

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-01-02 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z ryżem 350ml (BIA), ogórek zielony 100g , połówka droiowa z warzywami 50g (MIE, DWU), sałata 25g	Kapuśniak z białej kapusty 350ml (GLU, SEL), Gulasz segetyński z warzywami 150g (GLU, SEL), kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU), kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), ogórek kiszony 125g , zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2244.55 kcal; Białko ogółem: 97.57 g; Tłuszcz: 58.54 g; Węglowodany ogółem: 351.52 g; Witamina C: 101.38 mg; Wapń: 1153.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1696.89 ug; Błonnik pokarmowy: 26.88 g; suma cukrów prostych: 62.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.04 g; sól: 2606.83 mg;		
czwartek 2025-01-02 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 ryżem 350ml (BIA), połówka droiowa z warzywami 50g (MIE, DWU), sałata 25g ,	Rosół z kaszką manną 350ml (GLU, SEL), Gulasz segetyński z warzywami 150g (GLU, SEL), kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU), kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), połówka drobiowa 50g (MIE, DWU), masło 15g (BIA), ogórek kiszony bez skóry 125g , zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2229.41 kcal; Białko ogółem: 100.28 g; Tłuszcz: 58.23 g; Węglowodany ogółem: 341.92 g; Witamina C: 88.63 mg; Wapń: 1116.73 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1851.63 ug; Błonnik pokarmowy: 25.26 g; suma cukrów prostych: 61.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.23 g; sól: 2565.65 mg;		
czwartek 2025-01-02 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z ryżem 350ml (BIA), ogórek zielony 100g , połówka droiowa z warzywami 50g (MIE, DWU), sałata 25g , II Śniadanie: manna bez soku 200g (BIA, GLU),	Kapuśniak z białej kapusty 350ml (GLU, SEL), Gulasz segetyński z warzywami 150g (GLU, SEL), kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU), kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: mandarynka 1szt ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), ogórek kiszony 125g , zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałata 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2326.27 kcal; Białko ogółem: 106.52 g; Tłuszcz: 65.55 g; Węglowodany ogółem: 357.72 g; Witamina C: 123.16 mg; Wapń: 1298.77 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1793.10 ug; Błonnik pokarmowy: 37.01 g; suma cukrów prostych: 60.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.98 g; sól: 2684.50 mg;		

Dietetyk
Dietetyk

Lidia Basinińska.....