

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-03-08</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> ), ogórek kiszony 125g , poędwica droiowa z warzywami 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ),	Zupa jarzynowa 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), gulasz wieprzowy 160g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kasza jęczmienna na sypko 200g ( <b>GLU</b> ), herbata ziołowa 250ml , buraczki 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), Kurczak w galarecie 50g ( <b>MIĘ, SEL</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> baton mussli 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2528.17 kcal; Białko ogółem: 103.88 g; Tłuszcz: 81.37 g; Węglowodany ogółem: 368.85 g; Witamina C: 91.49 mg; Wapń: 1140.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2066.65 ug; Błonnik pokarmowy: 30.17 g; suma cukrów prostych: 80.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.16 g; sól: 2527.11 mg;		
<b>sobota 2025-03-08</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 zacierką 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), poędwica droiowa z warzywami 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ),	Zupa jarzynowa 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), gulasz wieprzowy 160g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kasza jęczmienna na sypko 200g ( <b>GLU</b> ), herbata ziołowa 250ml , buraczki 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), Kurczak w galarecie 50g ( <b>MIĘ, SEL</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), jabłko gotowane 150g 1szt , zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> baton mussli 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2528.17 kcal; Białko ogółem: 103.88 g; Tłuszcz: 81.37 g; Węglowodany ogółem: 368.85 g; Witamina C: 91.49 mg; Wapń: 1140.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2066.65 ug; Błonnik pokarmowy: 30.17 g; suma cukrów prostych: 80.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.16 g; sól: 2527.11 mg;		
<b>sobota 2025-03-08</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> ), ogórek kiszony 125g , poędwica droiowa z warzywami 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), <b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 200ml ,	Zupa jarzynowa 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), gulasz wieprzowy 160g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kasza jęczmienna na sypko 200g ( <b>GLU</b> ), herbata ziołowa 250ml , buraczki 150g , <b>Podwieczorek:</b> mus wielowarzywny 100g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Kurczak w galarecie 50g ( <b>MIĘ, SEL</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z pastą jajeczną i sałatą 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2445.47 kcal; Białko ogółem: 113.80 g; Tłuszcz: 79.20 g; Węglowodany ogółem: 361.68 g; Witamina C: 243.85 mg; Wapń: 1247.80 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3683.33 ug; Błonnik pokarmowy: 48.93 g; suma cukrów prostych: 62.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.79 g; sól: 2969.12 mg;		

Dietetyk

.....