

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Radziejów | | |
|--|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| poniedziałek 2024-09-23 Dieta: PODSTAWOWA (1) | | |
| herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), twarożek z zieleniną 70g (BIA), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), Pomidor 100g , cytryna 20g , | Zupa ogórkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), gulasz wieprzowo drobiowy z warzywami 100g (GLU, SEL), ryż na sypko 200g , kompot owocowy 250ml , | kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: baton musli 1szt (BIA, GLU, SEZ), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2401.26 kcal; Białko ogółem: 97.87 g; Tłuszcz: 81.51 g; Węglowodany ogółem: 339.39 g; Witamina C: 154.04 mg; Wapń: 980.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1275.98 ug; Błonnik pokarmowy: 23.67 g; suma cukrów prostych: 62.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.91 g; sól: 2091.45 mg; | | |
| poniedziałek 2024-09-23 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2) | | |
| pomidor bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), twarożek z zieleniną 70g (BIA), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), cytryna 20g , | Zupa ogórkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), gulasz wieprzowo drobiowy z warzywami 100g (GLU, SEL), ryż na sypko 200g , kompot owocowy 250ml , | kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , Posiłek nocny: baton musli 1szt (BIA, GLU, SEZ), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2230.78 kcal; Białko ogółem: 97.31 g; Tłuszcz: 65.04 g; Węglowodany ogółem: 334.85 g; Witamina C: 111.54 mg; Wapń: 943.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2422.91 ug; Błonnik pokarmowy: 24.69 g; suma cukrów prostych: 57.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.69 g; sól: 2317.92 mg; | | |
| poniedziałek 2024-09-23 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6) | | |
| herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), twarożek z zieleniną 70g (BIA), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), Pomidor 100g , cytryna 20g , II Śniadanie: kisiel z jabłkiem b/c 200g , | Zupa ogórkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), gulasz wieprzowo drobiowy z warzywami 100g (GLU, SEL), ryż na sypko 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: sok pomidorowy 200ml , | kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: kanapka z pastą jajeczną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2435.49 kcal; Białko ogółem: 108.76 g; Tłuszcz: 65.78 g; Węglowodany ogółem: 383.15 g; Witamina C: 183.87 mg; Wapń: 1021.69 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2511.47 ug; Błonnik pokarmowy: 36.12 g; suma cukrów prostych: 82.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.26 g; sól: 2395.95 mg; | | |

Dietetyk
Dietetyk
[Podpis]
Lidia Bańska