

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-12-20 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), ogórek kiszony 125g , szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ),	Żurek 350ml (BIA, GLU, MIĘ, DWU), roladka ze szpinakiem 100g (MIĘ), kasza bulgur 200g (GLU), kompot owocowy 250ml , sałatka z ogórka kiszonego 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), polędwica wieprzowa 50g (BIA, GLU, JAJ, MIĘ, SOJ, SEL, GOR), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2586.62 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 88.56 g; Węglowodany ogółem: 369.38 g; Witamina C: 67.68 mg; Wapń: 1023.30 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 995.73 ug; Błonnik pokarmowy: 24.87 g; suma cukrów prostych: 88.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.52 g; sól: 4316.72 mg;		
sobota 2025-12-20 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 jaglaną 350ml (BIA), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ),	Żurek 350ml (BIA, GLU, MIĘ, DWU), roladka ze szpinakiem 100g (MIĘ), kasza bulgur 200g (GLU), 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), polędwica wieprzowa 50g (BIA, GLU, JAJ, MIĘ, SOJ, SEL, GOR), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2500.06 kcal; Białko ogółem: 100.38 g; Tłuszcz: 82.33 g; Węglowodany ogółem: 363.31 g; Witamina C: 99.69 mg; Wapń: 1044.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1488.15 ug; Błonnik pokarmowy: 27.75 g; suma cukrów prostych: 76.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.09 g; sól: 3585.89 mg;		
sobota 2025-12-20 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), ogórek kiszony 125g , szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), II Śniadanie: kisiel z jabłkiem b/c 200g ,	Żurek 350ml (BIA, GLU, MIĘ, DWU), roladka ze szpinakiem 100g (MIĘ), kasza bulgur 200g (GLU), kompot owocowy bez cukru 250ml , kalafior z wody 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU), Podwieczorek: kefir 150ml (BIA),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), polędwica wieprzowa 50g (BIA, GLU, JAJ, MIĘ, SOJ, SEL, GOR), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2394.27 kcal; Białko ogółem: 106.63 g; Tłuszcz: 80.72 g; Węglowodany ogółem: 341.96 g; Witamina C: 125.69 mg; Wapń: 1174.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 711.72 ug; Błonnik pokarmowy: 35.01 g; suma cukrów prostych: 65.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.99 g; sól: 3641.83 mg;		

Dietetyk

.....