

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-12-15 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), ogórek kiszony 125g , Salceson 50g (MIĘ, DWU),	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), Udko pieczone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , groszek z marchewką 150g (GLU), kompot owocowy 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), pasta z jaj 50g (BIA, JAJ), masło 15g (BIA), Pomidor 125g , zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (BIA), Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2420.46 kcal; Białko ogółem: 114.01 g; Tłuszcz: 86.18 g; Węglowodany ogółem: 329.97 g; Witamina C: 189.31 mg; Wapń: 1201.55 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4667.68 ug; Błonnik pokarmowy: 36.32 g; suma cukrów prostych: 59.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.91 g; sól: 2986.93 mg;		
niedziela 2024-12-15 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 płatkami 350ml (BIA, GLU), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU),	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), udko duszone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , marchew gotowana 150g (DWU), kompot owocowy 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), pasta z jaj 50g (BIA, JAJ), masło 15g (BIA), pomidor bez skóry 125g , zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (BIA), Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2295.16 kcal; Białko ogółem: 114.18 g; Tłuszcz: 71.40 g; Węglowodany ogółem: 330.28 g; Witamina C: 212.05 mg; Wapń: 1200.45 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5934.16 ug; Błonnik pokarmowy: 38.02 g; suma cukrów prostych: 60.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.23 g; sól: 1846.80 mg;		
niedziela 2024-12-15 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), Pomidor 125g , szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), II Śniadanie: krakersy 50g (GLU, JAJ, ZIA),	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), udko duszone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , groszek z marchewką 150g (GLU), kompot owocowy bez cukru 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU), Podwieczorek: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), pasta z jaj 50g (BIA, JAJ), masło 15g (BIA), Pomidor 125g , zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (BIA), Posiłek nocny: kanapka z białym serem i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2479.87 kcal; Białko ogółem: 119.34 g; Tłuszcz: 84.80 g; Węglowodany ogółem: 340.31 g; Witamina C: 126.36 mg; Wapń: 1143.09 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3422.51 ug; Błonnik pokarmowy: 37.21 g; suma cukrów prostych: 54.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.17 g; sól: 2320.96 mg;		

Dietetyk
Lidia Basińska