**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital Radziejów

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **wtorek 2025-03-25** | **Dieta: PODSTAWOWA (1)** | |
| herbata z cukrem 250ml , masło 15g (***BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (***GLU, JAJ, ZIA***), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (***BIA, GLU***), ogórek konserwowy 125g (***GOR***), kiełbasa krakowska 30g (***MIĘ***), ser żółty 20g (***BIA***), | Rosół z kaszką manną 350ml (***GLU, SEL***), kotlet mielony 100g (***GLU, JAJ, MIĘ***), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , surówka z marchwi i jabłka 150g , | kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (***GLU, JAJ, ZIA***), polędwica drobiowa 50g (***MIĘ, DWU***), masło 15g (***BIA***), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt owocowy 1szt (***BIA***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2331.17 kcal; Białko ogółem: 94.60 g; Tłuszcz: 90.01 g; Węglowodany ogółem: 307.83 g; Witamina C: 181.61 mg; Wapń: 1074.51 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2843.25 ug; Błonnik pokarmowy: 27.75 g; suma cukrów prostych: 69.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.92 g; sól: 2218.88 mg; | | |
| **wtorek 2025-03-25** | **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 kaszą jęczmienną 350ml (***BIA, GLU***), polędwica drobiowa 30g (***MIĘ, DWU***), Twaróg kostka 20g (***BIA***), | Rosół z kaszką manną 350ml (***GLU, SEL***), kotlet mielony 100g (***GLU, JAJ, MIĘ***), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , | kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (***GLU, JAJ, ZIA***), polędwica drobiowa 50g (***MIĘ, DWU***), masło 15g (***BIA***), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt owocowy 1szt (***BIA***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2161.90 kcal; Białko ogółem: 93.51 g; Tłuszcz: 74.51 g; Węglowodany ogółem: 300.23 g; Witamina C: 235.18 mg; Wapń: 1000.08 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1901.49 ug; Błonnik pokarmowy: 28.23 g; suma cukrów prostych: 61.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.41 g; sól: 1592.65 mg; | | |
| **wtorek 2025-03-25** | **Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)** | |
| herbata b/c 250ml , masło 15g (***BIA***), pieczywo razowe 100g (***GLU, JAJ***), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (***BIA, GLU***), ogórek konserwowy 125g (***GOR***), polędwica drobiowa 30g (***MIĘ, DWU***), Twaróg kostka 20g (***BIA***),<br>**II Śniadanie:**<br>budyń bez soku 200ml (***BIA***), | Rosół z kaszką manną 350ml (***GLU, SEL***), kotlet mielony 100g (***GLU, JAJ, MIĘ***), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g ,<br>**Podwieczorek:**<br>ciasto bez cukru 80g (***GLU, JAJ***), | kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), pieczywo razowe 120g (***GLU, JAJ***), polędwica drobiowa 50g (***MIĘ, DWU***), masło 15g (***BIA***), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt ,<br>**Posiłek nocny:**<br>kanapka z pastą jajeczną i sałatą 1szt (***BIA, GLU, JAJ***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2433.60 kcal; Białko ogółem: 104.62 g; Tłuszcz: 83.31 g; Węglowodany ogółem: 344.37 g; Witamina C: 205.02 mg; Wapń: 1091.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1940.77 ug; Błonnik pokarmowy: 35.68 g; suma cukrów prostych: 92.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.73 g; sól: 2122.42 mg; | | |

Dietetyk

.....



**Własność P.P.H.U. Eksport-Import "Martina". Wszelkie prawa zastrzeżone**