

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-01-10		
Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), Pomidor 100g , pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (JAJ, RYB, SEL, DWU), sałata 25g ,	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL), Kotlet z jaj 100g (GLU, JAJ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , groszek z marchewką 150g (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), ser topiony 50g (BIA), masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , Posiłek nocny: baton mussli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2476.72 kcal; Białko ogółem: 106.66 g; Tłuszcz: 93.10 g; Węglowodany ogółem: 331.81 g; Witamina C: 206.81 mg; Wapń: 1085.67 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3821.45 ug; Błonnik pokarmowy: 32.39 g; suma cukrów prostych: 60.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.60 g; sól: 2226.24 mg;		
piątek 2025-01-10		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
pomidor bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (JAJ, RYB, SEL, DWU), sałata 25g ,	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL), Kotlet z jaj 100g (GLU, JAJ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), Twaróg kostka 50g (BIA), masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , Posiłek nocny: baton mussli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2438.06 kcal; Białko ogółem: 111.32 g; Tłuszcz: 85.11 g; Węglowodany ogółem: 334.26 g; Witamina C: 240.39 mg; Wapń: 1072.24 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2760.67 ug; Błonnik pokarmowy: 31.50 g; suma cukrów prostych: 64.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.63 g; sól: 1823.86 mg;		
piątek 2025-01-10		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), Pomidor 100g , pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (JAJ, RYB, SEL, DWU), sałata 25g , II Śniadanie: ciasto bez cukru 80g (GLU, JAJ),	Zupa jarzynowa 250ml (GLU, SEL), Kotlet z jaj 100g (GLU, JAJ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , Podwieczorek: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), Twaróg kostka 50g (BIA), masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , Posiłek nocny: kanapka z białym serem i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2551.83 kcal; Białko ogółem: 115.43 g; Tłuszcz: 89.54 g; Węglowodany ogółem: 355.05 g; Witamina C: 230.88 mg; Wapń: 973.38 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2789.05 ug; Błonnik pokarmowy: 38.42 g; suma cukrów prostych: 86.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.32 g; sól: 1842.72 mg;		

Dietetyk

Lidia Basińska....