

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-09-25 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z ryżem 350ml (BIA), ogórek kiszony 100g , szynka drobiowa 20g (MIĘ, DWU), jajko gotowane 1szt (JAJ), sałata 25g ,	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), filet z kurczaka w ziołach 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , kapusta kiszona zasmażana 150g (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), banan 150g 1szt , zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (BIA), Posiłek nocny: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2430.97 kcal; Białko ogółem: 102.21 g; Tłuszcz: 72.81 g; Węglowodany ogółem: 359.76 g; Witamina C: 88.89 mg; Wapń: 951.07 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1422.33 ug; Błonnik pokarmowy: 23.56 g; suma cukrów prostych: 86.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.89 g; sól: 2910.82 mg;		
czwartek 2025-09-25 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 ryżem 350ml (BIA), szynka drobiowa 20g (MIĘ, DWU), jajko gotowane 1szt (JAJ), sałata 25g ,	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), filet z kurczaka duszony 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos pietruszkowy 60ml (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet z kurczaka duszony 50g , masło 15g (BIA), banan 150g 1szt , zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (BIA), Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2277.86 kcal; Białko ogółem: 104.88 g; Tłuszcz: 66.88 g; Węglowodany ogółem: 334.30 g; Witamina C: 114.28 mg; Wapń: 1100.69 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1920.39 ug; Błonnik pokarmowy: 24.94 g; suma cukrów prostych: 70.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.26 g; sól: 2679.45 mg;		
czwartek 2025-09-25 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z ryżem 350ml (BIA), ogórek kiszony 100g , szynka drobiowa 20g (MIĘ, DWU), sałata 25g , jajko gotowane 1szt (JAJ), II Śniadanie: maślanka 200g (BIA),	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), filet z kurczaka duszony 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos pietruszkowy 60ml (GLU), Podwieczorek: baton musli 1szt (BIA, GLU, SEZ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (BIA), Posiłek nocny: kanapka z białym serem i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2338.57 kcal; Białko ogółem: 113.40 g; Tłuszcz: 77.99 g; Węglowodany ogółem: 325.52 g; Witamina C: 193.19 mg; Wapń: 1249.01 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2005.03 ug; Błonnik pokarmowy: 34.92 g; suma cukrów prostych: 65.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.37 g; sól: 2819.18 mg;		

Dietetyk

.....