

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-10-26 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , jajko gotowane 1szt (JAJ), dżem 30g ,	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), filet z kurczaka w ziołach 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , kapusta kiszona zasmażana 150g (GLU), sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), ogórek kiszony 125g , zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2262.66 kcal; Białko ogółem: 102.88 g; Tłuszcz: 65.51 g; Węglowodany ogółem: 345.46 g; Witamina C: 260.66 mg; Wapń: 1091.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2716.30 ug; Błonnik pokarmowy: 34.59 g; suma cukrów prostych: 65.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.15 g; sól: 3123.79 mg;		
niedziela 2025-10-26 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), dżem 30g ,	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), udko duszone 100g , 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), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), ogórek kiszony bez skóry 125g , zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2214.17 kcal; Białko ogółem: 102.44 g; Tłuszcz: 64.99 g; Węglowodany ogółem: 336.26 g; Witamina C: 281.87 mg; Wapń: 1097.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3264.99 ug; Błonnik pokarmowy: 35.78 g; suma cukrów prostych: 60.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.98 g; sól: 3117.66 mg;		
niedziela 2025-10-26 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , jajko gotowane 1szt (JAJ), szynka drobiowa 20g (MIĘ, DWU), II Śniadanie: kefir 150ml (BIA),	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), udko duszone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU), Podwieczorek: baton musli 1szt (BIA, GLU, SEZ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), ogórek kiszony 125g , zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: kanapka z białym serem i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2238.09 kcal; Białko ogółem: 108.13 g; Tłuszcz: 78.24 g; Węglowodany ogółem: 306.49 g; Witamina C: 198.44 mg; Wapń: 1197.07 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1948.73 ug; Błonnik pokarmowy: 35.47 g; suma cukrów prostych: 60.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.59 g; sól: 3134.54 mg;		

Dietetyk

.....