

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-04-15 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), herbata z cukrem 250ml, masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), ser żółty 20g (BIA), kielbasa krakowska 30g (MIĘ), ogórek zielony 60g, Pomidor 60g,	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), bitka wieprzowa 100g (MIĘ), sos naturalny 60g (BIA, GLU), ziemniaki z koperkiem 200g, surówka z kapusty kiszonej 150g, kompot owocowy 250ml,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), Pieczeń rzymska 50g (GLU, JAJ, MIĘ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt, Posiłek nocny: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2611.21 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; Tłuszcz: 93.54 g; Węglowodany ogółem: 362.65 g; Witamina C: 124.69 mg; Wapń: 1246.38 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1277.02 ug; Błonnik pokarmowy: 28.84 g; suma cukrów prostych: 105.33 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.70 g; sól: 2440.29 mg;		
poniedziałek 2024-04-15 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), herbata z cukrem 250ml, masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), Twaróg kostka 20g (BIA), szynka drobiowa 30g (MIĘ), ogórek kiszony bez skóry 60g, Pomidor 60g,	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), roladki schabowe z warzywami 100g (MIĘ), sos naturalny 60g (BIA, GLU), ziemniaki z koperkiem 200g, kalafior z wody 150g, kompot owocowy 250ml,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), szynka wieprzowa 50g (BIA, GLU, JAJ, MIĘ, SOJ, SEL, GOR), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt, Posiłek nocny: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2385.80 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 73.76 g; Węglowodany ogółem: 358.17 g; Witamina C: 163.14 mg; Wapń: 1140.51 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1733.66 ug; Błonnik pokarmowy: 30.11 g; suma cukrów prostych: 101.12 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.59 g; sól: 3397.80 mg;		
poniedziałek 2024-04-15 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), herbata b/c 250ml, masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), Twaróg kostka 20g (BIA), szynka drobiowa 30g (MIĘ), ogórek zielony 60g, Pomidor 60g, II Śniadanie: krakersy 30g (GLU, JAJ, ZIA),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), roladki schabowe z warzywami 100g (MIĘ), sos naturalny 60g (BIA, GLU), ziemniaki z koperkiem 200g, kalafior z wody 150g, kompot owocowy bez cukru 250ml, Podwieczorek: wafle ryżowe 20g,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), szynka wieprzowa 50g (BIA, GLU, JAJ, MIĘ, SOJ, SEL, GOR), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt, Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2336.83 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz: 72.01 g; Węglowodany ogółem: 353.16 g; Witamina C: 166.47 mg; Wapń: 1154.31 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1724.21 ug; Błonnik pokarmowy: 39.34 g; suma cukrów prostych: 72.63 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.60 g; sól: 3340.72 mg;		

Dietetyk
Dietetyk

Lidia Basinska