

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-09		
Dieta: PODSTAWOWA (1)		
papryka świeża 35g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), ser żółty 50g (BIA), Pomidor 90g , zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA),	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 350ml (GLU, JAJ, SEL), filet z kurczaka w ziołach 100g , sos naturalny 60g (BIA, GLU), ziemniaki z koperkiem 200g , surówka z marchwi i jabłka 150g , kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), pasztet 50g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), masło 15g (BIA), ogórek konserwowy 125g (GOR), Posiłek nocny: Sok owocowo warzywny 330ml ,
Wartości odżywcze: 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;		
niedziela 2024-06-09		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ), Pomidor 125g , zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA),	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 350ml (GLU, JAJ, SEL), filet z kurczaka duszony 100g , sos naturalny 60g (BIA, GLU), ziemniaki z koperkiem 200g , fasolka szparagowa z wody 150g , kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), pasztet 50g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), masło 15g (BIA), ogórek kiszony bez skóry 125g , Posiłek nocny: Sok owocowo warzywny 330ml ,
Wartości odżywcze: 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;		
niedziela 2024-06-09		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
papryka świeża 35g , herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), szynka drobiowa 50g (MIĘ), Pomidor 90g , zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA), II Śniadanie: biszkopty bez cukru 30g (GLU, JAJ),	Zupa szpinakowa z lanym ciastem 350ml (GLU, JAJ, SEL), filet z kurczaka duszony 100g , sos naturalny 60g (BIA, GLU), ziemniaki z koperkiem 200g , surówka z marchwi i jabłka bez cukru 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: kefir 150ml (BIA),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), pasztet 50g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), masło 15g (BIA), ogórek kiszony bez skóry 125g , Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: 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

Lidia Baszyńska