

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-10-15Dieta: 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 , sałata 25g , ser żółty 30g (BIA), dżem 20g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), kotlet mielony 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , surówka z kapusty białej 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), polędwica droiowa z warzywami 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: baton mussli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2501.93 kcal; Białko ogółem: 92.42 g; Tłuszcz: 94.27 g; Węglowodany ogółem: 343.17 g; Witamina C: 147.90 mg; Wapń: 1313.29 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1306.79 ug; Błonnik pokarmowy: 27.23 g; suma cukrów prostych: 73.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.76 g; sól: 1830.71 mg;		
środa 2025-10-15Dieta: 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), sałata 25g , Twaróg kostka 30g (BIA), dżem 20g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), kotlet mielony 100g (GLU, JAJ, 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), polędwica droiowa z warzywami 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: baton mussli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2392.25 kcal; Białko ogółem: 89.81 g; Tłuszcz: 84.50 g; Węglowodany ogółem: 340.93 g; Witamina C: 144.40 mg; Wapń: 1159.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1926.04 ug; Błonnik pokarmowy: 28.08 g; suma cukrów prostych: 72.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.77 g; sól: 1627.48 mg;		
środa 2025-10-15Dieta: 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 , sałata 25g , Twaróg kostka 30g (BIA), polędwica drobiowa 20g (MIĘ, DWU), II Śniadanie: maślanka 200g (BIA),	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), kotlet mielony 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU), Podwieczorek: mus wielowarzywny 100g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), polędwica droiowa z warzywami 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: kanapka z pastą jajeczną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2338.18 kcal; Białko ogółem: 106.60 g; Tłuszcz: 83.12 g; Węglowodany ogółem: 329.47 g; Witamina C: 231.06 mg; Wapń: 1451.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3378.92 ug; Błonnik pokarmowy: 44.86 g; suma cukrów prostych: 64.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.92 g; sól: 1830.51 mg;		

Dietetyk

.....