

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-06-04</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA (1)</b>		
ogórek zielony 60g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), kielbasa szynkowa 50g , Pomidor 65g , zupa mleczna z ryżem 350ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), makaron z sosem bolońskim i warzywami 300g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ, SEL, DWU</b> ), bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), jabłko 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2256.39 kcal; Białko ogółem: 83.19 g; Tłuszcz: 82.52 g; Węglowodany ogółem: 327.71 g; Witamina C: 378.36 mg; Wapń: 803.17 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2393.94 ug; Błonnik pokarmowy: 35.26 g; suma cukrów prostych: 53.07 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.30 g; sól: 1829.02 mg;		
<b>wtorek 2024-06-04</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
ogórek kiszony bez skóry 60g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), kielbasa szynkowa 50g , Pomidor 65g , zupa mleczna z ryżem 350ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), makaron z sosem bolońskim i warzywami 300g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ, SEL, DWU</b> ), bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), jabłko gotowane 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2198.23 kcal; Białko ogółem: 83.92 g; Tłuszcz: 77.22 g; Węglowodany ogółem: 324.82 g; Witamina C: 290.44 mg; Wapń: 785.66 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3142.79 ug; Błonnik pokarmowy: 35.61 g; suma cukrów prostych: 47.58 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.30 g; sól: 1583.93 mg;		
<b>wtorek 2024-06-04</b> <b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)</b>		
ogórek kiszony bez skóry 60g , herbata b/c 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), kielbasa szynkowa 50g , Pomidor 65g , zupa mleczna z ryżem 350ml ( <b>BIA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> biszkopty bez cukru 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), makaron z sosem bolońskim i warzywami 300g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ, SEL, DWU</b> ), bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> mus wielowarzywny 100g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), jabłko 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2237.90 kcal; Białko ogółem: 85.12 g; Tłuszcz: 82.70 g; Węglowodany ogółem: 323.80 g; Witamina C: 218.38 mg; Wapń: 712.64 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1812.35 ug; Błonnik pokarmowy: 38.11 g; suma cukrów prostych: 37.94 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.31 g; sól: 1835.98 mg;		

Dietetyk  
Dietetyk

Lidia Basinska