | Kolacja | Bułka pszenno- żytnia 50g | 1 | szt | 150.0 | 4.6 | 1.8 | 29.3 |

| 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 | Masło porcjowane 10g (82% tł.) | 1 | szt | 74.8 | 0.1 | 8.3 | 0.1 |
| 22 | Kolacja | Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona | 50 | g | 45.9 | 5.3 | 1.6 | 3.0 |
| 23 | Kolacja | Pasta z twarogu z koperkiem i słodką papryką | 60 | g | 74.2 | 10.3 | 2.6 | 2.3 |
| 24 | Kolacja | Pomidor | 80 | g | 16.5 | 0.8 | 0.2 | 3.6 |
| 25 | Kolacja | Sałata zielona | 20 | g | 4.3 | 0.4 | 0.1 | 0.8 |

| 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] |
| 26 | Kolacja | Jabłko pieczone 1szt. | 1 | szt | 75.0 | 0.6 | 0.6 | 18.1 |
| 27 | Posiłek nocny | Serek homogenizowany waniliowy 150g | 1 | szt | 205.5 | 18.0 | 4.5 | 19.9 |
| Razem: | | | 1791 | | 2404.1 | 113.8 | 56.0 | 370.1 |

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 28, 2023 | 2404.1 | 113.8 | 56.0 | 22.1 | 370.1 | 95.3 | 23.6 | 7.0 | 34.7 | 18.9 | 57.6 | 21.0 | 2.0 | 3890.9 |