

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-12-04</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 kukurydzianka 350ml ( <b>BIA</b> ), jabłko 150g 1szt , poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), sałata 25g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Gołąbki 100g ( <b>JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy 250ml , sos pomidorowy 60ml ( <b>GLU, DWU</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), ser topiony 50g ( <b>BIA</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , <b>Posiłek nocny:</b> ciastka zbożowe 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2420.86 kcal; Białko ogółem: 87.06 g; Tłuszcz: 77.19 g; Węglowodany ogółem: 372.21 g; Witamina C: 254.08 mg; Wapń: 1239.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2052.17 ug; Błonnik pokarmowy: 34.05 g; suma cukrów prostych: 84.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.43 g; sól: 1926.41 mg;		
<b>środa 2024-12-04</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
jabłko gotowane 150g 1szt , herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), zupa mleczna kukurydzianka 350ml ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), sałata 25g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Pulpet miesno ryżowy 100g ( <b>JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy 250ml , sos pomidorowy 60ml ( <b>GLU, DWU</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), Twaróg kostka 50g ( <b>BIA</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , <b>Posiłek nocny:</b> ciastka zbożowe 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2529.08 kcal; Białko ogółem: 100.68 g; Tłuszcz: 82.10 g; Węglowodany ogółem: 373.20 g; Witamina C: 237.36 mg; Wapń: 1113.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2084.71 ug; Błonnik pokarmowy: 32.76 g; suma cukrów prostych: 85.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.92 g; sól: 1972.95 mg;		
<b>środa 2024-12-04</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 kukurydzianka 350ml ( <b>BIA</b> ), jabłko 150g 1szt , poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), sałata 25g , <b>II Śniadanie:</b> budyń bez soku 250ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Pulpet miesno ryżowy 100g ( <b>JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , sos pomidorowy 60ml ( <b>GLU, DWU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 200ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Twaróg kostka 50g ( <b>BIA</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z wędliną i pomidorem 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2482.37 kcal; Białko ogółem: 110.33 g; Tłuszcz: 82.66 g; Węglowodany ogółem: 360.62 g; Witamina C: 309.13 mg; Wapń: 1355.06 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2294.50 ug; Błonnik pokarmowy: 42.74 g; suma cukrów prostych: 74.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.01 g; sól: 2421.60 mg;		

Dietetyk

B9