

**Jadłospis dla oddziałów**

<b>Oddział: Szpital Radziejów</b>		
<b>Śniadanie II Śniadanie</b>	<b>Obiad Podwieczorek</b>	<b>Kolacja Posiłek nocny</b>
<b>środa 2025-03-05</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> ), zupa mleczna kukurydzianka 350ml ( <b>BIA</b> ), rzodkiewka 100g , twarożek z zieleniną 50g ( <b>BIA</b> ), sałata 25g ,	Zupa kalafiorowa z zacierką 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryba panierowana 100g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ), ryż na sypko 200g , kompot owocowy 250ml , surówka z kapusty kiszonej 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 125g , Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), dżem 30g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo warzywny 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2518.42 kcal; Białko ogółem: 98.11 g; Tłuszcz: 76.21 g; Węglowodany ogółem: 385.31 g; Witamina C: 150.84 mg; Wapń: 1106.10 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2719.42 ug; Błonnik pokarmowy: 29.06 g; suma cukrów prostych: 84.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.16 g; sól: 2063.30 mg;		
<b>środa 2025-03-05</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
pomidor bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), zupa mleczna kukurydzianka 350ml ( <b>BIA</b> ), twarożek z zieleniną 50g ( <b>BIA</b> ), sałata 25g ,	Zupa kalafiorowa z zacierką 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryba gotowana 100g ( <b>RYB</b> ), ryż na sypko 200g , kompot owocowy 250ml , fasolka szparagowa 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> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomidor bez skóry 125g , Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), dżem 30g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo warzywny 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2304.15 kcal; Białko ogółem: 98.01 g; Tłuszcz: 59.37 g; Węglowodany ogółem: 369.77 g; Witamina C: 157.82 mg; Wapń: 1104.11 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2613.17 ug; Błonnik pokarmowy: 29.20 g; suma cukrów prostych: 79.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.88 g; sól: 1951.62 mg;		
<b>środa 2025-03-05</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> ), zupa mleczna kukurydzianka 350ml ( <b>BIA</b> ), rzodkiewka 100g , twarożek z zieleniną 50g ( <b>BIA</b> ), sałata 25g , <b>II Śniadanie:</b> naleśniki z twarogiem 100g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),	Zupa kalafiorowa z zacierką 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryba gotowana 100g ( <b>RYB</b> ), ryż na sypko 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , fasolka szparagowa z wody 150g , sos pietruszkowy 60ml ( <b>GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> paluszki 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), jajko gotowane 2szt ( <b>JAJ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 125g , Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z pastą jajeczną i sałata 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2603.86 kcal; Białko ogółem: 126.10 g; Tłuszcz: 81.95 g; Węglowodany ogółem: 373.16 g; Witamina C: 109.61 mg; Wapń: 1239.42 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1582.10 ug; Błonnik pokarmowy: 36.78 g; suma cukrów prostych: 48.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.01 g; sól: 2530.56 mg;		

Dietetyk

.....