

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-07-22 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), ser żółty 20g (BIA), kielbasa krakowska 30g (MIĘ),	Ziemniaczanka 350ml (GLU, SEL), kotlet siekany z kurczaka z warzywami 100g (GLU, JAJ), kasza bulgur 200g (GLU), herbata ziołowa 250ml , buraczki 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), banan 150g 1szt , Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2474.31 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 81.28 g; Węglowodany ogółem: 355.38 g; Witamina C: 67.91 mg; Wapń: 1027.29 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 931.18 ug; Błonnik pokarmowy: 24.71 g; suma cukrów prostych: 80.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.36 g; sól: 2294.02 mg;		
wtorek 2025-07-22 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
ogórek kiszony 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), Twaróg kostka 20g (BIA), polędwica drobiowa 30g (MIĘ, DWU),	Ziemniaczanka 350ml (GLU, SEL), kotlet siekany z kurczaka z warzywami 100g (GLU, JAJ), kasza bulgur 200g (GLU), herbata ziołowa 250ml , buraczki 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), banan 150g 1szt , Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2380.97 kcal; Białko ogółem: 96.44 g; Tłuszcz: 72.82 g; Węglowodany ogółem: 351.99 g; Witamina C: 70.55 mg; Wapń: 954.75 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 899.22 ug; Błonnik pokarmowy: 25.05 g; suma cukrów prostych: 75.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.32 g; sól: 2484.91 mg;		
wtorek 2025-07-22 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), Twaróg kostka 20g (BIA), polędwica drobiowa 30g (MIĘ, DWU), II Śniadanie: budyń bez soku 200ml (BIA),	Ziemniaczanka 350ml (GLU, SEL), kotlet siekany z kurczaka z warzywami 100g (GLU, JAJ), kasza bulgur 200g (GLU), herbata ziołowa 250ml , buraczki 150g , Podwieczorek: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , Posiłek nocny: kanapka z pastą jajeczną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2542.33 kcal; Białko ogółem: 106.50 g; Tłuszcz: 83.37 g; Węglowodany ogółem: 371.28 g; Witamina C: 141.42 mg; Wapń: 1084.91 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1043.63 ug; Błonnik pokarmowy: 37.87 g; suma cukrów prostych: 71.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.27 g; sól: 2431.53 mg;		

Dietetyk

.....