

Jadłospis dla: Dieta: **KRK- SKAW 3 Łatwo strawna z ogr.tłuszczów**, Data: **2024-02-12**

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
6	Śniadanie	Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody	50	g	42.7	7.9	0.9	0.7

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	Pasta z twarogu z natką pietruszki	50	g	58.8	7.9	2.0	2.0
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	Ziemniaczana ()	400	ml	232.8	5.8	1.6	51.6
11	Obiad	Kasza jęczmienna/sypko	200	g	261.8	5.5	2.6	56.3
12	Obiad	Pulpet wieprzowy	100	g	261.1	24.5	14.1	9.2
13	Obiad	Cukinia pieczona z olejem *	200	g	134.2	3.1	10.3	8.3
14	Obiad	Sos jarzynowy ()	100	ml	26.1	0.8	0.1	5.9
15	Obiad	Kompot owocowy z jabłkami* z/c	250	ml	48.3	0.2	0.1	12.1

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]
16	Podwieczorek	Kisiel o smaku cytrynowym z/c	150	ml	114.1	0.0	0.0	28.5
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
21	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]
22	Kolacja	Polędwica Sopocka drobiowo- wieprzowa wędzona parzona	50	g	45.9	6.3	1.1	2.6
23	Kolacja	Serek wiejski ziarnisty 200g	1	szt	230.0	24.0	14.0	4.0
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
26	Posiłek nocny	Serek homo naturalny 150g	1	szt	124.5	15.0	5.3	4.5
Razem:			1880		2466.5	123.7	74.5	338.3

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 3 Łatwo strawna z ogr.tłuszczów	KRK- SKAW 3 Łatwo strawna z ogr.tłuszczów	lut 12, 2024	2466.5	123.7	74.5	25.4	338.3	75.4	21.6	9.0	31.7	20.1	51.4	27.2	1.8	3653.7