

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-10-15 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), Pomidor 60g , papryka konserwowa 60g , kielbasa krakowska 50g (MIE),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), kotleciki z cukini i mięsa 100g (GLU, SEL), ziemniaki z koperkiem 200g , surówka z kapusty białej 150g , herbata ziołowa 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU), sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), pasztet drobiowy 50g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), masło 15g (BIA), ogórek kiszony 125g , Posiłek nocny: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2358.45 kcal; Białko ogółem: 85.93 g; Tłuszcz: 87.25 g; Węglowodany ogółem: 337.83 g; Witamina C: 199.99 mg; Wapń: 1164.73 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2782.01 ug; Błonnik pokarmowy: 28.88 g; suma cukrów prostych: 75.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.72 g; sól: 2932.61 mg;		
wtorek 2024-10-15 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 makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), poledwica drobiowa 50g (MIE, DWU),	Krupnik 350ml (GLU, SEL), kotleciki z cukini i mięsa 100g (GLU, SEL), ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , herbata ziołowa 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), pasztet drobiowy 50g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), masło 15g (BIA), ogórek kiszony bez skóry 125g , Posiłek nocny: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2310.31 kcal; Białko ogółem: 91.08 g; Tłuszcz: 77.10 g; Węglowodany ogółem: 341.78 g; Witamina C: 175.86 mg; Wapń: 1104.50 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3481.22 ug; Błonnik pokarmowy: 29.81 g; suma cukrów prostych: 67.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.55 g; sól: 2764.06 mg;		
wtorek 2024-10-15 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), Pomidor 60g , papryka konserwowa 60g , poledwica drobiowa 50g (MIE, DWU), II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt (BIA),	Krupnik 350ml (GLU, SEL), kotleciki z cukini i mięsa 100g (GLU, SEL), ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , herbata ziołowa 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU), Podwieczorek: paluszki 50g (GLU, JAJ, OZI),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), pasztet drobiowy 50g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), masło 15g (BIA), ogórek kiszony 125g , Posiłek nocny: kanapka z białym serem i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2364.04 kcal; Białko ogółem: 101.71 g; Tłuszcz: 78.52 g; Węglowodany ogółem: 350.16 g; Witamina C: 208.16 mg; Wapń: 1258.89 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3553.58 ug; Błonnik pokarmowy: 38.61 g; suma cukrów prostych: 52.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.57 g; sól: 3459.63 mg;		

Dietetyk

Lidia Basinska