

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów

Śniadanie
II Śniadanie

Obiad
Podwieczorek

Kolacja
Posiłek nocny

środa 2024-06-19

Dieta: PODSTAWOWA (1)

sałata 10g , herbata z cukrem 250ml ,
masło 15g (BIA), pieczywo mieszane
pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA),
ser topiony 50g (BIA), Pomidor 60g ,
zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA,
GLU, JAJ), papryka świeża 60g ,

Barszcz czerwony z makaronem 350ml
(BIA, GLU, JAJ, SEL), kotlet z ryby 100g
(GLU, JAJ, RYB), ziemniaki z koperkiem
200g , surówka z kapusty kiszzonej 150g ,
kompot owocowy 250ml ,

kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU,
BIA), zupa mleczna z kaszą
jęczmienną 250ml (BIA, GLU),
pieczywo mieszane pszenno żytnie
150g (GLU, JAJ, ZIA), pasta z jaj 50g
(BIA, JAJ), masło 15g (BIA), jabłko
150g 1szt ,

Posiłek nocny:
wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),

Wartości odżywcze: Energia : 2427.36 kcal; Białko ogółem: 81.58 g; Tłuszcz: 74.08 g; Węglowodany ogółem:
392.50 g; Witamina C: 444.67 mg; Wapń: 1192.24 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2110.59 ug; Błonnik
pokarmowy: 37.87 g; suma cukrów prostych: 99.03 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.47 g; sól: 1882.68 mg;

środa 2024-06-19

Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)

sałata 25g , herbata z cukrem 250ml ,
masło 15g (BIA), pieczywo mieszane
pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA),
twarożek 70g (BIA), Pomidor 100g ,
zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA,
GLU, JAJ),

Barszcz czerwony z makaronem 350ml
(BIA, GLU, JAJ, SEL), Ryba gotowana
100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g ,
sos grecki 150ml (GLU, SEL, DWU),
kompot owocowy 250ml ,

kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU,
BIA), zupa mleczna z kaszą
jęczmienną 250ml (BIA, GLU),
pieczywo mieszane pszenno żytnie
150g (GLU, JAJ, ZIA), pasta z jaj 50g
(BIA, JAJ), masło 15g (BIA), jabłko
gotowane 150g 1szt ,

Posiłek nocny:
wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),

Wartości odżywcze: Energia : 2427.36 kcal; Białko ogółem: 81.58 g; Tłuszcz: 74.08 g; Węglowodany ogółem:
392.50 g; Witamina C: 444.67 mg; Wapń: 1192.24 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2110.59 ug; Błonnik
pokarmowy: 37.87 g; suma cukrów prostych: 99.03 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.47 g; sól: 1882.68 mg;

środa 2024-06-19

Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH
WĘGLOWODANÓW (6)

sałata 10g , herbata b/c 250ml , masło
15g (BIA), pieczywo razowe 100g
(GLU, JAJ), twarożek 70g (BIA),
Pomidor 60g , zupa mleczna z zacierką
350ml (BIA, GLU, JAJ), papryka
świeża 60g ,
II Śniadanie:
kefir 150ml (BIA),

Barszcz czerwony z makaronem 350ml
(BIA, GLU, JAJ, SEL), Ryba gotowana
100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g ,
sos grecki 150ml (GLU, SEL, DWU),
kompot owocowy bez cukru 250ml ,
Podwieczorek:
wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),

kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU,
BIA), zupa mleczna z kaszą
jęczmienną 250ml (BIA, GLU),
pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ),
pasta z jaj 50g (BIA, JAJ), masło 15g
(BIA), jabłko 150g 1szt ,
Posiłek nocny:
kanapka z masłem, wędliną i sałatą
1szt (BIA, GLU, JAJ),

Wartości odżywcze: Energia : 2374.26 kcal; Białko ogółem: 89.66 g; Tłuszcz: 75.67 g; Węglowodany ogółem:
381.02 g; Witamina C: 512.71 mg; Wapń: 1229.05 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2327.31 ug; Błonnik
pokarmowy: 51.31 g; suma cukrów prostych: 69.75 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.50 g; sól: 2486.04 mg;

Dietetyk

Lidia Basińska