

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-07-14 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
Pomidor 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ), zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU, JAJ),	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), Udko pieczone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , groszek z marchewką 150g (GLU), kompot owocowy 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), kielbasa krakowska 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), ogórek zielony 125g , Posiłek nocny: baton mussli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2498.07 kcal; Białko ogółem: 115.14 g; Tłuszcz: 93.41 g; Węglowodany ogółem: 323.46 g; Witamina C: 108.10 mg; Wapń: 1176.64 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3160.59 ug; Błonnik pokarmowy: 26.27 g; suma cukrów prostych: 69.82 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.55 g; sól: 1909.04 mg;		
niedziela 2024-07-14 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
Pomidor 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ), zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU, JAJ),	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), udko duszone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , sos naturalny 60g (BIA, GLU), kompot owocowy 250ml , marchew gotowana 150g (DWU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), kielbasa krakowska 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , Posiłek nocny: baton mussli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2516.63 kcal; Białko ogółem: 113.84 g; Tłuszcz: 92.07 g; Węglowodany ogółem: 335.20 g; Witamina C: 112.89 mg; Wapń: 1179.48 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4315.47 ug; Błonnik pokarmowy: 29.36 g; suma cukrów prostych: 74.86 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.55 g; sól: 1910.47 mg;		
niedziela 2024-07-14 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
Pomidor 125g , herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), szynka drobiowa 50g (MIĘ), zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU, JAJ), II Śniadanie: paluszki 30g (GLU, JAJ, OZI),	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), udko duszone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , sos naturalny 60g (BIA, GLU), kompot owocowy bez cukru 250ml , groszek z marchewką 150g (GLU), Podwieczorek: chrupki kukurydziane 30g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml (BIA, GLU), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), kielbasa krakowska 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), ogórek zielony 125g , Posiłek nocny: kanapka z białym serem i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2501.60 kcal; Białko ogółem: 122.62 g; Tłuszcz: 90.48 g; Węglowodany ogółem: 333.43 g; Witamina C: 109.11 mg; Wapń: 1172.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3209.32 ug; Błonnik pokarmowy: 36.67 g; suma cukrów prostych: 49.24 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.54 g; sól: 2226.65 mg;		

Dietetyk

Lidia Baszńska