

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-06-22</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA (1)</b>		
cytryna 20g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), polędwica drobiowa 50g (MIĘ), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), ogórek zielony 100g ,	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL), gulasz wieprzowy 160g (GLU, MIĘ, SEL), kasza jęczmienna na sypko 2000g (GLU), buraczki 150g , herbata ziołowa 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet z kurczaka duszony 50g , masło 15g (BIA), Pomidor 125g , <b>Posiłek nocny:</b> baton musli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2644.57 kcal; Białko ogółem: 110.38 g; Tłuszcz: 101.64 g; Węglowodany ogółem: 348.29 g; Witamina C: 201.97 mg; Wapń: 1435.42 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2112.98 ug; Błonnik pokarmowy: 28.41 g; suma cukrów prostych: 97.99 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.96 g; sól: 2969.69 mg;		
<b>sobota 2024-06-22</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
cytryna 20g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), polędwica drobiowa 50g (MIĘ), Pomidor 100g , zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ),	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL), gulasz wieprzowy 160g (GLU, MIĘ, SEL), kasza jęczmienna na sypko 2000g (GLU), buraczki 150g , herbata ziołowa 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet z kurczaka duszony 50g , masło 15g (BIA), Pomidor 125g , <b>Posiłek nocny:</b> baton musli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2397.18 kcal; Białko ogółem: 115.51 g; Tłuszcz: 73.12 g; Węglowodany ogółem: 344.57 g; Witamina C: 127.89 mg; Wapń: 1307.31 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2632.09 ug; Błonnik pokarmowy: 28.78 g; suma cukrów prostych: 96.04 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.69 g; sól: 2587.27 mg;		
<b>sobota 2024-06-22</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)</b>		
cytryna 20g , herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), polędwica drobiowa 50g (MIĘ), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), ogórek zielony 100g , <b>II Śniadanie:</b> kisiel z jabłkiem b/c 200g ,	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL), gulasz wieprzowy 160g (GLU, MIĘ, SEL), kasza jęczmienna na sypko 2000g (GLU), buraczki 150g , herbata ziołowa 250ml , <b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 200ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml (BIA, GLU), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), filet z kurczaka duszony 50g , masło 15g (BIA), Pomidor 125g , <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2402.94 kcal; Białko ogółem: 123.54 g; Tłuszcz: 79.44 g; Węglowodany ogółem: 332.70 g; Witamina C: 196.81 mg; Wapń: 1478.58 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2908.12 ug; Błonnik pokarmowy: 37.38 g; suma cukrów prostych: 89.84 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.75 g; sól: 2681.63 mg;		

Dietetyk  
Dietetyk

Lidia Basińska.....