

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-11-22		
Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z ryżem 350ml (BIA), Pomidor 100g , jajko gotowane 1szt (JAJ), sałata 25g , dżem 30g ,	Krupnik 350ml (GLU, SEL), Ryba panierowana 100g (GLU, JAJ, RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , fasolka szparagowa z wody 150g , kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna kukurydzianka 250ml (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), twaróg 70g (BIA), masło 15g (BIA), Pomidor 60g , papryka świeża 60g , Posiłek nocny: Sok owocowo warzywny 330ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2506.24 kcal; Białko ogółem: 110.00 g; Tłuszcz: 71.78 g; Węglowodany ogółem: 384.10 g; Witamina C: 267.49 mg; Wapń: 1083.36 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3017.83 ug; Błonnik pokarmowy: 33.27 g; suma cukrów prostych: 79.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.75 g; sól: 1794.15 mg;		
piątek 2024-11-22		
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), jajko gotowane 1szt (JAJ), sałata 25g , dżem 30g ,	Krupnik 350ml (GLU, SEL), Ryba gotowana 100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , sos pietruszkowy 60ml (GLU), kompot owocowy 250ml , fasolka szparagowa z wody 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna kukurydzianka 250ml (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), twaróg 70g (BIA), masło 15g (BIA), pomidor bez skóry 125g , Posiłek nocny: Sok owocowo warzywny 330ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2354.97 kcal; Białko ogółem: 108.96 g; Tłuszcz: 59.11 g; Węglowodany ogółem: 374.40 g; Witamina C: 203.83 mg; Wapń: 1072.64 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2754.73 ug; Błonnik pokarmowy: 32.19 g; suma cukrów prostych: 79.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.75 g; sól: 1994.92 mg;		
piątek 2024-11-22		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z ryżem 350ml (BIA), Pomidor 100g , jajko gotowane 1szt (JAJ), sałata 25g , II Śniadanie: budyń bez soku 200ml (BIA),	Krupnik 350ml (GLU, SEL), Ryba gotowana 100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , sos pietruszkowy 60ml (GLU), kompot owocowy bez cukru 250ml , fasolka szparagowa z wody 150g , Podwieczorek: ciasto bez cukru 80g (GLU, JAJ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna kukurydzianka 250ml (BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), twaróg 70g (BIA), masło 15g (BIA), Pomidor 60g , papryka świeża 60g , Posiłek nocny: kanapka z białym serem i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2521.01 kcal; Białko ogółem: 123.29 g; Tłuszcz: 69.17 g; Węglowodany ogółem: 384.63 g; Witamina C: 223.33 mg; Wapń: 1258.87 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1859.72 ug; Błonnik pokarmowy: 38.43 g; suma cukrów prostych: 86.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.91 g; sól: 2072.94 mg;		

Dietetyk



Anna Basińska