

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-03-14 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), Pomidor 125g , jajecznica na parze 70g (JAJ),	Krupnik 350ml (GLU, SEL), Ryba panierowana 100g (GLU, JAJ, RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , Surówka z kapusty modrej 150g (JAJ), sos potrawkowy 60ml (BIA, GLU, SEL),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), twarogzek z zieleniną 50g (BIA), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: Sok owocowo warzywny 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2393.71 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Tłuszcz: 78.83 g; Węglowodany ogółem: 348.19 g; Witamina C: 224.15 mg; Wapń: 937.59 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2164.97 ug; Błonnik pokarmowy: 31.77 g; suma cukrów prostych: 73.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.74 g; sól: 1764.98 mg;		
piątek 2025-03-14 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
pomidor bez skóry 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), jajecznica na parze 70g (JAJ),	Krupnik 350ml (GLU, SEL), Ryba gotowana 100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , sos warzywny 150ml (GLU, SEL),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), twarogzek z zieleniną 50g (BIA), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , Posiłek nocny: Sok owocowo warzywny 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2203.84 kcal; Białko ogółem: 100.94 g; Tłuszcz: 62.40 g; Węglowodany ogółem: 341.88 g; Witamina C: 188.97 mg; Wapń: 940.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3145.98 ug; Błonnik pokarmowy: 36.19 g; suma cukrów prostych: 73.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.49 g; sól: 2055.59 mg;		
piątek 2025-03-14 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), Pomidor 125g , jajecznica na parze 70g (JAJ), II Śniadanie: kisiel z jabłkiem b/c 200g ,	Krupnik 350ml (GLU, SEL), Ryba gotowana 100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , sos warzywny 150ml (GLU, SEL), Podwieczorek: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), twarogzek z zieleniną 50g (BIA), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: kanapka z pastą jajeczną i sałata 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2283.62 kcal; Białko ogółem: 106.27 g; Tłuszcz: 74.31 g; Węglowodany ogółem: 336.85 g; Witamina C: 164.07 mg; Wapń: 976.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2428.55 ug; Błonnik pokarmowy: 43.35 g; suma cukrów prostych: 68.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.15 g; sól: 2092.54 mg;		

Dietetyk

.....