

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-01-19</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 makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), Pomidor 125g , filet zapiekany 50g ,	Barszcz biały z makaronem 350g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), kotlet schabowy 100g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , kapusta kiszona zasmażana 150g ( <b>GLU</b> ),	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> ), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , zupa mleczna z kaszką manną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> baton mussli 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2603.28 kcal; Białko ogółem: 110.09 g; Tłuszcz: 91.90 g; Węglowodany ogółem: 357.30 g; Witamina C: 197.39 mg; Wapń: 1101.26 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1262.06 ug; Błonnik pokarmowy: 27.27 g; suma cukrów prostych: 76.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.25 g; sól: 3120.14 mg;		
<b>niedziela 2025-01-19</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
pomidor bez skóry 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), zupa mleczna z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), filet zapiekany 50g ,	Barszcz biały z makaronem 350g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), schab duszony 100g ( <b>MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ),	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> ), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , zupa mleczna z kaszką manną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> baton mussli 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2372.46 kcal; Białko ogółem: 106.88 g; Tłuszcz: 79.22 g; Węglowodany ogółem: 331.43 g; Witamina C: 217.36 mg; Wapń: 1094.18 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1742.40 ug; Błonnik pokarmowy: 27.27 g; suma cukrów prostych: 71.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.40 g; sól: 2414.73 mg;		
<b>niedziela 2025-01-19</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 makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), Pomidor 125g , filet zapiekany 50g , <b>II Śniadanie:</b> krakersy 50g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ),	Barszcz biały z makaronem 350g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), schab duszony 100g ( <b>MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> wafelek owsiany 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), kielbasa szynkowa 50g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , zupa mleczna z kaszką manną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2490.99 kcal; Białko ogółem: 115.40 g; Tłuszcz: 85.77 g; Węglowodany ogółem: 346.14 g; Witamina C: 218.53 mg; Wapń: 1124.33 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1796.31 ug; Błonnik pokarmowy: 35.96 g; suma cukrów prostych: 60.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.35 g; sól: 2945.91 mg;		

Dietetyk

