

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-04 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 , polędwica drobiowa 50g (MIE, DWU), cytryna 20g ,	Krupnik 350ml (GLU, SEL), roladka ze szpinakiem 100g (MIE), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , buraczki 150g , 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), sałatka jarzynowa 120g (BIA, JAJ, SEL), Posiłek nocny: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2572.81 kcal; Białko ogółem: 119.73 g; Tłuszcz: 84.92 g; Węglowodany ogółem: 360.48 g; Witamina C: 321.97 mg; Wapń: 1154.43 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2337.88 ug; Błonnik pokarmowy: 34.77 g; suma cukrów prostych: 85.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.21 g; sól: 2161.56 mg;		
wtorek 2025-02-04 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), polędwica drobiowa 50g (MIE, DWU), cytryna 20g ,	Krupnik 350ml (GLU, SEL), roladka ze szpinakiem 100g (MIE), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , buraczki 150g , 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), sałatka jarzynowa 120g (BIA, JAJ, SEL), Posiłek nocny: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2572.81 kcal; Białko ogółem: 119.73 g; Tłuszcz: 84.92 g; Węglowodany ogółem: 360.48 g; Witamina C: 321.97 mg; Wapń: 1154.43 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2337.88 ug; Błonnik pokarmowy: 34.77 g; suma cukrów prostych: 85.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.21 g; sól: 2161.56 mg;		
wtorek 2025-02-04 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 , polędwica drobiowa 50g (MIE, DWU), cytryna 20g , II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt (BIA),	Krupnik 350ml (GLU, SEL), roladka ze szpinakiem 100g (MIE), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , buraczki 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU), Podwieczorek: ciasto bez cukru 80g (GLU, JAJ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), sałatka jarzynowa 120g (BIA, JAJ, SEL), Posiłek nocny: kanapka z białym serem i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2691.39 kcal; Białko ogółem: 132.11 g; Tłuszcz: 86.46 g; Węglowodany ogółem: 382.73 g; Witamina C: 323.88 mg; Wapń: 1314.45 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2476.61 ug; Błonnik pokarmowy: 43.42 g; suma cukrów prostych: 100.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.61 g; sól: 2253.14 mg;		

Dietetyk

.....