

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-12-25 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 kiszony 100g , kiełbasa krakowska 30g (MIĘ), sałata 25g , ser topiony 20g (BIA),	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), stek z indyka 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , surówka z kapusty białej 150g , herbata ziołowa 250ml , sos pieczeniowy 60ml (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g (JAJ, GOR), ciasto jogurtowe 50g (GLU, JAJ), Posiłek nocny: baton musli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2576.31 kcal; Białko ogółem: 98.74 g; Tłuszcz: 103.86 g; Węglowodany ogółem: 329.25 g; Witamina C: 106.84 mg; Wapń: 966.06 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1239.81 ug; Błonnik pokarmowy: 23.16 g; suma cukrów prostych: 69.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.40 g; sól: 2562.75 mg;		
czwartek 2025-12-25 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
ogórek kiszony bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), połówka drobiowa 30g (MIĘ, DWU), sałata 25g , Twaróg kostka 20g (BIA),	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), Rolada drobiowa duszona 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , herbata ziołowa 250ml , 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), sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g (JAJ, GOR), ciasto jogurtowe 50g (GLU, JAJ), Posiłek nocny: baton musli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2231.76 kcal; Białko ogółem: 93.85 g; Tłuszcz: 69.43 g; Węglowodany ogółem: 323.99 g; Witamina C: 103.94 mg; Wapń: 892.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2125.87 ug; Błonnik pokarmowy: 24.23 g; suma cukrów prostych: 67.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.89 g; sól: 2730.35 mg;		
czwartek 2025-12-25 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 100g , połówka drobiowa 30g (MIĘ, DWU), sałata 25g , Twaróg kostka 20g (BIA), II Śniadanie: pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), Rolada drobiowa duszona 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , brukselka z wody 150g , herbata ziołowa 250ml , 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), sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g (JAJ, GOR), ciasto jogurtowe 50g (GLU, JAJ), Posiłek nocny: kanapka z pastą jajeczną i sałata 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2189.92 kcal; Białko ogółem: 105.04 g; Tłuszcz: 67.42 g; Węglowodany ogółem: 325.35 g; Witamina C: 390.69 mg; Wapń: 1008.62 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1740.98 ug; Błonnik pokarmowy: 43.28 g; suma cukrów prostych: 55.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.49 g; sól: 3079.83 mg;		

Dietetyk

.....