

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-12-29</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA (1)</b>		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), zupa mleczna z zacierką 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), jabłko 150g 1szt , filet zapiekany 50g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350g ( <b>BIA, SEL, DWU</b> ), kotlet mielony 100g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , buraczki 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), pasta z jaj 50g ( <b>BIA, JAJ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 125g , <b>Posiłek nocny:</b> ciastka zbożowe 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2540.72 kcal; Białko ogółem: 102.19 g; Tłuszcz: 102.87 g; Węglowodany ogółem: 324.85 g; Witamina C: 120.77 mg; Wapń: 968.15 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1767.65 ug; Błonnik pokarmowy: 25.87 g; suma cukrów prostych: 80.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.03 g; sól: 1769.67 mg;		
<b>niedziela 2024-12-29</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
jabłko gotowane 150g 1szt , herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), zupa mleczna z zacierką 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), filet zapiekany 50g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350g ( <b>BIA, SEL, DWU</b> ), kotlet mielony 100g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , buraczki 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), pasta z jaj 50g ( <b>BIA, JAJ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomidor bez skóry 125g , <b>Posiłek nocny:</b> ciastka zbożowe 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2540.72 kcal; Białko ogółem: 102.19 g; Tłuszcz: 102.87 g; Węglowodany ogółem: 324.85 g; Witamina C: 120.77 mg; Wapń: 968.15 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1767.65 ug; Błonnik pokarmowy: 25.87 g; suma cukrów prostych: 80.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.03 g; sól: 1769.67 mg;		
<b>niedziela 2024-12-29</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)</b>		
herbata b/c 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), zupa mleczna z zacierką 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), jabłko 150g 1szt , filet zapiekany 50g , <b>II Śniadanie:</b> kisiel z jabłkiem b/c 200g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350g ( <b>BIA, SEL, DWU</b> ), kotlet mielony 100g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , buraczki 150g , <b>Podwieczorek:</b> kefir 150ml ( <b>BIA</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta z jaj 50g ( <b>BIA, JAJ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 125g , <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2441.63 kcal; Białko ogółem: 108.20 g; Tłuszcz: 101.34 g; Węglowodany ogółem: 306.37 g; Witamina C: 125.42 mg; Wapń: 1132.40 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1767.74 ug; Błonnik pokarmowy: 34.30 g; suma cukrów prostych: 69.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.96 g; sól: 1837.44 mg;		

Dietetyk

Lidia Baśńska