

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-04-20</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA (1)</b>		
zupa mleczna z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), herbata z cukrem 250ml, masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), Pieczeń rzymska 50g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), Pomidor 60g, ogórek zielony 60g,	Zupa jarzynowa 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), gulasz wieprzowy 160g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kasza jęczmienna na sypko 200g ( <b>GLU</b> ), surówka z marchwi i selera 150g ( <b>SEL</b> ), herbata ziołowa 250ml,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna kukurydzianka 250ml ( <b>BIA</b> ), filet z kurczaka duszony 50g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt, <b>Posiłek nocny:</b> baton musli 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2578.50 kcal; Białko ogółem: 96.31 g; Tłuszcz: 90.32 g; Węglowodany ogółem: 376.32 g; Witamina C: 163.68 mg; Wapń: 1148.67 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4069.20 ug; Błonnik pokarmowy: 34.23 g; suma cukrów prostych: 81.77 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.50 g; sól: 1834.72 mg;		
<b>sobota 2024-04-20</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
zupa mleczna z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), herbata z cukrem 250ml, masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), Pomidor 125g,	Zupa jarzynowa 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), gulasz wieprzowy 160g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kasza jęczmienna na sypko 200g ( <b>GLU</b> ), buraczki 150g, herbata ziołowa 250ml,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna kukurydzianka 250ml ( <b>BIA</b> ), filet z kurczaka duszony 50g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt, <b>Posiłek nocny:</b> baton musli 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2537.06 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; Tłuszcz: 88.05 g; Węglowodany ogółem: 366.60 g; Witamina C: 180.89 mg; Wapń: 1142.39 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1867.90 ug; Błonnik pokarmowy: 30.92 g; suma cukrów prostych: 83.66 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.50 g; sól: 1746.17 mg;		
<b>sobota 2024-04-20</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)</b>		
zupa mleczna z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml, masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), ogórek zielony 60g, Pomidor 60g, <b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 20g,	Zupa jarzynowa 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), gulasz wieprzowy 160g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kasza jęczmienna na sypko 200g ( <b>GLU</b> ), buraczki 150g, herbata ziołowa 250ml, <b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 330ml,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna kukurydzianka 250ml ( <b>BIA</b> ), filet z kurczaka duszony 50g, pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt, <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2475.32 kcal; Białko ogółem: 103.60 g; Tłuszcz: 85.67 g; Węglowodany ogółem: 362.38 g; Witamina C: 281.17 mg; Wapń: 1158.58 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2163.19 ug; Błonnik pokarmowy: 42.91 g; suma cukrów prostych: 64.36 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.50 g; sól: 2340.55 mg;		

Dietetyk  
Dietetyk

Lidia Basinska