

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-07-11</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA (1)</b>		
ogórek zielony 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), sałata 20g , Zupa mleczna z płatkami 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ),	Zupa pomidorowa z ryżem 350g ( <b>BIA, SEL, DWU</b> ), kotlet z fileta z kurczaka 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , surówka z kapusty białej 150g , 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> ), Pieczeń rzymska 50g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomarańcz 1/2 szt - 150g 0.5szt , <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2617.65 kcal; Białko ogółem: 103.62 g; Tłuszcz: 100.43 g; Węglowodany ogółem: 357.92 g; Witamina C: 280.93 mg; Wapń: 1282.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2746.28 ug; Błonnik pokarmowy: 35.29 g; suma cukrów prostych: 70.09 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.58 g; sól: 1879.59 mg;		
<b>czwartek 2024-07-11</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
ogórek kiszony bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), Zupa mleczna z płatkami 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ), sałata 20g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350g ( <b>BIA, SEL, DWU</b> ), filet z kurczaka duszony 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , herbata ziołowa 250ml , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ),	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> ), Pieczeń rzymska 50g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomarańcz 1/2 szt - 150g 0.5szt , <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2390.01 kcal; Białko ogółem: 104.96 g; Tłuszcz: 80.42 g; Węglowodany ogółem: 343.88 g; Witamina C: 273.80 mg; Wapń: 1251.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3348.68 ug; Błonnik pokarmowy: 35.16 g; suma cukrów prostych: 67.90 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.58 g; sól: 2421.98 mg;		
<b>czwartek 2024-07-11</b> <b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)</b>		
ogórek zielony 100g , herbata b/c 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), Zupa mleczna z płatkami 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ), sałata 20g , <b>II Śniadanie:</b> naleśniki z twarogiem 100g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),	Zupa pomidorowa z ryżem 350g ( <b>BIA, SEL, DWU</b> ), filet z kurczaka duszony 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , herbata ziołowa 250ml , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> paluszki 20g ( <b>GLU, JAJ, OZI</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Pieczeń rzymska 50g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomarańcz 1/2 szt - 150g 0.5szt , <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2546.10 kcal; Białko ogółem: 115.43 g; Tłuszcz: 91.31 g; Węglowodany ogółem: 348.50 g; Witamina C: 193.22 mg; Wapń: 1243.06 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2070.50 ug; Błonnik pokarmowy: 35.57 g; suma cukrów prostych: 59.77 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.66 g; sól: 1992.29 mg;		

Dietetyk

Lidia Basuńska