

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-12-26 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z ryżem 350ml (BIA), papryka świeża 100g , szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), sałata 25g ,	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), Udko pieczone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , groszek z marchewką 150g (GLU), kompot owocowy 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), banan 40g 1szt , sałatka ryżowa z tuńczykiem 120g (JAJ, GOR), Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2635.00 kcal; Białko ogółem: 126.37 g; Tłuszcz: 78.92 g; Węglowodany ogółem: 376.05 g; Witamina C: 220.07 mg; Wapń: 1155.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3492.57 ug; Błonnik pokarmowy: 28.97 g; suma cukrów prostych: 69.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.29 g; sól: 2071.13 mg;		
czwartek 2024-12-26 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), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), sałata 25g ,	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), Udko pieczone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , marchew gotowana 150g (DWU), kompot owocowy 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), banan 40g 1szt , sałatka ryżowa z tuńczykiem 120g (JAJ, GOR), Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2610.30 kcal; Białko ogółem: 124.95 g; Tłuszcz: 78.69 g; Węglowodany ogółem: 372.01 g; Witamina C: 112.54 mg; Wapń: 1165.73 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4294.65 ug; Błonnik pokarmowy: 29.20 g; suma cukrów prostych: 70.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.25 g; sól: 2077.37 mg;		
czwartek 2024-12-26 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z ryżem 350ml (BIA), papryka świeża 100g , szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), sałata 25g , II Śniadanie: mus wielowarzywny 100g ,	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), Udko pieczone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , groszek z marchewką 150g (GLU), kompot owocowy bez cukru 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU), Podwieczorek: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), pomarańcza 40g 0.5szt , sałatka ryżowa z tuńczykiem 120g (JAJ, GOR), Posiłek nocny: kanapka z białym serem i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2701.80 kcal; Białko ogółem: 134.81 g; Tłuszcz: 90.26 g; Węglowodany ogółem: 376.18 g; Witamina C: 312.54 mg; Wapń: 1198.79 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4928.26 ug; Błonnik pokarmowy: 45.86 g; suma cukrów prostych: 59.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.25 g; sól: 2165.10 mg;		

Dietetyk

