

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>środa 2025-02-05</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> ), Żurek 350ml ( <b>BIA, GLU, MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g , kielbasa drobiowa cienka 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), papryka świeża 60g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), kotlet mielony 100g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , buraczki 150g , 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> ), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , <b>Posilek nocny:</b> ciastka zbożowe 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2570.51 kcal; Białko ogółem: 82.67 g; Tłuszcz: 106.20 g; Węglowodany ogółem: 346.78 g; Witamina C: 263.04 mg; Wapń: 745.48 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1360.08 ug; Błonnik pokarmowy: 28.99 g; suma cukrów prostych: 68.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.08 g; sól: 2854.62 mg;		
<b>środa 2025-02-05</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> ), Żurek 350ml ( <b>BIA, GLU, MIĘ, DWU</b> ), kielbasa drobiowa cienka 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), pulpet drobiowy duszony 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , buraczki 150g , 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> ), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , <b>Posilek nocny:</b> ciastka zbożowe 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2281.57 kcal; Białko ogółem: 73.96 g; Tłuszcz: 73.14 g; Węglowodany ogółem: 356.51 g; Witamina C: 198.33 mg; Wapń: 634.42 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1125.45 ug; Błonnik pokarmowy: 29.28 g; suma cukrów prostych: 70.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.81 g; sól: 2532.55 mg;		
<b>środa 2025-02-05</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> ), Żurek 350ml ( <b>BIA, GLU, MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g , kielbasa drobiowa cienka 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), papryka świeża 60g , <b>II Sniadanie:</b> kisiel z jabłkiem b/c 200g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), pulpet drobiowy duszony 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , buraczki 150g , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</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> ), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , <b>Posilek nocny:</b> kanapka z wędliną i pomidorem 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2190.26 kcal; Białko ogółem: 80.18 g; Tłuszcz: 71.78 g; Węglowodany ogółem: 339.87 g; Witamina C: 270.25 mg; Wapń: 799.88 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1350.05 ug; Błonnik pokarmowy: 38.18 g; suma cukrów prostych: 59.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.76 g; sól: 2598.35 mg;		

Dietetyk

.....