

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-01-23		
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 zielony 100g , połówka droiowa z warzywami 50g (MIĘ, DWU), sałata 25g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), stek z indyka 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , sok owocowy 250ml , Surówka z kapusty modrej 150g (JAJ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), pasta z jaj 50g (BIA, JAJ), masło 15g (BIA), ogórek kiszony 125g , zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (BIA), Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2361.40 kcal; Białko ogółem: 97.85 g; Tłuszcz: 90.46 g; Węglowodany ogółem: 308.68 g; Witamina C: 167.59 mg; Wapń: 1239.51 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1393.34 ug; Błonnik pokarmowy: 25.09 g; suma cukrów prostych: 68.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.96 g; sól: 2486.84 mg;		
czwartek 2025-01-23		
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 kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), połówka droiowa z warzywami 50g (MIĘ, DWU), sałata 25g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), ziemniaki z koperkiem 200g , sok owocowy 250ml , udko duszone 100g , sos warzywny 150ml (GLU, SEL),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), pasta z jaj 50g (BIA, JAJ), masło 15g (BIA), ogórek kiszony bez skóry 125g , zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (BIA), Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2213.68 kcal; Białko ogółem: 103.37 g; Tłuszcz: 69.47 g; Węglowodany ogółem: 318.51 g; Witamina C: 146.26 mg; Wapń: 1244.75 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2525.49 ug; Błonnik pokarmowy: 31.29 g; suma cukrów prostych: 67.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.65 g; sól: 2557.60 mg;		
czwartek 2025-01-23		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), ogórek zielony 100g , połówka droiowa z warzywami 50g (MIĘ, DWU), sałata 25g , II Śniadanie: manna bez soku 200g (BIA, GLU),	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), ziemniaki z koperkiem 200g , sok owocowy bez cukru 250ml , udko duszone 100g , sos warzywny 150ml (GLU, SEL), Podwieczorek: jabłko gotowane 150g 1szt ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), pasta z jaj 50g (BIA, JAJ), masło 15g (BIA), ogórek kiszony 125g , zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (BIA), Posiłek nocny: kanapka z wędliną i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2319.34 kcal; Białko ogółem: 112.19 g; Tłuszcz: 76.77 g; Węglowodany ogółem: 330.72 g; Witamina C: 142.21 mg; Wapń: 1372.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2543.58 ug; Błonnik pokarmowy: 41.86 g; suma cukrów prostych: 62.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.61 g; sól: 2640.85 mg;		

Dietetyk

Lidia Basińska