

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-01-28		
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 125g , kielbasa krakowska 30g (MIĘ), ser żółty 20g (BIA),	Rosół z kaszką manną 350ml (GLU, SEL), kotlet mielony 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , surówka z ogórka, marchewki i cebuli 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2318.79 kcal; Białko ogółem: 96.49 g; Tłuszcz: 90.14 g; Węglowodany ogółem: 301.28 g; Witamina C: 181.63 mg; Wapń: 1082.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2865.48 ug; Błonnik pokarmowy: 26.75 g; suma cukrów prostych: 63.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.95 g; sól: 1798.49 mg;		
wtorek 2025-01-28		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
pomidor bez skóry 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), polędwica drobiowa 30g (MIĘ, DWU), Twaróg kostka 20g (BIA),	Rosół z kaszką manną 350ml (GLU, SEL), kotlet mielony 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2174.63 kcal; Białko ogółem: 95.24 g; Tłuszcz: 74.72 g; Węglowodany ogółem: 299.04 g; Witamina C: 224.03 mg; Wapń: 997.74 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1892.04 ug; Błonnik pokarmowy: 26.65 g; suma cukrów prostych: 61.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.46 g; sól: 1594.50 mg;		
wtorek 2025-01-28		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), ogórek zielony 125g , polędwica drobiowa 30g (MIĘ, DWU), Twaróg kostka 20g (BIA), II Śniadanie: budyń bez soku 200ml (BIA),	Rosół z kaszką manną 350ml (GLU, SEL), kotlet mielony 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU), Podwieczorek: ciasto bez cukru 80g (GLU, JAJ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , Posiłek nocny: kanapka z pastą jajeczną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2433.95 kcal; Białko ogółem: 106.80 g; Tłuszcz: 83.53 g; Węglowodany ogółem: 340.15 g; Witamina C: 200.96 mg; Wapń: 1098.08 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1951.57 ug; Błonnik pokarmowy: 34.43 g; suma cukrów prostych: 87.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.82 g; sól: 1699.02 mg;		

Dietetyk
Dietetyk

Lidia Basińska