

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Radziejów | | |
|--|---|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| piątek 2025-02-14 | | |
| Dieta: PODSTAWOWA (1) | | |
| herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (BIA), Pomidor 100g , jajko gotowane 1szt (JAJ), sałata 25g , dżem 30g , | Zupa kalafiorowa z zacierką 350ml (GLU, SEL), Ryba panierowana 100g (GLU, JAJ, RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , fasolka szparagowa z wody 150g , | pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), twarożek 50g (BIA), masło 15g (BIA), Pomidor 60g , zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ), papryka świeża 60g , Posiłek nocny: Sok owocowo warzywny 330ml , |
| Wartości odżywcze: Energia : 2271.92 kcal; Białko ogółem: 98.47 g; Tłuszcz: 68.21 g; Węglowodany ogółem: 342.82 g; Witamina C: 249.98 mg; Wapń: 901.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2970.38 ug; Błonnik pokarmowy: 30.52 g; suma cukrów prostych: 69.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.09 g; sól: 1707.73 mg; | | |
| piątek 2025-02-14 | | |
| 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 jaglaną 350ml (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), sałata 25g , dżem 30g , | Zupa kalafiorowa z zacierką 350ml (GLU, SEL), Ryba gotowana 100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , fasolka szparagowa z wody 150g , sos pietruszkowy 60ml (GLU), | pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), twarożek 50g (BIA), masło 15g (BIA), pomidor bez skóry 125g , zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: Sok owocowo warzywny 330ml , |
| Wartości odżywcze: Energia : 2096.55 kcal; Białko ogółem: 96.85 g; Tłuszcz: 55.48 g; Węglowodany ogółem: 328.16 g; Witamina C: 190.67 mg; Wapń: 892.66 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2702.15 ug; Błonnik pokarmowy: 29.73 g; suma cukrów prostych: 70.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.07 g; sól: 1913.52 mg; | | |
| piątek 2025-02-14 | | |
| Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6) | | |
| herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (BIA), Pomidor 100g , jajko gotowane 1szt (JAJ), sałata 25g , II Śniadanie: manna bez soku 200g (BIA, GLU), | Zupa kalafiorowa z zacierką 350ml (GLU, SEL), Ryba gotowana 100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , fasolka szparagowa z wody 150g , sos pietruszkowy 60ml (GLU), Podwieczorek: biszkoty bez cukru 30g (GLU, JAJ), | pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), twarożek 50g (BIA), masło 15g (BIA), Pomidor 60g , zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ), papryka świeża 60g , Posiłek nocny: kanapka z pastą jajeczną i sałata 1szt (BIA, GLU, JAJ), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2198.38 kcal; Białko ogółem: 111.63 g; Tłuszcz: 65.36 g; Węglowodany ogółem: 322.81 g; Witamina C: 210.42 mg; Wapń: 1114.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1787.79 ug; Błonnik pokarmowy: 36.18 g; suma cukrów prostych: 61.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.35 g; sól: 1992.36 mg; | | |

Dietetyk

.....