

Oddział: Szpital Radziejów

**Śniadanie
II Śniadanie**

**Obiad
Podwieczorek**

**Kolacja
Posiłek nocny**

sobota 2024-08-03

Dieta: PODSTAWOWA (1)

Pomidor 60g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), pasztet 50g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), zupa mleczna z ryżem 350ml (BIA), ogórek kiszony 60g ,

Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (GLU, SEL), łazanki z kapustą kiszoną i pieczarkami 300g (SEL), herbata ziołowa 250ml ,

kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), Arbuz 150g ,
Posiłek nocny:
 wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),

Wartości odżywcze: Energia : 2392.17 kcal; Białko ogółem: 106.48 g; Tłuszcz: 86.95 g; Węglowodany ogółem: 321.69 g; Witamina C: 195.92 mg; Wapń: 1255.91 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 10758.62 ug; Błonnik pokarmowy: 27.99 g; suma cukrów prostych: 72.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.55 g; sól: 2265.59 mg;

sobota 2024-08-03

Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)

Pomidor 60g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), zupa mleczna z ryżem 350ml (BIA), ogórek kiszony bez skóry 60g ,

Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (GLU, SEL), makaron z sosem bolońskim i warzywami 300g (GLU, JAJ, MIĘ, SEL, DWU), herbata ziołowa 250ml ,

kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), Arbuz 150g ,
Posiłek nocny:
 wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),

Wartości odżywcze: Energia : 2369.43 kcal; Białko ogółem: 117.07 g; Tłuszcz: 76.51 g; Węglowodany ogółem: 329.25 g; Witamina C: 173.11 mg; Wapń: 1261.79 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 14877.83 ug; Błonnik pokarmowy: 29.11 g; suma cukrów prostych: 68.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.55 g; sól: 1965.55 mg;

sobota 2024-08-03

Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)

Pomidor 60g , herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), zupa mleczna z ryżem 350ml (BIA), ogórek kiszony bez skóry 60g ,
II Śniadanie:
 jogurt naturalny 1szt (BIA),

Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (GLU, SEL), makaron z sosem bolońskim i warzywami 300g (GLU, JAJ, MIĘ, SEL, DWU), herbata ziołowa 250ml ,
Podwieczorek:
 paluszki 30g (GLU, JAJ, OZI),

kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), szynka drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), Arbuz 150g ,
Posiłek nocny:
 kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),

Wartości odżywcze: Energia : 2490.08 kcal; Białko ogółem: 120.69 g; Tłuszcz: 81.11 g; Węglowodany ogółem: 355.41 g; Witamina C: 244.75 mg; Wapń: 1197.89 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 16266.17 ug; Błonnik pokarmowy: 39.15 g; suma cukrów prostych: 79.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.53 g; sól: 2660.12 mg;

Dietetyk



 Lidia Basieńska