

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-09-21 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 konserwowy 125g (GOR), polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU),	Krupnik 350ml (GLU, SEL), stek z indyka 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), Arbuz 150g , Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2422.55 kcal; Białko ogółem: 106.13 g; Tłuszcz: 81.92 g; Węglowodany ogółem: 342.85 g; Witamina C: 212.44 mg; Wapń: 1189.45 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3171.41 ug; Błonnik pokarmowy: 33.28 g; suma cukrów prostych: 70.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.70 g; sól: 2190.58 mg;		
niedziela 2025-09-21 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 makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU),	Krupnik 350ml (GLU, SEL), filet z kurczaka duszony 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), Arbuz 150g , Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2262.53 kcal; Białko ogółem: 110.68 g; Tłuszcz: 65.18 g; Węglowodany ogółem: 336.21 g; Witamina C: 235.86 mg; Wapń: 1180.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3230.31 ug; Błonnik pokarmowy: 33.98 g; suma cukrów prostych: 64.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.79 g; sól: 1773.43 mg;		
niedziela 2025-09-21 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 konserwowy 125g (GOR), polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), II Śniadanie: kefir 150ml (BIA),	Krupnik 350ml (GLU, SEL), filet z kurczaka duszony 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , Podwieczorek: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), Arbuz 150g , Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: kanapka z białym serem i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2375.74 kcal; Białko ogółem: 113.93 g; Tłuszcz: 78.25 g; Węglowodany ogółem: 331.27 g; Witamina C: 128.32 mg; Wapń: 1258.40 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1869.05 ug; Błonnik pokarmowy: 32.75 g; suma cukrów prostych: 79.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.91 g; sól: 2216.94 mg;		

Dietetyk

.....