

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-11-24</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 płatkami 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ), Pomidor 125g , jajecznica na parze 70g ( <b>JAJ</b> ),	Rosół z makaronem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Udko pieczone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , groszek z marchewką 150g ( <b>GLU</b> ), kompot owocowy 250ml , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), Pieczeń rzymska 50g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), jabłko 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2507.77 kcal; Białko ogółem: 117.56 g; Tłuszcz: 83.64 g; Węglowodany ogółem: 355.49 g; Witamina C: 196.76 mg; Wapń: 1240.89 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4641.69 ug; Błonnik pokarmowy: 38.19 g; suma cukrów prostych: 66.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.08 g; sól: 1907.59 mg;		
<b>niedziela 2024-11-24</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 płatkami 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ), jajecznica na parze 70g ( <b>JAJ</b> ),	Rosół z makaronem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), udko duszone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , marchew gotowana 150g ( <b>DWU</b> ), kompot owocowy 250ml , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), Pieczeń rzymska 50g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), jabłko gotowane 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2481.92 kcal; Białko ogółem: 116.48 g; Tłuszcz: 82.25 g; Węglowodany ogółem: 354.11 g; Witamina C: 198.13 mg; Wapń: 1255.20 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5822.67 ug; Błonnik pokarmowy: 39.14 g; suma cukrów prostych: 67.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.99 g; sól: 1909.34 mg;		
<b>niedziela 2024-11-24</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 płatkami 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ), Pomidor 125g , jajecznica na parze 70g ( <b>JAJ</b> ), <b>II Śniadanie:</b> ciastka zbożowe 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	Rosół z makaronem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), udko duszone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , groszek z marchewką 150g ( <b>GLU</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Pieczeń rzymska 50g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), jabłko 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z białym serem i sałatą 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2598.00 kcal; Białko ogółem: 121.47 g; Tłuszcz: 95.40 g; Węglowodany ogółem: 348.25 g; Witamina C: 113.18 mg; Wapń: 1320.69 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3389.55 ug; Błonnik pokarmowy: 38.08 g; suma cukrów prostych: 76.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.15 g; sól: 1922.47 mg;		

Dietetyk  
Dietetyk

Krzysztof Basiniński