

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-01-09</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 kaszką manną 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ), ogórek kiszony 100g , szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), sałata 25g ,	zupa ryżowa 350ml ( <b>SEL, DWU</b> ), kopytka z mięsem i warzywami w sosie pomidorywm 510g ( <b>JAJ, MIĘ, SEL, DWU</b> ), kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), szynka wieprzowa 50g ( <b>BIA, GLU, JAJ, MIĘ, SOJ, SEL, GOR</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), papryka świeża 125g , <b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2471.34 kcal; Białko ogółem: 118.32 g; Tłuszcz: 92.97 g; Węglowodany ogółem: 330.87 g; Witamina C: 424.99 mg; Wapń: 1218.59 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5281.88 ug; Błonnik pokarmowy: 43.93 g; suma cukrów prostych: 51.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.66 g; sól: 3872.05 mg;		
<b>czwartek 2025-01-09</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
ogórek kiszony bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), zupa mleczna z kaszką manną 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), sałata 25g ,	zupa ryżowa 350ml ( <b>SEL, DWU</b> ), kopytka z mięsem i warzywami w sosie pomidorywm 510g ( <b>JAJ, MIĘ, SEL, DWU</b> ), kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), kielbasa szynkowa 50g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomidor bez skóry 125g , <b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2518.82 kcal; Białko ogółem: 118.23 g; Tłuszcz: 99.97 g; Węglowodany ogółem: 326.42 g; Witamina C: 288.86 mg; Wapń: 1210.94 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4810.96 ug; Błonnik pokarmowy: 43.03 g; suma cukrów prostych: 51.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.09 g; sól: 3641.87 mg;		
<b>czwartek 2025-01-09</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 kaszką manną 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ), ogórek kiszony 100g , szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), sałata 25g , <b>II Śniadanie:</b> biszkopty bez cukru 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	zupa ryżowa 350ml ( <b>SEL, DWU</b> ), kopytka z mięsem i warzywami w sosie pomidorywm 510g ( <b>JAJ, MIĘ, SEL, DWU</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1szt ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), kielbasa szynkowa 50g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), papryka świeża 125g , <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z pastą jajeczną i sałata 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2614.17 kcal; Białko ogółem: 123.78 g; Tłuszcz: 105.37 g; Węglowodany ogółem: 343.56 g; Witamina C: 444.97 mg; Wapń: 1152.89 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5383.04 ug; Błonnik pokarmowy: 53.96 g; suma cukrów prostych: 57.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.48 g; sól: 3659.38 mg;		

Dietetyk

Dietetyk

Lidia Baśnińska