

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-01 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU, JAJ), Pomidor 100g , Salceson 50g (MIĘ, DWU), sałata 25g ,	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), udko duszone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , surówka z kapusty białej 150g , herbata ziołowa 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (BIA), Posiłek nocny: baton mussli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2496.20 kcal; Białko ogółem: 111.04 g; Tłuszcz: 95.29 g; Węglowodany ogółem: 320.37 g; Witamina C: 136.26 mg; Wapń: 1114.12 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1478.11 ug; Błonnik pokarmowy: 24.73 g; suma cukrów prostych: 71.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.23 g; sól: 2346.64 mg;		
czwartek 2026-01-01 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
pomidor bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU, JAJ), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), sałata 25g ,	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), udko duszone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , herbata ziołowa 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (BIA), Posiłek nocny: baton mussli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2330.45 kcal; Białko ogółem: 111.57 g; Tłuszcz: 77.41 g; Węglowodany ogółem: 316.74 g; Witamina C: 132.67 mg; Wapń: 1082.32 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2141.35 ug; Błonnik pokarmowy: 25.54 g; suma cukrów prostych: 68.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.34 g; sól: 2002.54 mg;		
czwartek 2026-01-01 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU, JAJ), Pomidor 100g , poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), sałata 25g , II Śniadanie: budyń bez soku 200ml (BIA),	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), udko duszone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , herbata ziołowa 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU), Podwieczorek: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (BIA), Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2454.73 kcal; Białko ogółem: 120.98 g; Tłuszcz: 84.81 g; Węglowodany ogółem: 330.07 g; Witamina C: 135.22 mg; Wapń: 1258.44 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2295.39 ug; Błonnik pokarmowy: 34.00 g; suma cukrów prostych: 80.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.15 g; sól: 2104.09 mg;		

Dietetyk

.....