

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-12-18</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> ), Pomidor 60g , rzodkiewka 60g , kielbasa krakowska 30g ( <b>MIĘ</b> ), ser żółty 20g ( <b>BIA</b> ),	Barszcz biały z makaronem 350g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), kaszanka z cebulką 150g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kapusta kiszona zasmażana 150g ( <b>GLU</b> ), herbata ziołowa 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), Pieczeń rzymska 50g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), ogórek kiszony 125g , Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> baton musli 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2461.91 kcal; Białko ogółem: 88.18 g; Tłuszcz: 94.41 g; Węglowodany ogółem: 338.31 g; Witamina C: 103.63 mg; Wapń: 1136.22 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1154.78 ug; Błonnik pokarmowy: 26.50 g; suma cukrów prostych: 68.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.01 g; sól: 4556.76 mg;		
<b>środa 2024-12-18</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 kukurydzianka 350ml ( <b>BIA</b> ), polędwica drobiowa 30g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Twaróg kostka 20g ( <b>BIA</b> ),	Barszcz biały z makaronem 350g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), parówka 100g ( <b>GLU, MIĘ, DWU</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , herbata ziołowa 250ml , sos pomidorowy 60ml ( <b>GLU, DWU</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), Pieczeń rzymska 50g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), ogórek kiszony bez skóry 125g , Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> baton musli 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2321.03 kcal; Białko ogółem: 81.22 g; Tłuszcz: 93.10 g; Węglowodany ogółem: 310.60 g; Witamina C: 125.98 mg; Wapń: 1015.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1779.51 ug; Błonnik pokarmowy: 24.96 g; suma cukrów prostych: 63.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.85 g; sól: 3477.92 mg;		
<b>środa 2024-12-18</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> ), Pomidor 60g , rzodkiewka 60g , polędwica drobiowa 30g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Twaróg kostka 20g ( <b>BIA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> kefir 150ml ( <b>BIA</b> ),	Barszcz biały z makaronem 350g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), parówka 100g ( <b>GLU, MIĘ, DWU</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , herbata ziołowa 250ml , sos pomidorowy 60ml ( <b>GLU, DWU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> ciasto bez cukru 80g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Pieczeń rzymska 50g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), ogórek kiszony 125g , Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z białym serem i sałatą 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2438.39 kcal; Białko ogółem: 93.62 g; Tłuszcz: 94.64 g; Węglowodany ogółem: 333.12 g; Witamina C: 125.56 mg; Wapń: 1186.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1856.73 ug; Błonnik pokarmowy: 34.26 g; suma cukrów prostych: 77.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.25 g; sól: 3570.75 mg;		

Dietetyk

