

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-10-21 Dieta: 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), ogórek konserwowy 125g (GOR), kiełbasa krakowska 30g (MIĘ), ser żółty 20g (BIA),	Zupa pomidorowa z ryżem 350g (BIA, SEL, DWU), Pulpet wieprzowy duszony 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 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 : 2417.27 kcal; Białko ogółem: 94.79 g; Tłuszcz: 85.40 g; Węglowodany ogółem: 332.87 g; Witamina C: 85.08 mg; Wapń: 1276.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1470.03 ug; Błonnik pokarmowy: 21.74 g; suma cukrów prostych: 86.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.96 g; sól: 3000.32 mg;		
wtorek 2025-10-21 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
ogórek kiszony bez skóry 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), polędwica drobiowa 30g (MIĘ, DWU), Twaróg kostka 20g (BIA),	Zupa pomidorowa z ryżem 350g (BIA, SEL, DWU), Pulpet wieprzowy duszony 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 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 : 2237.37 kcal; Białko ogółem: 93.73 g; Tłuszcz: 70.71 g; Węglowodany ogółem: 323.42 g; Witamina C: 119.74 mg; Wapń: 1224.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1930.49 ug; Błonnik pokarmowy: 24.96 g; suma cukrów prostych: 70.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.48 g; sól: 2460.37 mg;		
wtorek 2025-10-21 Dieta: 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), ogórek kiszony 125g , polędwica drobiowa 30g (MIĘ, DWU), Twaróg kostka 20g (BIA), II Śniadanie: kisiel z jabłkiem b/c 200g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350g (BIA, SEL, DWU), Pulpet wieprzowy duszony 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU), Podwieczorek: sok pomidorowy 200ml ,	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 pastą jajeczną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2232.33 kcal; Białko ogółem: 96.04 g; Tłuszcz: 74.18 g; Węglowodany ogółem: 322.80 g; Witamina C: 180.27 mg; Wapń: 1141.74 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2146.58 ug; Błonnik pokarmowy: 35.47 g; suma cukrów prostych: 64.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.33 g; sól: 2819.74 mg;		

Dietetyk

.....