

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-11-28		
Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), ogórek kiszony 100g , szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), sałata 25g ,	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL), kopytka z mięsem i warzywami w sosie pomidorywm 510g (JAJ, MIĘ, SEL, DWU), kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka wieprz. 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), papryka świeża 125g , Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2437.61 kcal; Białko ogółem: 112.15 g; Tłuszcz: 91.98 g; Węglowodany ogółem: 316.25 g; Witamina C: 317.24 mg; Wapń: 1048.76 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3486.29 ug; Błonnik pokarmowy: 31.70 g; suma cukrów prostych: 56.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.43 g; sól: 2992.91 mg;		
czwartek 2024-11-28		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
ogórek kiszony bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), sałata 25g ,	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL), kopytka z mięsem i warzywami w sosie pomidorywm 510g (JAJ, MIĘ, SEL, DWU), kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), kiełbasa szynkowa 50g , masło 15g (BIA), pomidor bez skóry 125g , Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2526.93 kcal; Białko ogółem: 115.21 g; Tłuszcz: 102.76 g; Węglowodany ogółem: 312.88 g; Witamina C: 181.12 mg; Wapń: 1045.16 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3015.37 ug; Błonnik pokarmowy: 30.80 g; suma cukrów prostych: 56.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.44 g; sól: 3461.40 mg;		
czwartek 2024-11-28		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), ogórek kiszony 100g , szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), sałata 25g , II Śniadanie: ciasto bez cukru 80g (GLU, JAJ),	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL), kopytka z mięsem i warzywami w sosie pomidorywm 510g (JAJ, MIĘ, SEL, DWU), kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: sok pomidorowy 200ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), kiełbasa szynkowa 50g , masło 15g (BIA), papryka świeża 125g , Posiłek nocny: kanapka z pastą jajeczną i sałata 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2701.76 kcal; Białko ogółem: 123.95 g; Tłuszcz: 109.48 g; Węglowodany ogółem: 343.99 g; Witamina C: 375.20 mg; Wapń: 981.53 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3779.60 ug; Błonnik pokarmowy: 42.23 g; suma cukrów prostych: 67.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.24 g; sól: 3840.53 mg;		

Dietetyk

Lidia Baśńska