

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-05-21</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA (1)</b>		
zupa mleczna z zacierką 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> ), polędwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), cytryna 20g, Pomidor 100g,	Barszcz biały z makaronem 350g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), kotlet schabowy 100g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g, kapusta kiszona zasmażana 150g ( <b>GLU</b> ), kompot owocowy 250ml,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), polędwica wieprzowa 30g ( <b>BIA, GLU, JAJ, MIĘ, SOJ, SEL, GOR</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), papryka świeża 100g, sałata 25g, dżem 30g, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2202.00 kcal; Białko ogółem: 80.33 g; Tłuszcz: 62.32 g; Węglowodany ogółem: 360.96 g; Witamina C: 446.98 mg; Wapń: 1230.50 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2508.57 ug; Błonnik pokarmowy: 34.49 g; suma cukrów prostych: 77.05 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.51 g; sól: 2295.75 mg;		
<b>wtorek 2024-05-21</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
zupa mleczna z zacierką 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> ), polędwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), cytryna 25g, Pomidor 100g,	Barszcz biały z makaronem 350g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), udko duszone 100g, ziemniaki z koperkiem 200g, sos warzywny 150ml ( <b>GLU, SEL</b> ), kompot owocowy 250ml,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), polędwica wieprzowa 30g ( <b>BIA, GLU, JAJ, MIĘ, SOJ, SEL, GOR</b> ), dżem 30g, masło 15g ( <b>BIA</b> ), jabłko gotowane 150g 1szt, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2279.18 kcal; Białko ogółem: 80.36 g; Tłuszcz: 62.59 g; Węglowodany ogółem: 381.85 g; Witamina C: 377.80 mg; Wapń: 1249.04 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2029.59 ug; Błonnik pokarmowy: 37.06 g; suma cukrów prostych: 85.50 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.51 g; sól: 2299.98 mg;		
<b>wtorek 2024-05-21</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)</b>		
zupa mleczna z zacierką 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml, masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), polędwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), cytryna 20g, Pomidor 100g, <b>II Śniadanie:</b> manna bez soku 200g ( <b>BIA, GLU</b> ),	Barszcz biały z makaronem 350g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), udko duszone 100g, ziemniaki z koperkiem 200g, sos warzywny 150ml ( <b>GLU, SEL</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml, <b>Podwieczorek:</b> chrupki kukurydziane 20g,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), polędwica wieprzowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), papryka świeża 100g, sałata 25g, <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z białym serem i sałatą 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2357.25 kcal; Białko ogółem: 96.23 g; Tłuszcz: 78.92 g; Węglowodany ogółem: 357.38 g; Witamina C: 505.24 mg; Wapń: 1216.69 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2771.34 ug; Błonnik pokarmowy: 45.12 g; suma cukrów prostych: 64.02 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.55 g; sól: 2290.77 mg;		

Dietetyk  
Dietetyk

Lidia Basinska.....