

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-04-09</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA (1)</b>		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ), herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), kielbasa krakowska 30g ( <b>MIĘ</b> ), ser żółty 20g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 90g , papryka świeża 35g ,	Zupa kalafiorowa z zacierką 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), filet z kurczaka w ziołach 100g , Surówka z kapusty modrej 150g ( <b>JAJ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), ogórek zielony 100g , sałata 25g , <b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2313.73 kcal; Białko ogółem: 102.61 g; Tłuszcz: 80.23 g; Węglowodany ogółem: 316.42 g; Witamina C: 214.95 mg; Wapń: 1331.97 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1169.01 ug; Błonnik pokarmowy: 23.24 g; suma cukrów prostych: 71.39 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.70 g; sól: 1862.23 mg;		
<b>wtorek 2024-04-09</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ), herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), szynka drobiowa 30g ( <b>MIĘ</b> ), Twaróg kostka 20g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 90g , ogórek kiszony 35g ,	Zupa kalafiorowa z zacierką 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), udko duszone 100g , bukiet jarzyn z wody 150g , ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 100g , sałata 25g , <b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2194.02 kcal; Białko ogółem: 99.95 g; Tłuszcz: 70.82 g; Węglowodany ogółem: 310.86 g; Witamina C: 149.28 mg; Wapń: 1230.87 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1805.93 ug; Błonnik pokarmowy: 24.18 g; suma cukrów prostych: 66.64 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.59 g; sól: 1903.63 mg;		
<b>wtorek 2024-04-09</b> <b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)</b>		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ), herbata b/c 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), szynka drobiowa 30g ( <b>MIĘ</b> ), Twaróg kostka 20g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 90g , papryka świeża 35g , <b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 20g ,	Zupa kalafiorowa z zacierką 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), filet z kurczaka w ziołach 100g , Surówka z kapusty modrej 150g ( <b>JAJ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Sok owocowo warzywny 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), ogórek zielony 100g , sałata 25g , <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2292.34 kcal; Białko ogółem: 101.75 g; Tłuszcz: 79.80 g; Węglowodany ogółem: 323.04 g; Witamina C: 243.27 mg; Wapń: 1165.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2137.99 ug; Błonnik pokarmowy: 33.38 g; suma cukrów prostych: 73.72 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.56 g; sól: 1683.23 mg;		

Dietetyk  
Dietetyk  
Lidia Basińska  
