

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-09-29 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA), ogórek kiszony 125g , pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (JAJ, RYB, SEL, DWU),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), kaszanka z cebulką 100g (MIĘ, DWU), 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), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), banan 150g 1szt , zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2356.08 kcal; Białko ogółem: 101.55 g; Tłuszcz: 80.84 g; Węglowodany ogółem: 328.18 g; Witamina C: 122.40 mg; Wapń: 1250.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2157.26 ug; Błonnik pokarmowy: 27.70 g; suma cukrów prostych: 80.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.89 g; sól: 3501.67 mg;		
poniedziałek 2025-09-29 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 kukurydzianka 350ml (BIA), pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (JAJ, RYB, SEL, DWU),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), parówka 100g (GLU, MIĘ, DWU), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos pomidorowy 60ml (GLU, DWU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), banan 150g 1szt , zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2453.79 kcal; Białko ogółem: 102.02 g; Tłuszcz: 95.99 g; Węglowodany ogółem: 317.49 g; Witamina C: 123.99 mg; Wapń: 1235.73 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2212.61 ug; Błonnik pokarmowy: 26.48 g; suma cukrów prostych: 79.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.68 g; sól: 3326.14 mg;		
poniedziałek 2025-09-29 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA), ogórek kiszony 125g , pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (JAJ, RYB, SEL, DWU), II Śniadanie: budyń bez soku 200ml (BIA),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), parówka 100g (GLU, MIĘ, DWU), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos pomidorowy 60ml (GLU, DWU), Podwieczorek: sok pomidorowy 200ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: kanapka z pastą jajeczną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2475.25 kcal; Białko ogółem: 109.14 g; Tłuszcz: 101.83 g; Węglowodany ogółem: 313.77 g; Witamina C: 269.98 mg; Wapń: 1345.52 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2491.88 ug; Błonnik pokarmowy: 38.31 g; suma cukrów prostych: 71.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.86 g; sól: 3748.58 mg;		

Dietetyk

.....