

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-09-15 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), kielbasa krakowska 30g (MIĘ), zupa mleczna z kaszką manną 350ml (BIA, GLU), Pomidor 100g , ser żółty 20g (BIA),	Zupa pomidorowa z ryżem 350g (BIA, SEL, DWU), kotlet mielony 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , buraczki 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), blok drobiowy 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , 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;		
niedziela 2024-09-15 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
pomidor bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 30g (MIĘ, DWU), zupa mleczna z kaszką manną 350ml (BIA, GLU), Twaróg kostka 20g (BIA),	Zupa pomidorowa z ryżem 350g (BIA, SEL, DWU), Pulpet wieprzowy duszony 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , buraczki 150g , 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), blok drobiowy 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , 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;		
niedziela 2024-09-15 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), szynka drobiowa 30g (MIĘ, DWU), zupa mleczna z kaszką manną 350ml (BIA, GLU), Pomidor 100g , Twaróg kostka 20g (BIA), II Śniadanie: krakersy 30g (GLU, JAJ, ZIA),	Zupa pomidorowa z ryżem 350g (BIA, SEL, DWU), Pulpet wieprzowy duszony 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , buraczki 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , sos pietruszkowy 60ml (GLU), Podwieczorek: wafle ryżowe 20g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), blok drobiowy 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 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 Baśńska