



**SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ
MINISTERSTWA SPRAW WEWNĘTRZNYCH I ADMINISTRACJI W OPOLU**

Program pilotażowy „Dobry posiłek w szpitalu” dodatkowy posiłek: podwieczorek

Dotyczy diety:

- dieta podstawowa
- dieta łatwostrawna

Data: 09.10.2023 (poniedziałek)

- Jogurt naturalny z bananem

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150 ml (E: 120kcal, B o.: 8.6g, T: 4g, W o.: 12.4g) 10 łyżek (200g)
Banan 120 g 1 szt.(E: 116kcal, B o.: 1.2g, T: 0.36g, W o.: 28.2g)

Data: 10.10.2023 (wtorek)

- Jogurt owocowy

Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu (E: 92kcal, B o.: 5.55g, T: 2.25g, W o.: 12.3g)

Data: 11.10.2023 (środa)

- owoc

dieta podstawowa: jabłko surowe 180 g (E: 50 kcal, B o: 0,4 g, T:0,4 g, W o.: 12.1 g, błonnik pokarmowy: 2 g
dieta łatwostrawna: jabłko gotowane 180 g (111 kcal, B o.:0,4 g, T: 1,9 g, W o.:23,8 g, Błonnik 1,9 g

Data: 12.10.2023 r. (czwartek)

- owoc

dieta podstawowa: jabłko surowe 180 g (E: 50 kcal, B o: 0,4 g, T:0,4 g, W o.: 12.1 g, błonnik pokarmowy: 2 g
dieta łatwostrawna: jabłko gotowane 180 g (111 kcal, B o.:0,4 g, T: 1,9 g, W o.:23,8 g, Błonnik 1,9 g

Data: 13.10.2023 r. (piątek)

- jogurt owocowy

Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu (E: 92kcal, B o.: 5.55g, T: 2.25g, W o.: 12.3g)

Data: 14.10.2023 r. (sobota)

- owoc

dieta podstawowa: jabłko surowe 180 g (E: 50 kcal, B o: 0,4 g, T:0,4 g, W o.: 12.1 g, błonnik pokarmowy: 2 g
dieta łatwostrawna: banan 120 g 1 szt.(E: 116kcal, B o.: 1.2g, T: 0.36g, W o.: 28.2g

Data: 15.10.2023 r. (niedziela)

- jogurt owocowy

Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu (E: 92kcal, B o.: 5.55g, T: 2.25g, W o.: 12.3g)

Data: 16.10.2023 r. (poniedziałek)

- jogurt owocowy

Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu (E: 92kcal, B o.: 5.55g, T: 2.25g, W o.: 12.3g)



45-075 Opole, ul. Krakowska 44

tel. 77-401-11-00, fax 77-401-11-21

Nr rej. KRS 0000039436, NIP: 754-10-91-489, REGON: 531163515

www: www.spozmswia.opole.pl

e-mail: sekretariat@spozmswia.opole.pl