Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-06-12	**Dieta: PODSTAWOWA (1)**	
sałata 25g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (***BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (***GLU, JAJ, ZIA***), kiełbasa krakowska 50g (***MIĘ***), ogórek zielony 100g , zupa mleczna z kaszką manną 350ml (***BIA, GLU***),	Barszcz biały z makaronem 350g (***GLU, JAJ, SEL***), Gulasz segetyński 120g (***GLU, SEL***), ziemniaki z koperkiem 200g , marchew gotowana 150g (***DWU***), kompot owocowy 250ml , sos potrawkowy 60ml (***BIA, GLU, SEL***),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), zupa mleczna z ryżem 250ml (***BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (***GLU, JAJ, ZIA***), poledwica drobiowa 50g (***MIĘ, DWU***), masło 15g (***BIA***), banan 150g 1szt , sałata 25g , **Posiłek nocny:** wafle ryżowe 20g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2215.06 kcal; Białko ogółem: 84.14 g; Tłuszcz: 65.23 g; Węglowodany ogółem: 351.28 g; Witamina C: 104.18 mg; Wapń: 934.77 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4605.18 ug; Błonnik pokarmowy: 31.81 g; suma cukrów prostych: 68.42 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.42 g; sól: 2185.72 mg;		
środa 2024-06-12	**Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)**	
sałata 25g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (***BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (***GLU, JAJ, ZIA***), szynka drobiowa 50g (***MIĘ***), Pomidor 100g , zupa mleczna z kaszką manną 350ml (***BIA, GLU***),	Barszcz biały z makaronem 350g (***GLU, JAJ, SEL***), Gulasz segetyński 120g (***GLU, SEL***), ziemniaki z koperkiem 200g , marchew gotowana 150g (***DWU***), kompot owocowy 250ml , sos potrawkowy 60ml (***BIA, GLU, SEL***),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), zupa mleczna z ryżem 250ml (***BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (***GLU, JAJ, ZIA***), poledwica drobiowa 50g (***MIĘ, DWU***), masło 15g (***BIA***), banan 150g 1szt , sałata 25g , **Posiłek nocny:** wafle ryżowe 20g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2216.86 kcal; Białko ogółem: 84.32 g; Tłuszcz: 65.32 g; Węglowodany ogółem: 351.91 g; Witamina C: 117.68 mg; Wapń: 929.37 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4676.28 ug; Błonnik pokarmowy: 32.44 g; suma cukrów prostych: 68.42 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.42 g; sól: 2183.02 mg;		
środa 2024-06-12	**Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)**	
sałata 25g , herbata b/c 250ml , masło 15g (***BIA***), pieczywo razowe 100g (***GLU, JAJ***), kiełbasa krakowska 50g (***MIĘ***), ogórek kisozny bez skóry 100g , zupa mleczna z kaszką manną 350ml (***BIA, GLU***), **II Śniadanie:** biszkopty bez cukru 20g (***GLU, JAJ***),	Barszcz biały z makaronem 350g (***GLU, JAJ, SEL***), Gulasz segetyński 120g (***GLU, SEL***), ziemniaki z koperkiem 200g , marchew gotowana 150g (***DWU***), kompot owocowy bez cukru 250ml , sos potrawkowy 60ml (***BIA, GLU, SEL***), **Podwieczorek:** paluszki 20g (***GLU, JAJ, OZI***),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), zupa mleczna z ryżem 250ml (***BIA***), pieczywo razowe 120g (***GLU, JAJ***), poledwica drobiowa 50g (***MIĘ, DWU***), masło 15g (***BIA***), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , sałata 25g , **Posiłek nocny:** kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (***BIA, GLU, JAJ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2228.36 kcal; Białko ogółem: 91.99 g; Tłuszcz: 71.43 g; Węglowodany ogółem: 341.71 g; Witamina C: 180.23 mg; Wapń: 1020.56 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4706.25 ug; Błonnik pokarmowy: 40.97 g; suma cukrów prostych: 62.48 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.43 g; sól: 3065.47 mg;		

Dietetyk

Dietetyk

Lidia Basińska

.....