

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-09-29 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), twarożek z ziołami 50g (BIA), zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA), Pomidor 125g ,	Zupa szpinakowa z zacierką 350ml (GLU, JAJ, SEL), filet z kurczaka w ziołach 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , surówka z marchwi i jabłka 150g , kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), paszтет 50g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), masło 15g (BIA), ogórek konserwowy 125g (GOR), Posiłek nocny: Sok owocowo warzywny 330ml ,
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;		
niedziela 2024-09-29 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
pomidor bez skóry 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), ser żółty 50g (BIA), zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA),	Zupa szpinakowa z zacierką 350ml (GLU, JAJ, SEL), pieczeń z kurczaka 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), kielbasa szynkowa 50g , masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , Posiłek nocny: Sok owocowo warzywny 330ml ,
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;		
niedziela 2024-09-29 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), ser żółty 50g (BIA), zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA), Pomidor 125g , II Śniadanie: krakersy 50g (GLU, JAJ, ZIA),	Zupa szpinakowa z zacierką 350ml (GLU, JAJ, SEL), pieczeń z kurczaka 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU), Podwieczorek: kefir 150ml (BIA),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), paszтет 50g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), masło 15g (BIA), ogórek konserwowy 125g (GOR), Posiłek nocny: kanapka z białym serem 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

Lidia Basińska