Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-09-26	**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***), Pomidor 100g , twarożek z zieleniną 70g (***BIA***), sałata 25g ,	Zupa jarzynowa 350ml (***GLU, SEL***), Ryba gotowana 100g (***RYB***), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , sos grecki 150ml (***GLU, SEL, DWU***), sos cytrynowy 60ml (***GLU***),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (***GLU, JAJ, ZIA***), ser topiony 50g (***BIA***), masło 15g (***BIA***), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna kukurydzianka 250ml (***BIA***), **Posiłek nocny:** jogurt naturalny 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2234.10 kcal; Białko ogółem: 100.38 g; Tłuszcz: 68.03 g; Węglowodany ogółem: 329.83 g; Witamina C: 127.93 mg; Wapń: 1349.83 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2303.04 ug; Błonnik pokarmowy: 27.68 g; suma cukrów prostych: 68.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.47 g; sól: 2340.93 mg;		
piątek 2025-09-26	**Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)**	
pomidor bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (***BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (***GLU, JAJ, ZIA***), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (***BIA, GLU***), twarożek z zieleniną 70g (***BIA***), sałata 25g ,	Zupa jarzynowa 350ml (***GLU, SEL***), Ryba gotowana 100g (***RYB***), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , sos grecki 150ml (***GLU, SEL, DWU***), sos cytrynowy 60ml (***GLU***),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (***GLU, JAJ, ZIA***), Twaróg kostka 50g (***BIA***), masło 15g (***BIA***), jabłko gotowane 150g 1szt , zupa mleczna kukurydzianka 250ml (***BIA***), **Posiłek nocny:** jogurt naturalny 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2154.76 kcal; Białko ogółem: 101.49 g; Tłuszcz: 57.84 g; Węglowodany ogółem: 331.28 g; Witamina C: 128.07 mg; Wapń: 1234.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2242.16 ug; Błonnik pokarmowy: 27.68 g; suma cukrów prostych: 69.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.44 g; sól: 1984.26 mg;		
piątek 2025-09-26	**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***), Pomidor 100g , twarożek z zieleniną 70g (***BIA***), sałata 25g , **II Śniadanie:** kisiel z jabłkiem b/c 200g ,	Zupa jarzynowa 350ml (***GLU, SEL***), Ryba gotowana 100g (***RYB***), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , sos grecki 150ml (***GLU, SEL, DWU***), sos cytrynowy 60ml (***GLU***), **Podwieczorek:** mus wielowarzywny 100g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), pieczywo razowe 120g (***GLU, JAJ***), Twaróg kostka 50g (***BIA***), masło 15g (***BIA***), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna kukurydzianka 250ml (***BIA***), **Posiłek nocny:** kanapka z pastą jajeczną i sałatą 1szt (***BIA, GLU, JAJ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2199.37 kcal; Białko ogółem: 107.91 g; Tłuszcz: 61.24 g; Węglowodany ogółem: 345.05 g; Witamina C: 216.56 mg; Wapń: 1208.92 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3672.50 ug; Błonnik pokarmowy: 45.17 g; suma cukrów prostych: 68.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.04 g; sól: 2081.88 mg;		

Dietetyk

.....

Własność P.P.H.U. Eksport-Import "Martina". Wszelkie prawa zastrzeżone