

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-10-14</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> ), zupa mleczna z zacierką 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), Pomidor 60g , ogórek zielony 60g , kielbasa krakowska 50g ( <b>MIĘ</b> ),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), pieczeń z indyka 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , sałata z jogurtem 150g ( <b>BIA</b> ), kompot owocowy 250ml , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), banan 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> baton musli 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2232.22 kcal; Białko ogółem: 91.77 g; Tłuszcz: 63.11 g; Węglowodany ogółem: 343.48 g; Witamina C: 176.53 mg; Wapń: 997.42 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1156.04 ug; Błonnik pokarmowy: 25.58 g; suma cukrów prostych: 86.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.26 g; sól: 1631.38 mg;		
<b>poniedziałek 2024-10-14</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> ), zupa mleczna z zacierką 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), Rolada drobiowa duszona 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , sałata z jogurtem 150g ( <b>BIA</b> ), kompot owocowy 250ml , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), banan 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> baton musli 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>poniedziałek 2024-10-14</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 zacierką 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), Pomidor 60g , ogórek zielony 60g , szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), <b>II Śniadanie:</b> kisiel z jabłkiem b/c 200g ,	Barszcz czerwony z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), Rolada drobiowa duszona 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , sałata z jogurtem 150g ( <b>BIA</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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  
Dietetyk

Lidia Basinśka