

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-03-03</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 zacierką 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), Pomidor 60g , jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), ogórek kiszony 60g , szynka drobiowa 20g ( <b>MIĘ, DWU</b> ),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), filet z kurczaka w ziołach 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , Surówka z kapusty modrej 150g ( <b>JAJ</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), polędwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), banan 150g 1szt , zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> baton musli 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2462.59 kcal; Białko ogółem: 108.43 g; Tłuszcz: 81.34 g; Węglowodany ogółem: 343.26 g; Witamina C: 171.66 mg; Wapń: 1162.90 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1350.32 ug; Błonnik pokarmowy: 26.12 g; suma cukrów prostych: 89.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.45 g; sól: 2142.73 mg;		
<b>poniedziałek 2025-03-03</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> ), zupa mleczna z zacierką 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), szynka drobiowa 20g ( <b>MIĘ, DWU</b> ),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), filet z kurczaka duszony 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos pietruszkowy 60ml ( <b>GLU</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), polędwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), banan 150g 1szt , zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> baton musli 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2415.61 kcal; Białko ogółem: 109.06 g; Tłuszcz: 77.30 g; Węglowodany ogółem: 341.84 g; Witamina C: 152.29 mg; Wapń: 1149.59 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2176.52 ug; Błonnik pokarmowy: 27.91 g; suma cukrów prostych: 84.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.18 g; sól: 1777.03 mg;		
<b>poniedziałek 2025-03-03</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 zacierką 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), Pomidor 60g , jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), ogórek kiszony 60g , szynka drobiowa 20g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), <b>II Śniadanie:</b> kisiel z jabłkiem b/c 200g ,	Barszcz czerwony z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), filet z kurczaka duszony 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos pietruszkowy 60ml ( <b>GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> jabłko 150g 1szt ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), polędwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2352.61 kcal; Białko ogółem: 112.70 g; Tłuszcz: 74.64 g; Węglowodany ogółem: 340.37 g; Witamina C: 235.48 mg; Wapń: 1204.27 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2203.88 ug; Błonnik pokarmowy: 40.39 g; suma cukrów prostych: 76.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.55 g; sól: 2192.78 mg;		

Dietetyk

.....