

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Radziejów   |   |   |
|--|---|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>poniedziałek 2025-03-17</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 makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), Pomidor 60g , jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), szynka drobiowa 20g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ogórek zielony 60g ,                                      | Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), łazanki z kapustą kiszoną i pieczarkami 250g ( <b>SEL</b> ), herbata ziołowa 250ml ,  | 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> ), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , zupa mleczna z zacierką 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>baton musli 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2350.21 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz: 73.02 g; Węglowodany ogółem: 347.50 g; Witamina C: 148.97 mg; Wapń: 1228.22 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1593.74 ug; Błonnik pokarmowy: 23.17 g; suma cukrów prostych: 75.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.97 g; sól: 2096.25 mg;  |   |   |
| <b>poniedziałek 2025-03-17</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 makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), szynka drobiowa 20g ( <b>MIĘ, DWU</b> ),  | Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), łazanki z mięsem i warzywami 250g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ, SEL</b> ), herbata ziołowa 250ml ,  | 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> ), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , zupa mleczna z zacierką 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>baton musli 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2311.75 kcal; Białko ogółem: 94.05 g; Tłuszcz: 81.37 g; Węglowodany ogółem: 316.40 g; Witamina C: 156.35 mg; Wapń: 1213.46 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1677.61 ug; Błonnik pokarmowy: 22.11 g; suma cukrów prostych: 74.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.96 g; sól: 1980.07 mg;  |   |   |
| <b>poniedziałek 2025-03-17</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 makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), Pomidor 60g , jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), szynka drobiowa 20g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ogórek zielony 60g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>budyń bez soku 200ml ( <b>BIA</b> ), | Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), łazanki z mięsem i warzywami 250g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ, SEL</b> ), herbata ziołowa 250ml ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>ciasto bez cukru 80g ( <b>GLU, JAJ</b> ), | 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 zacierką 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2502.94 kcal; Białko ogółem: 107.36 g; Tłuszcz: 83.94 g; Węglowodany ogółem: 352.62 g; Witamina C: 149.77 mg; Wapń: 1399.43 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1790.47 ug; Błonnik pokarmowy: 30.37 g; suma cukrów prostych: 98.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.99 g; sól: 2104.30 mg; |   |   |

Dietetyk

.....