

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-23 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 125g , zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU, JAJ),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL), bitka wieprzowa 100g (MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , surówka z kapusty białej 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), szynka drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), Arbuz 150g , Posiłek nocny: wafle ryżowe 20g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2644.57 kcal; Białko ogółem: 110.38 g; Tłuszcz: 101.64 g; Węglowodany ogółem: 348.29 g; Witamina C: 201.97 mg; Wapń: 1435.42 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2112.98 ug; Błonnik pokarmowy: 28.41 g; suma cukrów prostych: 97.99 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.96 g; sól: 2969.69 mg;		
niedziela 2024-06-23 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 125g , zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU, JAJ),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL), roladki schabowe duszone 100g (MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , sos warzywny 150ml (GLU, SEL), 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), szynka drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), Arbuz 150g , Posiłek nocny: wafle ryżowe 20g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2397.18 kcal; Białko ogółem: 115.51 g; Tłuszcz: 73.12 g; Węglowodany ogółem: 344.57 g; Witamina C: 127.89 mg; Wapń: 1307.31 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2632.09 ug; Błonnik pokarmowy: 28.78 g; suma cukrów prostych: 96.04 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.69 g; sól: 2587.27 mg;		
niedziela 2024-06-23 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 125g , zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU, JAJ), II Śniadanie: krakersy 20g (GLU, JAJ, ZIA),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL), roladki schabowe duszone 100g (MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , sos warzywny 150ml (GLU, SEL), kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml (BIA, GLU), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), szynka drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2402.94 kcal; Białko ogółem: 123.54 g; Tłuszcz: 79.44 g; Węglowodany ogółem: 332.70 g; Witamina C: 196.81 mg; Wapń: 1478.58 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2908.12 ug; Błonnik pokarmowy: 37.38 g; suma cukrów prostych: 89.84 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.75 g; sól: 2681.63 mg;		

Dietetyk

Lidia Basińska