

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-03-28</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 kaszą jęczmienną 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ), Pomidor 100g , twarożek z zieleniną 70g ( <b>BIA</b> ), sałata 25g ,	Krupnik 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Kotlet z jaj 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , marchew gotowana 150g ( <b>DWU</b> ), sos musztardowy 60ml ( <b>GLU, DWU</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), ser topiony 50g ( <b>BIA</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), papryka konserwowa 125g , zupa mleczna z zacierką 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2507.06 kcal; Białko ogółem: 114.62 g; Tłuszcz: 91.02 g; Węglowodany ogółem: 343.97 g; Witamina C: 292.91 mg; Wapń: 1529.24 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 6260.82 ug; Błonnik pokarmowy: 39.76 g; suma cukrów prostych: 67.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.73 g; sól: 2733.08 mg;		
<b>piątek 2025-03-28</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
pomidor bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ), twarożek z zieleniną 70g ( <b>BIA</b> ), sałata 25g ,	Krupnik 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Kotlet z jaj 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , marchew gotowana 150g ( <b>DWU</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), Twaróg kostka 50g ( <b>BIA</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomidor bez skóry 125g , zupa mleczna z zacierką 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2374.84 kcal; Białko ogółem: 114.68 g; Tłuszcz: 78.62 g; Węglowodany ogółem: 337.48 g; Witamina C: 227.57 mg; Wapń: 1397.27 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 6170.68 ug; Błonnik pokarmowy: 38.77 g; suma cukrów prostych: 67.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.37 g; sól: 1975.84 mg;		
<b>piątek 2025-03-28</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 kaszą jęczmienną 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ), Pomidor 100g , twarożek z zieleniną 70g ( <b>BIA</b> ), sałata 25g , <b>II Śniadanie:</b> budyń bez soku 200ml ( <b>BIA</b> ),	Krupnik 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Kotlet z jaj 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos musztardowy 60ml ( <b>GLU, DWU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> ciasto bez cukru 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Twaróg kostka 50g ( <b>BIA</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 125g , zupa mleczna z zacierką 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z pastą jajeczną i sałata 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2703.46 kcal; Białko ogółem: 127.35 g; Tłuszcz: 89.63 g; Węglowodany ogółem: 379.96 g; Witamina C: 175.87 mg; Wapń: 1507.24 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2763.76 ug; Błonnik pokarmowy: 37.03 g; suma cukrów prostych: 104.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.67 g; sól: 2051.56 mg;		

Dietetyk

.....