

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-10-19 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), Pomidor 125g , szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ),	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), stek z indyka 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , kapusta kiszona zasmażana 150g (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet z kurczaka duszony 50g , masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (BIA), Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2422.30 kcal; Białko ogółem: 101.39 g; Tłuszcz: 89.31 g; Węglowodany ogółem: 326.48 g; Witamina C: 206.81 mg; Wapń: 1213.74 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1446.04 ug; Błonnik pokarmowy: 26.83 g; suma cukrów prostych: 76.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.35 g; sól: 2341.17 mg;		
niedziela 2025-10-19 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
pomidor bez skóry 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU, JAJ), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ),	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), kotlet na parze 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos pietruszkowy 60ml (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet z kurczaka duszony 50g , masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (BIA), Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2243.95 kcal; Białko ogółem: 106.13 g; Tłuszcz: 72.52 g; Węglowodany ogółem: 315.94 g; Witamina C: 230.76 mg; Wapń: 1211.21 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1948.78 ug; Błonnik pokarmowy: 28.14 g; suma cukrów prostych: 71.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.39 g; sól: 2107.78 mg;		
niedziela 2025-10-19 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), Pomidor 125g , szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml ,	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), kotlet na parze 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos pietruszkowy 60ml (GLU), Podwieczorek: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), filet z kurczaka duszony 50g , masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (BIA), Posiłek nocny: kanapka z pastą jajeczną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2335.48 kcal; Białko ogółem: 110.37 g; Tłuszcz: 83.66 g; Węglowodany ogółem: 320.25 g; Witamina C: 288.72 mg; Wapń: 1136.06 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2233.09 ug; Błonnik pokarmowy: 38.45 g; suma cukrów prostych: 70.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.91 g; sól: 2471.12 mg;		

Dietetyk

.....