

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-10-14 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU, JAJ), ogórek kiszony 100g , Salceson 50g (MIĘ, DWU), cytryna 25g ,	Kapuśniak z białej kapusty 350ml (GLU, SEL), Gulasz segetyński z warzywami 100g (GLU, SEL), kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU), herbata ziołowa 250ml , buraczki 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), sałatka z łososiem 50g (JAJ, GOR), masło 15g (BIA), banan 150g 1szt , Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2553.21 kcal; Białko ogółem: 95.30 g; Tłuszcz: 78.25 g; Węglowodany ogółem: 397.93 g; Witamina C: 320.52 mg; Wapń: 1208.14 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1625.90 ug; Błonnik pokarmowy: 36.51 g; suma cukrów prostych: 99.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.34 g; sól: 2872.44 mg;		
wtorek 2025-10-14 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 zacierką 350ml (BIA, GLU, JAJ), szynka wieprzowa 50g (BIA, GLU, JAJ, MIĘ, SOJ, SEL, GOR), cytryna 25g ,	Rosół z kaszką manną 350ml (GLU, SEL), Gulasz segetyński z warzywami 100g (GLU, SEL), kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU), herbata ziołowa 250ml , buraczki 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), sałatka z łososiem 50g (JAJ, GOR), masło 15g (BIA), banan 150g 1szt , Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2516.11 kcal; Białko ogółem: 105.76 g; Tłuszcz: 72.52 g; Węglowodany ogółem: 388.61 g; Witamina C: 294.27 mg; Wapń: 1176.94 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1705.50 ug; Błonnik pokarmowy: 34.21 g; suma cukrów prostych: 98.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.47 g; sól: 3224.69 mg;		
wtorek 2025-10-14 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU, JAJ), ogórek kiszony 100g , szynka wieprzowa 50g (BIA, GLU, JAJ, MIĘ, SOJ, SEL, GOR), cytryna 25g , II Śniadanie: mus wielowarzywny 100g ,	Kapuśniak z białej kapusty 350ml (GLU, SEL), Gulasz segetyński z warzywami 100g (GLU, SEL), kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU), herbata ziołowa 250ml , buraczki 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU), Podwieczorek: sok pomidorowy 200ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), sałatka z łososiem 50g (JAJ, GOR), masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , Posiłek nocny: kanapka z wędliną i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2445.63 kcal; Białko ogółem: 107.23 g; Tłuszcz: 72.51 g; Węglowodany ogółem: 392.08 g; Witamina C: 545.58 mg; Wapń: 1276.12 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3242.45 ug; Błonnik pokarmowy: 56.79 g; suma cukrów prostych: 77.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.19 g; sól: 3636.42 mg;		

Dietetyk

.....