

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-03-27		
Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), ogórek kiszony 100g , pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (JAJ, RYB, SEL, DWU), sałata 25g ,	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), pieczeń wieprzowa 100g (MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , kapusta kiszona zasmażana 150g (GLU), sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2350.56 kcal; Białko ogółem: 101.79 g; Tłuszcz: 85.27 g; Węglowodany ogółem: 316.38 g; Witamina C: 116.61 mg; Wapń: 995.07 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1480.90 ug; Błonnik pokarmowy: 25.68 g; suma cukrów prostych: 64.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.20 g; sól: 2936.62 mg;		
czwartek 2025-03-27		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
ogórek kiszony bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (JAJ, RYB, SEL, DWU), sałata 25g ,	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), Rolada drobiowa duszona 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2139.36 kcal; Białko ogółem: 95.05 g; Tłuszcz: 68.71 g; Węglowodany ogółem: 308.66 g; Witamina C: 136.85 mg; Wapń: 1005.45 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2341.48 ug; Błonnik pokarmowy: 27.48 g; suma cukrów prostych: 59.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.26 g; sól: 3014.02 mg;		
czwartek 2025-03-27		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), ogórek kiszony 100g , pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (JAJ, RYB, SEL, DWU), sałata 25g , II Śniadanie: kisiel z jabłkiem b/c 200g ,	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), Rolada drobiowa duszona 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU), Podwieczorek: paluszki 50g (GLU, JAJ, OZI),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2282.37 kcal; Białko ogółem: 100.38 g; Tłuszcz: 74.02 g; Węglowodany ogółem: 335.94 g; Witamina C: 131.68 mg; Wapń: 918.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2379.37 ug; Błonnik pokarmowy: 36.45 g; suma cukrów prostych: 54.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.43 g; sól: 3517.84 mg;		

Dietetyk

.....