

## Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: Szpital Radziejów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-07-26</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA (1)</b>		
sałata 25g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), twarożek z zieleniną 70g (BIA), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), ogórek zielony 100g ,	Ziemniaczanka 350ml (GLU, SEL), ryba smażona w cieście naleśnikowym 120g (GLU, JAJ, RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , marchew gotowana 150g (DWU), kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), ser żółty 50g (BIA), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2433.82 kcal; Białko ogółem: 91.68 g; Tłuszcz: 97.70 g; Węglowodany ogółem: 319.04 g; Witamina C: 151.58 mg; Wapń: 1181.12 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1416.09 ug; Błonnik pokarmowy: 23.70 g; suma cukrów prostych: 64.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.60 g; sól: 2154.15 mg;		
<b>piątek 2024-07-26</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
Pomidor 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), twarożek z zieleniną 70g (BIA), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), sałata 25g ,	Ziemniaczanka 350ml (GLU, SEL), Ryba gotowana 120g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , marchew gotowana 150g (DWU), kompot owocowy 250ml , sos potrawkowy 60ml (BIA, GLU, SEL),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , dżem 30g <b>Posiłek nocny:</b> ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2287.82 kcal; Białko ogółem: 99.80 g; Tłuszcz: 79.90 g; Węglowodany ogółem: 314.77 g; Witamina C: 157.05 mg; Wapń: 1149.68 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2090.75 ug; Błonnik pokarmowy: 24.70 g; suma cukrów prostych: 62.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.60 g; sól: 2124.63 mg;		
<b>piątek 2024-07-26</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)</b>		
sałata 25g , herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), twarożek z zieleniną 70g (BIA), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), ogórek zielony 100g , <b>II Śniadanie:</b> kefir 150ml (BIA),	Ziemniaczanka 350ml (GLU, SEL), Ryba gotowana 120g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , marchew gotowana 150g (DWU), kompot owocowy bez cukru 250ml , sos potrawkowy 60ml (BIA, GLU, SEL), <b>Podwieczorek:</b> biszkopty bez cukru 30g (GLU, JAJ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), ser żółty 50g (BIA), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z białym serem i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2265.50 kcal; Białko ogółem: 103.43 g; Tłuszcz: 83.76 g; Węglowodany ogółem: 307.86 g; Witamina C: 205.88 mg; Wapń: 1066.20 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2258.28 ug; Błonnik pokarmowy: 35.58 g; suma cukrów prostych: 43.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.58 g; sól: 2472.88 mg;		

Dietetyk

