

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-11 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
papryka świeża 60g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), Pieczeń rzymska 50g (GLU, JAJ, MIĘ), Pomidor 60g , zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ),	Zupa brokułowa z ryżem 350ml (GLU, SEL), filet z kurczaka pieczony 100g , sos pieczarkowy 60ml (GLU), ziemniaki z koperkiem 200g , buraczki 150g , kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), pasta z ryby i twarogu z koperkiem 50g (BIA, RYB, SEL, DWU), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2601.84 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; Tłuszcz: 98.98 g; Węglowodany ogółem: 348.75 g; Witamina C: 210.77 mg; Wapń: 1194.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1438.82 ug; Błonnik pokarmowy: 28.76 g; suma cukrów prostych: 78.51 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.57 g; sól: 1794.06 mg;		
wtorek 2024-06-11 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ), filet z kurczaka duszony 50g , zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ),	Zupa brokułowa z ryżem 350ml (GLU, SEL), filet z kurczaka duszony 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , sos naturalny 60g (BIA, GLU), buraczki 150g , kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), pasta z ryby i twarogu z koperkiem 50g (BIA, RYB, SEL, DWU), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2435.65 kcal; Białko ogółem: 115.24 g; Tłuszcz: 79.83 g; Węglowodany ogółem: 337.75 g; Witamina C: 119.02 mg; Wapń: 1188.28 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1088.50 ug; Błonnik pokarmowy: 26.36 g; suma cukrów prostych: 78.66 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.57 g; sól: 1819.68 mg;		
wtorek 2024-06-11 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
papryka świeża 60g , herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), Pieczeń rzymska 50g (GLU, JAJ, MIĘ), Pomidor 60g , zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), II Śniadanie: manna bez soku 200g (BIA, GLU),	Zupa brokułowa z ryżem 350ml (GLU, SEL), filet z kurczaka duszony 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , sos naturalny 60g (BIA, GLU), buraczki 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), pasta z ryby i twarogu z koperkiem 50g (BIA, RYB, SEL, DWU), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: kanapka z białym serem i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2511.90 kcal; Białko ogółem: 115.76 g; Tłuszcz: 83.93 g; Węglowodany ogółem: 358.77 g; Witamina C: 203.26 mg; Wapń: 1317.76 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1516.20 ug; Błonnik pokarmowy: 38.20 g; suma cukrów prostych: 69.41 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.65 g; sól: 1876.97 mg;		

Dietetyk
Dietetyk

Lidia Basirńska