

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-07-19		
Dieta: PODSTAWOWA (1)		
rzodkiewka 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), pasta z ryby i twarożku z koperkiem 70g (BIA, RYB, SEL, DWU), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), sałata 20g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 350ml (SEL), Kotlet z jaj 100g (GLU, JAJ), ziemniaki z koperkiem 200g , surówka z marchwi i jabłka 150g , kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), ser żółty 50g (BIA), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2494.68 kcal; Białko ogółem: 110.39 g; Tłuszcz: 86.85 g; Węglowodany ogółem: 340.76 g; Witamina C: 180.07 mg; Wapń: 1170.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1507.54 ug; Błonnik pokarmowy: 25.97 g; suma cukrów prostych: 69.12 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.56 g; sól: 1928.57 mg;		
piątek 2024-07-19		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
Pomidor 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), pasta z ryby i twarożku z koperkiem 70g (BIA, RYB, SEL, DWU), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), sałata 20g ,	Zupa szpinakowa z ryżem 350ml (SEL), Pulpet z jaj 100g (JAJ), ziemniaki z koperkiem 200g , marchew gotowana 150g (DWU), kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), Twaróg kostka 50g (BIA), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2294.50 kcal; Białko ogółem: 110.62 g; Tłuszcz: 67.33 g; Węglowodany ogółem: 337.64 g; Witamina C: 147.67 mg; Wapń: 1160.53 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2672.70 ug; Błonnik pokarmowy: 29.77 g; suma cukrów prostych: 68.62 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.56 g; sól: 2223.16 mg;		
piątek 2024-07-19		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
rzodkiewka 100g , herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), pasta z ryby i twarożku z koperkiem 70g (BIA, RYB, SEL, DWU), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), sałata 20g , II Śniadanie: kefir 200ml (BIA),	Zupa szpinakowa z ryżem 350ml (SEL), Pulpet z jaj 100g (JAJ), ziemniaki z koperkiem 200g , marchew gotowana 150g (DWU), kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), Twaróg kostka 50g (BIA), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałata 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2500.15 kcal; Białko ogółem: 122.37 g; Tłuszcz: 68.21 g; Węglowodany ogółem: 387.45 g; Witamina C: 234.72 mg; Wapń: 1249.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2755.64 ug; Błonnik pokarmowy: 43.15 g; suma cukrów prostych: 93.15 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.55 g; sól: 2300.92 mg;		

Dietetyk

