

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-30 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
papryka konserwowa 70g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), ser topiony 50g (BIA), cytryna 20g , zupa mleczna z kaszką manną 350ml (BIA, GLU),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), kotlet schabowy 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , kapusta kiszona zasmażana 150g (GLU), kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: baton musli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2240.54 kcal; Białko ogółem: 98.64 g; Tłuszcz: 78.42 g; Węglowodany ogółem: 306.11 g; Witamina C: 180.21 mg; Wapń: 1218.79 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1041.21 ug; Błonnik pokarmowy: 23.28 g; suma cukrów prostych: 66.73 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.64 g; sól: 2195.36 mg;		
niedziela 2024-06-30 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
Pomidor 90g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), Twaróg kostka 50g (BIA), zupa mleczna z kaszką manną 350ml (BIA, GLU),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), schab duszony 100g (MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , Posiłek nocny: baton musli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2139.15 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 70.51 g; Węglowodany ogółem: 301.26 g; Witamina C: 144.74 mg; Wapń: 1119.88 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1773.63 ug; Błonnik pokarmowy: 24.05 g; suma cukrów prostych: 62.02 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.53 g; sól: 2058.65 mg;		
niedziela 2024-06-30 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
Pomidor 90g , herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), Twaróg kostka 50g (BIA), zupa mleczna z kaszką manną 350ml (BIA, GLU), II Śniadanie: chrupki kukurydziane 20g ,	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), schab duszony 100g (MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU), Podwieczorek: Arbuz 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), szynka drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: kanapka z białym serem i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2126.47 kcal; Białko ogółem: 104.86 g; Tłuszcz: 74.64 g; Węglowodany ogółem: 299.21 g; Witamina C: 288.35 mg; Wapń: 1137.28 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3378.39 ug; Błonnik pokarmowy: 42.69 g; suma cukrów prostych: 45.60 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.51 g; sól: 2488.99 mg;		

Dietetyk

 Lidia Basińska.....