

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-11-29 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), Pomidor 125g , szynka wieprzowa 50g (BIA, GLU, JAJ, MIĘ, SOJ, SEL, GOR),	Zupa pomidorowa z ryżem 350g (BIA, SEL, DWU), stek z indyka 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , Surówka z kapusty modrej 150g (JAJ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), Pieczeń rzymska 50g (GLU, JAJ, MIĘ), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2475.84 kcal; Białko ogółem: 94.48 g; Tłuszcz: 93.08 g; Węglowodany ogółem: 338.19 g; Witamina C: 186.75 mg; Wapń: 1161.04 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1274.90 ug; Błonnik pokarmowy: 26.53 g; suma cukrów prostych: 72.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.03 g; sól: 2364.55 mg;		
sobota 2025-11-29 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 makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), szynka wieprzowa 50g (BIA, GLU, JAJ, MIĘ, SOJ, SEL, GOR),	Zupa pomidorowa z ryżem 350g (BIA, SEL, DWU), pulpet drobiowy duszony 100g (GLU, JAJ), 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), Pieczeń rzymska 50g (GLU, JAJ, MIĘ), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2230.67 kcal; Białko ogółem: 85.67 g; Tłuszcz: 66.34 g; Węglowodany ogółem: 346.55 g; Witamina C: 150.73 mg; Wapń: 1160.31 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2097.28 ug; Błonnik pokarmowy: 28.10 g; suma cukrów prostych: 67.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.60 g; sól: 2402.47 mg;		
sobota 2025-11-29 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), Pomidor 125g , szynka wieprzowa 50g (BIA, GLU, JAJ, MIĘ, SOJ, SEL, GOR), II Śniadanie: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),	Zupa pomidorowa z ryżem 350g (BIA, SEL, DWU), pulpet drobiowy duszony 100g (GLU, JAJ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , kalafior z wody 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU), Podwieczorek: sok pomidorowy 200ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), Pieczeń rzymska 50g (GLU, JAJ, MIĘ), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2263.08 kcal; Białko ogółem: 89.74 g; Tłuszcz: 77.25 g; Węglowodany ogółem: 335.63 g; Witamina C: 230.21 mg; Wapń: 1070.43 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1540.95 ug; Błonnik pokarmowy: 37.02 g; suma cukrów prostych: 55.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.54 g; sól: 2755.55 mg;		

Dietetyk

.....