

Jadłospis dla: Dieta: **KRK- SKAW 3 Łatwo strawna z ogr.tłuszczów**, Data: **2024-01-30**

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	Polędwica Sopocka drobiowo- wieprzowa wędzona parzona	50	g	45.9	6.3	1.1	2.6
7	Śniadanie	Serek śniadaniowy ziołowy 80g	1	szt	155.2	8.8	12.0	2.6
8	Śniadanie	Jabłko pieczone	150	g	75.0	0.6	0.6	18.1
9	Śniadanie	Pomidor	40	g	8.3	0.4	0.1	1.8
10	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami ()	400	ml	192.9	5.5	1.6	41.7
11	Obiad	Kasza jęczmienna/sypko	200	g	261.8	5.5	2.6	56.3
12	Obiad	Pieczeń rzymska wieprzowa	100	g	277.8	25.5	10.2	20.9

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]
13	Obiad	Sos ziołowy ()	100	ml	27.0	0.9	0.1	6.0
14	Obiad	Marchew gotowana z olejem ()	150	g	99.7	2.1	3.9	18.1
15	Obiad	Kompot owocowy z jabłkami* z/c	250	ml	48.3	0.2	0.1	12.1
16	Podwieczorek	Ciasto marchewkowe- wyrób z ciasta biskoptowo tłuszczowego	50	g	124.5	2.9	4.0	19.8
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

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]
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
21	Kolacja	Masło porcjowane 10g (82% tł.)	1	szt	74.8	0.1	8.3	0.1
22	Kolacja	Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody	50	g	42.7	7.9	0.9	0.7
23	Kolacja	Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami. ()	100	g	143.9	15.5	7.0	6.0
24	Kolacja	Pomidor	40	g	8.3	0.4	0.1	1.8
25	Kolacja	Salata zielona	10	g	2.2	0.2	0.0	0.4

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]
26	Posiłek nocny	Rogal maślany 50g	1	szt	161.0	4.3	2.9	29.1
<b>Razem:</b>			<b>1820</b>		<b>2518.9</b>	<b>107.2</b>	<b>69.2</b>	<b>381.9</b>

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 3 Łatwo strawna z ogr.tłuszczów	KRK- SKAW 3 Łatwo strawna z ogr.tłuszczów	sty 30, 2024	2518.9	107.2	69.2	30.4	381.9	63.7	31.0	7.9	35.1	17.0	55.7	24.7	2.5	3519.2