

**Jadłospisy dla oddziałów**

Oddział: Szpital Radziejów		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-08-12</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA (1)</b>		
papryka konserwowa 60g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), Pomidor 65g ,	Zupa koperkowa z ryżem 350ml (GLU, SEL), Pieczeń rzymska 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy 250ml , sos pietruszkowy 60ml (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), poledwica drobiowa 50g (MIĘ), 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 : 2585.20 kcal; Białko ogółem: 119.71 g; Tłuszcz: 98.79 g; Węglowodany ogółem: 329.93 g; Witamina C: 137.46 mg; Wapń: 1605.09 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4006.99 ug; Błonnik pokarmowy: 27.70 g; suma cukrów prostych: 72.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.95 g; sól: 2400.09 mg;		
<b>poniedziałek 2024-08-12</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
pomidor bez skóry 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU),	Zupa koperkowa z ryżem 350ml (GLU, SEL), Pieczeń rzymska 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy 250ml , sos pietruszkowy 60ml (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z białym serem i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2398.88 kcal; Białko ogółem: 114.79 g; Tłuszcz: 80.46 g; Węglowodany ogółem: 329.97 g; Witamina C: 135.95 mg; Wapń: 1421.92 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5099.28 ug; Błonnik pokarmowy: 28.97 g; suma cukrów prostych: 74.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.68 g; sól: 2050.18 mg;		
<b>poniedziałek 2024-08-12</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)</b>		
papryka konserwowa 60g , herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), szynka drobiowa 50g (MIĘ), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), Pomidor 65g , <b>II Sniadanie:</b> sok pomidorowy 200ml ,	Zupa koperkowa z ryżem 350ml (GLU, SEL), Pieczeń rzymska 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , sos pietruszkowy 60ml (GLU), <b>Podwieczorek:</b> biszkoty bez cukru 30g (GLU, JAJ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2325.44 kcal; Białko ogółem: 121.51 g; Tłuszcz: 83.57 g; Węglowodany ogółem: 304.09 g; Witamina C: 129.14 mg; Wapń: 1663.45 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5115.78 ug; Błonnik pokarmowy: 34.72 g; suma cukrów prostych: 68.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.77 g; sól: 1946.95 mg;		

Dietetyk  
Dietetyk  
  
Lidia Basilska