

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Radziejów | | |
|--|--|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| piątek 2024-12-27 | | |
| Dieta: PODSTAWOWA (1) | | |
| herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (BIA), Pomidor 100g , jajko gotowane 1szt (JAJ), sałata 25g , dżem 30g , | Zupa kalafiorowa z zacierką 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), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), twarożek 70g (BIA), masło 15g (BIA), Pomidor 60g , zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA), papryka świeża 60g , Posiłek nocny: Sok owocowo warzywny 330ml , |
| Wartości odżywcze: Energia : 2368.03 kcal; Białko ogółem: 103.26 g; Tłuszcz: 69.23 g; Węglowodany ogółem: 360.80 g; Witamina C: 252.06 mg; Wapń: 1146.55 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2906.59 ug; Błonnik pokarmowy: 31.66 g; suma cukrów prostych: 82.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.40 g; sól: 1772.80 mg; | | |
| piątek 2024-12-27 | | |
| 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 kaszą jaglaną 350ml (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), sałata 25g , dżem 50g , | Zupa kalafiorowa z zacierką 350ml (GLU, SEL), Ryba gotowana 120g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , fasolka szparagowa z wody 150g , kompot owocowy 250ml , sos pietruszkowy 60ml (GLU), | kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), twarożek 70g (BIA), masło 15g (BIA), pomidor bez skóry 125g , zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA), Posiłek nocny: Sok owocowo warzywny 330ml , |
| Wartości odżywcze: Energia : 2242.75 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Tłuszcz: 57.09 g; Węglowodany ogółem: 352.94 g; Witamina C: 193.00 mg; Wapń: 1139.76 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2639.85 ug; Błonnik pokarmowy: 30.87 g; suma cukrów prostych: 82.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.52 g; sól: 2054.56 mg; | | |
| piątek 2024-12-27 | | |
| Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6) | | |
| herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (BIA), Pomidor 100g , jajko gotowane 1szt (JAJ), sałata 25g , II Śniadanie: budyń bez soku 200ml (BIA), | Zupa kalafiorowa z zacierką 350ml (GLU, SEL), Ryba gotowana 120g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , fasolka szparagowa z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , sos pietruszkowy 60ml (GLU), Podwieczorek: biszkopty bez cukru 30g (GLU, JAJ), | kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), twarożek 70g (BIA), masło 15g (BIA), Pomidor 60g , zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA), papryka świeża 60g , Posiłek nocny: kanapka z pastą jajeczną i sałata 1szt (BIA, GLU, JAJ), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2288.82 kcal; Białko ogółem: 117.95 g; Tłuszcz: 65.99 g; Węglowodany ogółem: 338.25 g; Witamina C: 212.50 mg; Wapń: 1318.97 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1716.50 ug; Błonnik pokarmowy: 36.90 g; suma cukrów prostych: 78.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.34 g; sól: 2117.46 mg; | | |

Dietetyk

