

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-10-28</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> ), papryka świeża 110g , szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), cytryna 10g	Żurek 350ml ( <b>BIA, GLU, MIĘ, DWU</b> ), Pieczeń rzymska 100g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , buraczki 150g , 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> ), szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), jabłko 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> baton musli 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2789.86 kcal; Białko ogółem: 104.13 g; Tłuszcz: 101.66 g; Węglowodany ogółem: 389.22 g; Witamina C: 327.44 mg; Wapń: 1166.67 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1235.09 ug; Błonnik pokarmowy: 30.90 g; suma cukrów prostych: 87.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.59 g; sól: 1935.96 mg;		
<b>poniedziałek 2024-10-28</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
pomidor bez skóry 110g , 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> ), cytryna 10g ,	Żurek 350ml ( <b>BIA, GLU, MIĘ, DWU</b> ), Pieczeń rzymska 100g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , buraczki 150g , 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> ), szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), jabłko gotowane 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> baton musli 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2776.99 kcal; Białko ogółem: 103.74 g; Tłuszcz: 101.37 g; Węglowodany ogółem: 386.25 g; Witamina C: 207.65 mg; Wapń: 1162.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 818.30 ug; Błonnik pokarmowy: 30.11 g; suma cukrów prostych: 87.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.54 g; sól: 1940.91 mg;		
<b>poniedziałek 2024-10-28</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> ), papryka świeża 110g , szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), cytryna 10g , <b>II Śniadanie:</b> paluszki 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI</b> ),	Żurek 350ml ( <b>BIA, GLU, MIĘ, DWU</b> ), Pieczeń rzymska 100g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , buraczki 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 200ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), jabłko 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z wędliną i pomidorem 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2810.61 kcal; Białko ogółem: 112.46 g; Tłuszcz: 100.97 g; Węglowodany ogółem: 397.75 g; Witamina C: 397.12 mg; Wapń: 1179.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1464.01 ug; Błonnik pokarmowy: 41.50 g; suma cukrów prostych: 67.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.50 g; sól: 2795.14 mg;		

Dietetyk

Lidia Baszka