

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Radziejów | | |
|--|---|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| poniedziałek 2024-10-07 Dieta: PODSTAWOWA (1) | | |
| herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), Pomidor 100g , cytryna 25g , | Rosół z kaszką manną 350ml (GLU, SEL), kotlet siekany z kurczaka z warzywami 100g (GLU, JAJ), ziemniaki z koperkiem 200g , buraczki 150g , herbata ziołowa 250ml , | kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna kukurydzianka 250ml (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet z kurczaka duszony 50g , masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , Posiłek nocny: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2536.79 kcal; Białko ogółem: 102.01 g; Tłuszcz: 83.63 g; Węglowodany ogółem: 376.08 g; Witamina C: 261.05 mg; Wapń: 1158.68 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3650.29 ug; Błonnik pokarmowy: 38.70 g; suma cukrów prostych: 61.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.52 g; sól: 1760.93 mg; | | |
| poniedziałek 2024-10-07 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2) | | |
| pomidor bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), | Rosół z kaszką manną 350ml (GLU, SEL), kotlet siekany z kurczaka z warzywami 100g (GLU, JAJ), ziemniaki z koperkiem 200g , buraczki 150g , herbata ziołowa 250ml , | kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna kukurydzianka 250ml (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet z kurczaka duszony 50g , masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , Posiłek nocny: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2458.52 kcal; Białko ogółem: 102.82 g; Tłuszcz: 77.48 g; Węglowodany ogółem: 369.32 g; Witamina C: 256.73 mg; Wapń: 1148.52 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3632.18 ug; Błonnik pokarmowy: 38.10 g; suma cukrów prostych: 61.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.26 g; sól: 1755.84 mg; | | |
| poniedziałek 2024-10-07 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6) | | |
| herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), Pomidor 100g , cytryna 25g , II Śniadanie: manna bez soku 200g (BIA, GLU), | Rosół z kaszką manną 350ml (GLU, SEL), kotlet siekany z kurczaka z warzywami 100g (GLU, JAJ), ziemniaki z koperkiem 200g , buraczki 150g , herbata ziołowa 250ml , Podwieczorek: wafele ryżowe 20g , | kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna kukurydzianka 250ml (BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), filet z kurczaka duszony 50g , masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ), |
| Wartości odżywcze: Energia : 2704.80 kcal; Białko ogółem: 105.60 g; Tłuszcz: 97.73 g; Węglowodany ogółem: 383.40 g; Witamina C: 178.11 mg; Wapń: 1261.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2419.75 ug; Błonnik pokarmowy: 38.62 g; suma cukrów prostych: 79.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.34 g; sól: 1806.93 mg; | | |

Dietetyk
Dietetyk
Lidia Basirińska
.....
Lidia Basirińska