

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-09-13		
Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), pasta z ryby i twarożku z koperkiem 70g (BIA, RYB, SEL, DWU), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), ogórek konserwowy 100g (GOR), sałata 25g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 350ml (SEL), Kotlet z jaj 100g (GLU, JAJ), ziemniaki z koperkiem 200g , surówka z marchwi i jabłka 150g , kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), ser topiony 50g (BIA), masło 15g (BIA), papryka świeża 125g , Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2825.99 kcal; Białko ogółem: 109.75 g; Tłuszcz: 101.03 g; Węglowodany ogółem: 391.36 g; Witamina C: 199.67 mg; Wapń: 1033.11 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1075.29 ug; Błonnik pokarmowy: 27.93 g; suma cukrów prostych: 81.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.44 g; sól: 2302.86 mg;		
piątek 2024-09-13		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
pomidor bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), pasta z ryby i twarożku z koperkiem 70g (BIA, RYB, SEL, DWU), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), sałata 25g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 350ml (SEL), Pulpet z jaj 100g (JAJ), ziemniaki z koperkiem 200g , marchew gotowana 150g (DWU), kompot owocowy 250ml , sos pietruszkowy 60ml (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), Twaróg kostka 50g (BIA), masło 15g (BIA), pomidor bez skóry 125g , Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2604.66 kcal; Białko ogółem: 100.82 g; Tłuszcz: 86.16 g; Węglowodany ogółem: 376.97 g; Witamina C: 135.86 mg; Wapń: 1006.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 808.39 ug; Błonnik pokarmowy: 26.55 g; suma cukrów prostych: 81.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.68 g; sól: 1901.96 mg;		
piątek 2024-09-13		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), pasta z ryby i twarożku z koperkiem 70g (BIA, RYB, SEL, DWU), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), Pomidor 100g , sałata 25g , II Śniadanie: biszkopty bez cukru 30g (GLU, JAJ),	Zupa szpinakowa z ryżem 350ml (SEL), Pulpet z jaj 100g (JAJ), ziemniaki z koperkiem 200g , marchew gotowana 150g (DWU), kompot owocowy bez cukru 250ml , sos pietruszkowy 60ml (GLU), Podwieczorek: paluszki 50g (GLU, JAJ, OZI),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), Twaróg kostka 50g (BIA), masło 15g (BIA), Pomidor 125g , Posiłek nocny: kanapka z pastą jajeczną i sałata 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2587.34 kcal; Białko ogółem: 108.33 g; Tłuszcz: 85.52 g; Węglowodany ogółem: 375.02 g; Witamina C: 201.34 mg; Wapń: 1029.08 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1015.53 ug; Błonnik pokarmowy: 35.34 g; suma cukrów prostych: 52.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.04 g; sól: 2509.55 mg;		

Dietetyk
Lidia Basiańska