

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-28		
Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (BIA), Pomidor 100g , jajko gotowane 1szt (JAJ), sałata 25g , dżem 30g ,	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), Ryba panierowana 100g (GLU, JAJ, RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , kapusta kiszona zasmażana 150g (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), twarożek 50g (BIA), masło 15g (BIA), Pomidor 60g , zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ), papryka świeża 60g , Posiłek nocny: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2415.72 kcal; Białko ogółem: 105.60 g; Tłuszcz: 79.80 g; Węglowodany ogółem: 341.14 g; Witamina C: 199.59 mg; Wapń: 1122.58 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1958.51 ug; Błonnik pokarmowy: 26.11 g; suma cukrów prostych: 70.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.65 g; sól: 2396.03 mg;		
piątek 2025-02-28		
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 kaszą jaglaną 350ml (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), sałata 25g , dżem 30g ,	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), Ryba gotowana 100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , fasolka szparagowa z wody 150g , sos pietruszkowy 60ml (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), twarożek 50g (BIA), masło 15g (BIA), pomidor bez skóry 125g , zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2197.24 kcal; Białko ogółem: 104.53 g; Tłuszcz: 66.97 g; Węglowodany ogółem: 317.43 g; Witamina C: 142.80 mg; Wapń: 1139.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1540.43 ug; Błonnik pokarmowy: 27.04 g; suma cukrów prostych: 65.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.62 g; sól: 2318.19 mg;		
piątek 2025-02-28		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (BIA), Pomidor 100g , jajko gotowane 1szt (JAJ), sałata 25g , II Śniadanie: kisiel z jabłkiem b/c 200g ,	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), Ryba gotowana 100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , fasolka szparagowa z wody 150g , sos pietruszkowy 60ml (GLU), Podwieczorek: ciasto bez cukru 80g (GLU, JAJ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), twarożek 50g (BIA), masło 15g (BIA), Pomidor 60g , zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ), papryka świeża 60g , Posiłek nocny: kanapka z białym serem i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2308.39 kcal; Białko ogółem: 113.28 g; Tłuszcz: 66.92 g; Węglowodany ogółem: 345.31 g; Witamina C: 210.69 mg; Wapń: 1152.19 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1888.37 ug; Błonnik pokarmowy: 36.63 g; suma cukrów prostych: 87.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.98 g; sól: 2389.25 mg;		

Dietetyk

.....