

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
wtorek 2024-06-25		
Dieta: PODSTAWOWA (1)		
ogórek kiszony 60g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), ser żółty 20g (BIA), Pomidor 70g , zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (BIA), kielbasa krakowska 30g (MIĘ),	Zupa kalafiorowa z zacierką 350ml (GLU, SEL), filet z kurczaka w ziołach 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z kapusty modrej 150g (JAJ), herbata ziołowa 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), Pomidor 100g , sałata 25g , Posilek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: 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;		
wtorek 2024-06-25		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
ogórek kiszony bez skóry 60g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), Twaróg kostka 20g (BIA), Pomidor 70g , zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (BIA), szynka drobiowa 30g (MIĘ),	Zupa kalafiorowa z zacierką 350ml (GLU, SEL), filet z kurczaka duszony 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , herbata ziołowa 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), Pomidor 100g , sałata 25g , Posilek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: 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;		
wtorek 2024-06-25		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
ogórek kiszony bez skóry 60g , herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), Twaróg kostka 20g (BIA), Pomidor 70g , zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (BIA), szynka drobiowa 30g (MIĘ), II Sniadanie: mus wielowarzywny 100g ,	Zupa kalafiorowa z zacierką 350ml (GLU, SEL), filet z kurczaka duszony 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , herbata ziołowa 250ml , Podwieczorek: sok pomidorowy 200ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), szynka drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), Pomidor 100g , sałata 25g , Posilek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałata 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: 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

Lidia Bałinska