Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-10-10	**Dieta: PODSTAWOWA (1)**	
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (***BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (***GLU, JAJ, ZIA***), zupa mleczna kukurydzianka 350ml (***BIA***), papryka świeża 60g , jajko gotowane 1szt (***JAJ***), ogórek konserwowy 60g (***GOR***), dżem 20g ,	Zupa jarzynowa 350ml (***GLU, SEL***), Ryba panierowana 100g (***GLU, JAJ, RYB***), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , fasolka szparagowa z wody 150g , sos pietruszkowy 60ml (***GLU***),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (***GLU, JAJ, ZIA***), sałatka z tuńczyka 50g (***JAJ, GOR***), masło 15g (***BIA***), banan 150g 1szt , zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml (***BIA, GLU***), **Posiłek nocny:** baton mussli 1szt (***BIA, GLU, SEZ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2538.39 kcal; Białko ogółem: 104.35 g; Tłuszcz: 81.05 g; Węglowodany ogółem: 374.80 g; Witamina C: 201.83 mg; Wapń: 1085.67 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1637.96 ug; Błonnik pokarmowy: 30.87 g; suma cukrów prostych: 78.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.91 g; sól: 2065.16 mg;		
piątek 2025-10-10	**Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)**	
pomidor bez skóry 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (***BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (***GLU, JAJ, ZIA***), zupa mleczna kukurydzianka 350ml (***BIA***), jajko gotowane 1szt (***JAJ***), dżem 20g ,	Zupa jarzynowa 350ml (***GLU, SEL***), Ryba gotowana 100g (***RYB***), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , fasolka szparagowa z wody 150g , sos pietruszkowy 60ml (***GLU***),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (***GLU, JAJ, ZIA***), sałatka z tuńczyka 50g (***JAJ, GOR***), masło 15g (***BIA***), banan 150g 1szt , zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml (***BIA, GLU***), **Posiłek nocny:** baton mussli 1szt (***BIA, GLU, SEZ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2344.79 kcal; Białko ogółem: 102.49 g; Tłuszcz: 68.29 g; Węglowodany ogółem: 355.93 g; Witamina C: 149.16 mg; Wapń: 1073.05 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1421.56 ug; Błonnik pokarmowy: 30.03 g; suma cukrów prostych: 76.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.90 g; sól: 2059.86 mg;		
piątek 2025-10-10	**Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)**	
herbata b/c 250ml , masło 15g (***BIA***), pieczywo razowe 100g (***GLU, JAJ***), zupa mleczna kukurydzianka 350ml (***BIA***), papryka świeża 60g , jajko gotowane 1szt (***JAJ***), ogórek konserwowy 60g (***GOR***), Twaróg kostka 20g (***BIA***), **II Śniadanie:** budyń bez soku 200ml (***BIA***),	Zupa jarzynowa 350ml (***GLU, SEL***), Ryba gotowana 100g (***RYB***), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , fasolka szparagowa z wody 150g , sos pietruszkowy 60ml (***GLU***), **Podwieczorek:** sok pomidorowy 200ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), pieczywo razowe 120g (***GLU, JAJ***), sałatka z tuńczyka 50g (***JAJ, GOR***), masło 15g (***BIA***), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml (***BIA, GLU***), **Posiłek nocny:** kanapka z białym serem i sałatą 1szt (***BIA, GLU, JAJ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2299.24 kcal; Białko ogółem: 114.48 g; Tłuszcz: 69.15 g; Węglowodany ogółem: 341.81 g; Witamina C: 348.76 mg; Wapń: 1325.47 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1887.17 ug; Błonnik pokarmowy: 41.54 g; suma cukrów prostych: 68.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.49 g; sól: 2705.62 mg;		

Dietetyk

.....

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