

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-10-11</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> ), twarożek z zieleniną 50g ( <b>BIA</b> ), zupa mleczna z ryżem 350ml ( <b>BIA</b> ), sałata 25g , rzodkiewka 100g ,	Zupa koperkowa z makaronem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ryba panierowana 100g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , sos grecki 150ml ( <b>GLU, SEL, DWU</b> ), kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna kukurydzianka 250ml ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), pasta z jaj 70g ( <b>BIA, JAJ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomidor bez skóry 125g , papryka świeża 60g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo warzywny 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2532.92 kcal; Białko ogółem: 107.41 g; Tłuszcz: 76.89 g; Węglowodany ogółem: 381.06 g; Witamina C: 245.58 mg; Wapń: 1099.90 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4170.54 ug; Błonnik pokarmowy: 32.05 g; suma cukrów prostych: 79.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.33 g; sól: 1863.41 mg;		
<b>piątek 2024-10-11</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
pomidor bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), zupa mleczna z ryżem 350ml ( <b>BIA</b> ), twarożek z zieleniną 50g ( <b>BIA</b> ), sałata 25g ,	Zupa koperkowa z makaronem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ryba gotowana 100g ( <b>RYB</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , sos grecki 150ml ( <b>GLU, SEL, DWU</b> ), kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna kukurydzianka 250ml ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), pasta z jaj 70g ( <b>BIA, JAJ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 60g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo warzywny 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2327.54 kcal; Białko ogółem: 104.08 g; Tłuszcz: 63.85 g; Węglowodany ogółem: 358.34 g; Witamina C: 156.67 mg; Wapń: 1057.67 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3871.08 ug; Błonnik pokarmowy: 28.10 g; suma cukrów prostych: 79.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.24 g; sól: 2051.79 mg;		
<b>piątek 2024-10-11</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> ), zupa mleczna z ryżem 350ml ( <b>BIA</b> ), sałata 25g , rzodkiewka 100g , twarożek z zieleniną 50g ( <b>BIA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> ciasto bez cukru 50g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	Zupa koperkowa z makaronem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ryba gotowana 100g ( <b>RYB</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , sos grecki 150ml ( <b>GLU, SEL, DWU</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> paluszki 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna kukurydzianka 250ml ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), blok drobiowy 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 60g , papryka świeża 60g , <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z białym serem i pomidorem 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2307.33 kcal; Białko ogółem: 101.55 g; Tłuszcz: 57.38 g; Węglowodany ogółem: 375.24 g; Witamina C: 184.36 mg; Wapń: 994.76 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2441.80 ug; Błonnik pokarmowy: 36.39 g; suma cukrów prostych: 59.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.23 g; sól: 2418.92 mg;		

Dietetyk Dietetyk

Lidia Basłowska