

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-11-29		
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 , pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (JAJ, RYB, SEL, DWU), sałata 25g ,	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), Kotlet z jaj 100g (GLU, JAJ), ziemniaki z koperkiem 200g , groszek z marchewką 150g (GLU), kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), ser topiony 50g (BIA), masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , Posiłek nocny: baton musli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2657.77 kcal; Białko ogółem: 112.00 g; Tłuszcz: 94.64 g; Węglowodany ogółem: 366.36 g; Witamina C: 188.03 mg; Wapń: 1357.74 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3750.89 ug; Błonnik pokarmowy: 30.73 g; suma cukrów prostych: 74.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.64 g; sól: 2652.91 mg;		
piątek 2024-11-29		
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), pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (JAJ, RYB, SEL, DWU), sałata 25g ,	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), Pulpet z jaj 100g (JAJ), ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy 250ml , sos pietruszkowy 60ml (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), Twaróg kostka 50g (BIA), masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , Posiłek nocny: baton musli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2617.81 kcal; Białko ogółem: 113.37 g; Tłuszcz: 91.19 g; Węglowodany ogółem: 361.09 g; Witamina C: 221.29 mg; Wapń: 1241.62 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2675.08 ug; Błonnik pokarmowy: 29.10 g; suma cukrów prostych: 73.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.08 g; sól: 2168.80 mg;		
piątek 2024-11-29		
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), Pomidor 100g , pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (JAJ, RYB, SEL, DWU), sałata 25g , II Śniadanie: kefir 150ml (BIA),	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), Pulpet z jaj 100g (JAJ), ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , sos pietruszkowy 60ml (GLU), Podwieczorek: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), Twaróg kostka 50g (BIA), masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , Posiłek nocny: kanapka z białym serem i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2667.71 kcal; Białko ogółem: 121.70 g; Tłuszcz: 97.50 g; Węglowodany ogółem: 359.92 g; Witamina C: 223.20 mg; Wapń: 1394.62 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2807.51 ug; Błonnik pokarmowy: 37.54 g; suma cukrów prostych: 76.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.25 g; sól: 2238.96 mg;		

Dietetyk

Lidia Pasinowska