

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Radziejów                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>czwartek 2025-10-23</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA (1)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), zupa mleczna z ryżem 350ml ( <b>BIA</b> ), Pomidor 60g , twarożek z zieleniną 70g ( <b>BIA</b> ), rzodkiewka 60g ,                                                                                             | Zupa ogórkowa z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), kaszanka z cebulką 100g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , brukselka z wody 150g ,                                                                                                                  | kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), jabłko 150g 1szt , Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),          |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2383.13 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz: 77.09 g; Węglowodany ogółem: 363.09 g; Witamina C: 273.71 mg; Wapń: 1232.77 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1078.86 ug; Błonnik pokarmowy: 35.10 g; suma cukrów prostych: 68.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.86 g; sól: 2837.97 mg;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>czwartek 2025-10-23</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| pomidor bez skóry 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), zupa mleczna z ryżem 350ml ( <b>BIA</b> ), twarożek z zieleniną 70g ( <b>BIA</b> ),                                                                                                   | Zupa ogórkowa z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), parówka 100g ( <b>GLU, MIĘ, DWU</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , surówka z marchwi i jabłka 150g , sos pomidorowy 60ml ( <b>GLU, DWU</b> ),                                                                     | kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), jabłko gotowane 150g 1szt , Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2529.58 kcal; Białko ogółem: 84.04 g; Tłuszcz: 98.85 g; Węglowodany ogółem: 351.55 g; Witamina C: 116.25 mg; Wapń: 1145.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2852.80 ug; Błonnik pokarmowy: 28.31 g; suma cukrów prostych: 69.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.09 g; sól: 2718.60 mg;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>czwartek 2025-10-23</b> <b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)</b>                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| herbata b/c 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), zupa mleczna z ryżem 350ml ( <b>BIA</b> ), Pomidor 60g , twarożek z zieleniną 70g ( <b>BIA</b> ), rzodkiewka 60g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>maślanka 200g ( <b>BIA</b> ),                                                               | Zupa ogórkowa z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), parówka 100g ( <b>GLU, MIĘ, DWU</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , brukselka z wody 150g , sos pomidorowy 60ml ( <b>GLU, DWU</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>ciastka zbożowe 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ), | kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), jabłko 150g 1szt , Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2613.77 kcal; Białko ogółem: 100.06 g; Tłuszcz: 103.92 g; Węglowodany ogółem: 359.24 g; Witamina C: 267.57 mg; Wapń: 1326.17 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1254.72 ug; Błonnik pokarmowy: 42.21 g; suma cukrów prostych: 75.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.70 g; sól: 2786.37 mg; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

Dietetyk

.....