

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-04-19		
Dieta: PODSTAWOWA (1)		
zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), herbata z cukrem 250ml, masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), pasta z ryby i twarogu z koperkiem 70g (BIA, RYB, SEL, DWU), Pomidor 50g, sałata 25g, ogórek zielony 50g,	Zupa szpinakowa z ryżem 350ml (SEL), Kotlet z jaj 100g (GLU, JAJ), ziemniaki z koperkiem 200g, surówka z marchwi i jabłka 150g, kompot owocowy 250ml,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), ser żółty 50g (BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), masło 15g (BIA), papryka świeża 100g, sałata 25g, Posiłek nocny: wafle ryżowe 20g,
Wartości odżywcze: Energia : 2490.37 kcal; Białko ogółem: 118.09 g; Tłuszcz: 97.94 g; Węglowodany ogółem: 314.79 g; Witamina C: 243.16 mg; Wapń: 1503.97 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4456.00 ug; Błonnik pokarmowy: 32.61 g; suma cukrów prostych: 61.73 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.92 g; sól: 2245.58 mg;		
piątek 2024-04-19		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), herbata z cukrem 250ml, masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), pasta z ryby i twarogu z koperkiem 70g (BIA, RYB, SEL, DWU), Pomidor 100g, sałata 25g,	Zupa szpinakowa z ryżem 350ml (SEL), Pulpet z jaj 100g (JAJ), ziemniaki z koperkiem 200g, marchew gotowana 150g (DWU), kompot owocowy 250ml,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), Twaróg kostka 50g (BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), masło 15g (BIA), Pomidor 100g, sałata 25g, Posiłek nocny: wafle ryżowe 20g,
Wartości odżywcze: Energia : 2271.98 kcal; Białko ogółem: 112.17 g; Tłuszcz: 79.22 g; Węglowodany ogółem: 308.19 g; Witamina C: 139.46 mg; Wapń: 1307.05 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5203.59 ug; Błonnik pokarmowy: 33.35 g; suma cukrów prostych: 63.73 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.64 g; sól: 1896.28 mg;		
piątek 2024-04-19		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), herbata b/c 250ml, masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), pasta z ryby i twarogu z koperkiem 70g (BIA, RYB, SEL, DWU), ogórek zielony 50g, sałata 25g, Pomidor 50g, II Śniadanie: kefir 200ml (BIA),	Zupa szpinakowa z ryżem 350ml (SEL), Kotlet z jaj 100g (GLU, JAJ), ziemniaki z koperkiem 200g, marchew gotowana 150g (DWU), kompot owocowy bez cukru 250ml, Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20g,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), Twaróg kostka 50g (BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), masło 15g (BIA), papryka świeża 100g, sałata 25g, Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2316.77 kcal; Białko ogółem: 122.49 g; Tłuszcz: 83.92 g; Węglowodany ogółem: 302.28 g; Witamina C: 243.71 mg; Wapń: 1674.45 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5580.54 ug; Błonnik pokarmowy: 36.79 g; suma cukrów prostych: 64.88 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.77 g; sól: 1994.00 mg;		

Dietetyk

Lidia Baśńska