

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-05-19</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA (1)</b>		
zupa mleczna kukurydzianka 350ml ( <b>BIA</b> ), herbata z cukrem 250ml, masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), ser żółty 50g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 90g, papryka świeża 35g,	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), filet z kurczaka w ziołach 100g, ziemniaki z koperkiem 200g, sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ), surówka z marchwi i jabłka 150g, kompot owocowy 250ml,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), ogórek kiszony 125g, pasztet 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2551.11 kcal; Białko ogółem: 120.85 g; Tłuszcz: 93.24 g; Węglowodany ogółem: 334.95 g; Witamina C: 197.08 mg; Wapń: 1583.75 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4856.88 ug; Błonnik pokarmowy: 30.58 g; suma cukrów prostych: 74.16 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.92 g; sól: 2451.48 mg;		
<b>niedziela 2024-05-19</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
zupa mleczna kukurydzianka 350ml ( <b>BIA</b> ), herbata z cukrem 250ml, masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIE</b> ), Pomidor 125g,	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), filet z kurczaka duszony 100g, ziemniaki z koperkiem 200g, sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ), fasolka szparagowa z wody 150g, kompot owocowy 250ml,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), pasztet 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), ogórek kiszony bez skóry 125g, <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2467.10 kcal; Białko ogółem: 114.83 g; Tłuszcz: 83.88 g; Węglowodany ogółem: 340.44 g; Witamina C: 203.96 mg; Wapń: 1366.31 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4792.85 ug; Błonnik pokarmowy: 30.35 g; suma cukrów prostych: 76.10 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.64 g; sól: 2039.33 mg;		
<b>niedziela 2024-05-19</b> <b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)</b>		
zupa mleczna kukurydzianka 350ml ( <b>BIA</b> ), herbata b/c 250ml, masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIE</b> ), Pomidor 90g, papryka świeża 35g, <b>II Śniadanie:</b> mus wielowarzywny 100g,	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), filet z kurczaka duszony 100g, ziemniaki z koperkiem 200g, sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ), surówka z marchwi i jabłka 150g, kompot owocowy bez cukru 250ml, <b>Podwieczorek:</b> kisiel z jabłkiem b/c 200g,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), ogórek kiszony 125g, pasztet 50g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2705.42 kcal; Białko ogółem: 129.44 g; Tłuszcz: 100.48 g; Węglowodany ogółem: 357.96 g; Witamina C: 191.27 mg; Wapń: 1703.18 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4938.69 ug; Błonnik pokarmowy: 39.95 g; suma cukrów prostych: 73.30 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 1.00 g; sól: 2532.62 mg;		

Dietetyk

Lidia Basinska