

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-10-08</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA (1)</b>		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), pasztet 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), zupa mleczna z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), Pomidor 60g , ogórek kiszony 60g ,	Barszcz czerwony z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), ryż z jabłkiem prażonym, cynamonem i sosem waniliowym 400g ( <b>BIA</b> ), herbata ziołowa 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), Arbuz 150g , <b>Posiłek nocny:</b> wafelek owsiany 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>wtorek 2024-10-08</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
pomidor bez skóry 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), zupa mleczna z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), ryż z jabłkiem prażonym, cynamonem i sosem waniliowym 400g ( <b>BIA</b> ), herbata ziołowa 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), Arbuz 150g , <b>Posiłek nocny:</b> wafelek owsiany 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>wtorek 2024-10-08</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)</b>		
herbata b/c 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), zupa mleczna z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), Pomidor 60g , ogórek kiszony 60g , <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), ryż z jabłkiem prażonym, cynamonem i sosem waniliowym 400g ( <b>BIA</b> ), herbata ziołowa 250ml , <b>Podwieczerek:</b> paluszki 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), Arbuz 150g , <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z wędliną i pomidorem 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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  
*Liwia Basinśka*  
.....  
Liwia Basinśka