

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-10-13		
Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), Pomidor 125g , pieczeń wiedeńska 50g (GLU, JAJ, MIĘ),	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), Udko pieczone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , groszek z marchewką 150g (GLU), kompot owocowy 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2578.63 kcal; Białko ogółem: 104.06 g; Tłuszcz: 89.57 g; Węglowodany ogółem: 360.04 g; Witamina C: 175.47 mg; Wapń: 1126.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1250.34 ug; Błonnik pokarmowy: 26.71 g; suma cukrów prostych: 86.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.44 g; sól: 2201.77 mg;		
niedziela 2024-10-13		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
pomidor bez skóry 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), filet z kurczaka duszony 50g ,	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), udko duszone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , marchew gotowana 150g (DWU), kompot owocowy 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2310.24 kcal; Białko ogółem: 98.07 g; Tłuszcz: 68.41 g; Węglowodany ogółem: 342.78 g; Witamina C: 111.55 mg; Wapń: 1030.11 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 915.89 ug; Błonnik pokarmowy: 25.19 g; suma cukrów prostych: 87.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.52 g; sól: 1587.43 mg;		
niedziela 2024-10-13		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), Pomidor 125g , pieczeń wiedeńska 50g (GLU, JAJ, MIĘ), II Śniadanie: krakersy 50g (GLU, JAJ, ZIA),	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), udko duszone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , groszek z marchewką 150g (GLU), kompot owocowy bez cukru 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU), Podwieczorek: wafle ryżowe 20g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , Posiłek nocny: kanapka z białym serem i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2233.19 kcal; Białko ogółem: 102.14 g; Tłuszcz: 65.65 g; Węglowodany ogółem: 336.74 g; Witamina C: 205.83 mg; Wapń: 1058.81 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1900.62 ug; Błonnik pokarmowy: 36.32 g; suma cukrów prostych: 74.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.49 g; sól: 1643.25 mg;		

Dietetyk

Lidia Bańska