

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów

Śniadanie  
II Śniadanie

Obiad  
Podwieczorek

Kolacja  
Posiłek nocny

wtorek 2024-09-03

Dieta: PODSTAWOWA (1)

herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU, JAJ), pomarańcza 90g 0.5szt , ogórek kiszony 60g ,

Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL), wątróbka drobiowa z cebulką 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , marchew gotowana 150g (DWU), herbata ziołowa 250ml ,

kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt ,  
**Posiłek nocny:**  
jogurt owocowy 1szt (BIA),

**Wartości odżywcze:** Energia : 2443.98 kcal; Białko ogółem: 90.21 g; Tłuszcz: 86.89 g; Węglowodany ogółem: 349.22 g; Witamina C: 247.48 mg; Wapń: 1072.55 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1578.39 ug; Błonnik pokarmowy: 29.36 g; suma cukrów prostych: 61.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.34 g; sól: 2149.13 mg;

wtorek 2024-09-03

Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)

pomarańcza 90g 0.5szt , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU, JAJ), ogórek kiszony bez skóry 60g ,

Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL), wątróbka gotowana 100g (GLU), ziemniaki z koperkiem 200g , marchew gotowana 150g (DWU), herbata ziołowa 250ml , sos koperkowy 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), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt ,  
**Posiłek nocny:**  
jogurt owocowy 1szt (BIA),

**Wartości odżywcze:** Energia : 2191.73 kcal; Białko ogółem: 80.36 g; Tłuszcz: 58.54 g; Węglowodany ogółem: 361.34 g; Witamina C: 195.36 mg; Wapń: 1048.04 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4470.11 ug; Błonnik pokarmowy: 32.29 g; suma cukrów prostych: 60.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.89 g; sól: 2896.11 mg;

wtorek 2024-09-03

Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)

herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU, JAJ), pomarańcza 90g 0.5szt , ogórek kiszony 60g ,  
**II Śniadanie:**  
krakersy 50g (GLU, JAJ, ZIA),

Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL), wątróbka gotowana 100g (GLU), ziemniaki z koperkiem 200g , marchew gotowana 150g (DWU), herbata ziołowa 250ml , sos koperkowy 60ml (GLU),  
**Podwieczorek:**  
chrupki kukurydziane 20g ,

kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt ,  
**Posiłek nocny:**  
kanapka z białym serem i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),

**Wartości odżywcze:** Energia : 2275.88 kcal; Białko ogółem: 87.05 g; Tłuszcz: 64.54 g; Węglowodany ogółem: 369.44 g; Witamina C: 157.42 mg; Wapń: 1067.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4465.34 ug; Błonnik pokarmowy: 39.60 g; suma cukrów prostych: 67.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.94 g; sól: 2112.03 mg;

Dietetyk

  
Lidia Basińska