

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-10-02 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z kaszką manną 350ml (BIA, GLU), ogórek kiszony 100g , ser żółty 30g (BIA), sałata 25g , dżem 20g ,	Krupnik 350ml (GLU, SEL), roladka ze szpinakiem 100g (MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , sałatka z ogórka kiszzonego 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2331.02 kcal; Białko ogółem: 100.68 g; Tłuszcz: 69.90 g; Węglowodany ogółem: 343.53 g; Witamina C: 131.04 mg; Wapń: 1267.30 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1476.73 ug; Błonnik pokarmowy: 26.08 g; suma cukrów prostych: 77.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.36 g; sól: 3528.90 mg;		
czwartek 2025-10-02 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 kaszką manną 350ml (BIA, GLU), Twaróg kostka 30g (BIA), sałata 25g , dżem 20g ,	Krupnik 350ml (GLU, SEL), roladka ze szpinakiem 100g (MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2187.13 kcal; Białko ogółem: 98.76 g; Tłuszcz: 58.10 g; Węglowodany ogółem: 338.63 g; Witamina C: 163.13 mg; Wapń: 1161.43 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1909.41 ug; Błonnik pokarmowy: 28.96 g; suma cukrów prostych: 67.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.22 g; sól: 2578.66 mg;		
czwartek 2025-10-02 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z kaszką manną 350ml (BIA, GLU), ogórek kiszony 100g , Twaróg kostka 30g (BIA), sałata 25g , polędwica drobiowa 20g (MIĘ, DWU), II Śniadanie: mus wielowarzywny 100g ,	Krupnik 350ml (GLU, SEL), roladka ze szpinakiem 100g (MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU), Podwieczorek: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: kanapka z wędliną i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2313.37 kcal; Białko ogółem: 109.87 g; Tłuszcz: 69.90 g; Węglowodany ogółem: 349.11 g; Witamina C: 244.01 mg; Wapń: 1176.49 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3407.25 ug; Błonnik pokarmowy: 46.08 g; suma cukrów prostych: 68.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.79 g; sól: 2671.86 mg;		

Dietetyk

.....