

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-02-22</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 ryżem 350ml ( <b>BIA</b> ), ogórek kiszony 125g , Salceson 50g ( <b>MIE, DWU</b> ),	Żurek 350ml ( <b>BIA, GLU, MIE, DWU</b> ), makaron razowy z sosem bolońskim i warzywami 300g ( <b>GLU, JAJ, MIE, SEL, DWU</b> ), herbata ziołowa 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), kiełbasa szynkowa 50g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), banan 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2469.10 kcal; Białko ogółem: 90.08 g; Tłuszcz: 84.91 g; Węglowodany ogółem: 359.92 g; Witamina C: 136.52 mg; Wapń: 1192.20 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2969.74 ug; Błonnik pokarmowy: 29.54 g; suma cukrów prostych: 71.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.74 g; sól: 2833.32 mg;		
<b>sobota 2025-02-22</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
ogórek kiszony bez skóry 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), zupa mleczna z ryżem 350ml ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIE, DWU</b> ),	Żurek 350ml ( <b>BIA, GLU, MIE, DWU</b> ), makaron z mięsem i warzywami 300g ( <b>SEL</b> ), herbata ziołowa 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), kiełbasa szynkowa 50g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), banan 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2390.37 kcal; Białko ogółem: 84.76 g; Tłuszcz: 85.34 g; Węglowodany ogółem: 344.03 g; Witamina C: 175.45 mg; Wapń: 1073.53 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1987.81 ug; Błonnik pokarmowy: 28.50 g; suma cukrów prostych: 69.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.86 g; sól: 2334.88 mg;		
<b>sobota 2025-02-22</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 ryżem 350ml ( <b>BIA</b> ), ogórek kiszony 125g , szynka drobiowa 50g ( <b>MIE, DWU</b> ), <b>II Sniadanie:</b> ciasto bez cukru 80g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	Żurek 350ml ( <b>BIA, GLU, MIE, DWU</b> ), makaron z mięsem i warzywami 300g ( <b>SEL</b> ), herbata ziołowa 250ml , <b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), kiełbasa szynkowa 50g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z pastą jajeczną i sałatą 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2521.23 kcal; Białko ogółem: 96.93 g; Tłuszcz: 85.67 g; Węglowodany ogółem: 373.82 g; Witamina C: 262.46 mg; Wapń: 1138.29 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2124.25 ug; Błonnik pokarmowy: 40.39 g; suma cukrów prostych: 86.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.21 g; sól: 2399.17 mg;		

Dietetyk

.....