

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-12-02</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 , kielbasa krakowska 30g ( <b>MIĘ</b> ), rzodkiewka 60g , ser żółty 20g ( <b>BIA</b> ),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), filet z kurczaka w ziołach 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z kapusty modrej 150g ( <b>JAJ</b> ), kompot owocowy 250ml ,	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> ), Kurczak w galarecie 50g ( <b>MIĘ, SEL</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 : 2491.53 kcal; Białko ogółem: 110.40 g; Tłuszcz: 84.71 g; Węglowodany ogółem: 346.64 g; Witamina C: 188.39 mg; Wapń: 1247.32 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1313.36 ug; Błonnik pokarmowy: 28.47 g; suma cukrów prostych: 90.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.59 g; sól: 1910.10 mg;		
<b>poniedziałek 2024-12-02</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 30g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Twaróg kostka 20g ( <b>BIA</b> ),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), filet z kurczaka duszony 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy 250ml , sos pietruszkowy 60ml ( <b>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> ), Kurczak w galarecie 50g ( <b>MIĘ, SEL</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 : 2369.88 kcal; Białko ogółem: 108.75 g; Tłuszcz: 72.27 g; Węglowodany ogółem: 344.65 g; Witamina C: 160.10 mg; Wapń: 1143.48 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2107.83 ug; Błonnik pokarmowy: 29.18 g; suma cukrów prostych: 85.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.25 g; sól: 1755.87 mg;		
<b>poniedziałek 2024-12-02</b> <b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH 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 , szynka drobiowa 30g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), rzodkiewka 60g , Twaróg kostka 20g ( <b>BIA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> kisiel z jabłkiem b/c 200g ,	Barszcz czerwony z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), filet z kurczaka duszony 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , sos pietruszkowy 60ml ( <b>GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> ciasto bez cukru 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Kurczak w galarecie 50g ( <b>MIĘ, SEL</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 : 2553.30 kcal; Białko ogółem: 119.50 g; Tłuszcz: 72.90 g; Węglowodany ogółem: 388.59 g; Witamina C: 239.84 mg; Wapń: 1222.10 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2216.19 ug; Błonnik pokarmowy: 40.76 g; suma cukrów prostych: 110.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.72 g; sól: 1845.65 mg;		

Dietetyk

