

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-01-05</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> ), pomarańcza 150g , szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), wątróbka gotowana 100g ( <b>GLU</b> ), kasza bulgur 200g ( <b>GLU</b> ), bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy 250ml , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), ser topiony 50g ( <b>BIA</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), papryka świeża 125g , zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> baton musli 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2475.91 kcal; Białko ogółem: 100.28 g; Tłuszcz: 82.72 g; Węglowodany ogółem: 358.22 g; Witamina C: 334.32 mg; Wapń: 1330.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 12789.70 ug; Błonnik pokarmowy: 29.36 g; suma cukrów prostych: 73.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.15 g; sól: 2329.67 mg;		
<b>poniedziałek 2026-01-05</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
pomarańcza 150g , 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> ), szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), wątróbka gotowana 100g ( <b>GLU</b> ), kasza bulgur 200g ( <b>GLU</b> ), bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy 250ml , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), Twaróg kostka 50g ( <b>BIA</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomidor bez skóry 125g , zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> baton musli 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2381.95 kcal; Białko ogółem: 100.95 g; Tłuszcz: 72.19 g; Węglowodany ogółem: 356.30 g; Witamina C: 198.33 mg; Wapń: 1211.17 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 12255.19 ug; Błonnik pokarmowy: 28.46 g; suma cukrów prostych: 74.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.06 g; sól: 1978.63 mg;		
<b>poniedziałek 2026-01-05</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> ), pomarańcza 150g , szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), <b>II Śniadanie:</b> ciastka zbożowe 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), wątróbka gotowana 100g ( <b>GLU</b> ), kasza bulgur 200g ( <b>GLU</b> ), brukselka z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Podwieczerek:</b> kefir 150ml ( <b>BIA</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Twaróg kostka 50g ( <b>BIA</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), papryka świeża 125g , zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z pastą jajeczną i sałatą 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2479.39 kcal; Białko ogółem: 115.47 g; Tłuszcz: 79.39 g; Węglowodany ogółem: 365.22 g; Witamina C: 468.20 mg; Wapń: 1422.34 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 12215.23 ug; Błonnik pokarmowy: 43.37 g; suma cukrów prostych: 77.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.36 g; sól: 2020.98 mg;		

Dietetyk

.....