

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-03-16</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> ), papryka świeża 110g , kielbasa drobiowa cienka 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), cytryna 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350g ( <b>BIA, SEL, DWU</b> ), kotlet mielony 100g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , surówka z kapusty białej 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), filet zapiekany 50g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), ogórek kiszony 125g , <b>Posiłek nocny:</b> baton mussli 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2462.57 kcal; Białko ogółem: 96.65 g; Tłuszcz: 100.71 g; Węglowodany ogółem: 316.90 g; Witamina C: 341.85 mg; Wapń: 1004.36 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1937.91 ug; Błonnik pokarmowy: 27.34 g; suma cukrów prostych: 65.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.79 g; sól: 2861.71 mg;		
<b>niedziela 2025-03-16</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
pomidor bez skóry 110g , 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> ), kielbasa drobiowa cienka 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), cytryna 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350g ( <b>BIA, SEL, DWU</b> ), rolada mielona 100g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , kalafior z marchewką 150g , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), filet zapiekany 50g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), ogórek kiszony bez skóry 125g , <b>Posiłek nocny:</b> baton mussli 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2392.91 kcal; Białko ogółem: 96.75 g; Tłuszcz: 91.34 g; Węglowodany ogółem: 320.25 g; Witamina C: 240.27 mg; Wapń: 949.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1827.82 ug; Błonnik pokarmowy: 27.54 g; suma cukrów prostych: 62.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.06 g; sól: 2901.35 mg;		
<b>niedziela 2025-03-16</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> ), papryka świeża 110g , kielbasa drobiowa cienka 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), cytryna 10g , <b>II Śniadanie:</b> manna bez soku 200g ( <b>BIA, GLU</b> ),	Zupa pomidorowa z ryżem 350g ( <b>BIA, SEL, DWU</b> ), rolada mielona 100g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , surówka z kapusty białej bez cukru 150g , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 200ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), filet zapiekany 50g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), ogórek kiszony 125g , <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z białym serem i sałatą 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2447.10 kcal; Białko ogółem: 107.58 g; Tłuszcz: 96.78 g; Węglowodany ogółem: 321.38 g; Witamina C: 409.88 mg; Wapń: 1225.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2166.95 ug; Błonnik pokarmowy: 38.19 g; suma cukrów prostych: 52.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.07 g; sól: 3319.39 mg;		

Dietetyk

.....