

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-08-10 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
papryka świeża 60g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), ogórek zielony 60g ,	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL), gulasz wieprzowy 160g (GLU, MIĘ, SEL), kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU), buraczki 150g , herbata ziołowa 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna kukurydzianka 250ml (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet z kurczaka duszony 50g , masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: baton musli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2525.23 kcal; Białko ogółem: 96.60 g; Tłuszcz: 88.33 g; Węglowodany ogółem: 363.67 g; Witamina C: 161.31 mg; Wapń: 1093.38 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2018.96 ug; Błonnik pokarmowy: 30.20 g; suma cukrów prostych: 80.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.50 g; sól: 1742.03 mg;		
sobota 2024-08-10 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
Pomidor 120g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ),	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL), gulasz wieprzowy 160g (GLU, MIĘ, SEL), kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU), buraczki 150g , herbata ziołowa 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna kukurydzianka 250ml (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet z kurczaka duszony 50g , masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , Posiłek nocny: baton musli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2519.29 kcal; Białko ogółem: 96.50 g; Tłuszcz: 88.22 g; Węglowodany ogółem: 362.43 g; Witamina C: 104.07 mg; Wapń: 1087.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1834.28 ug; Błonnik pokarmowy: 30.14 g; suma cukrów prostych: 80.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.50 g; sól: 1743.11 mg;		
sobota 2024-08-10 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
papryka świeża 60g , herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), szynka drobiowa 50g (MIĘ), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), ogórek zielony 60g , II Śniadanie: wafle ryżowe 20g ,	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL), gulasz wieprzowy 160g (GLU, MIĘ, SEL), kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU), buraczki 150g , herbata ziołowa 250ml , Podwieczorek: sok pomidorowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna kukurydzianka 250ml (BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), filet z kurczaka duszony 50g , masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2455.16 kcal; Białko ogółem: 102.16 g; Tłuszcz: 85.87 g; Węglowodany ogółem: 357.62 g; Witamina C: 244.45 mg; Wapń: 1100.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2290.45 ug; Błonnik pokarmowy: 41.83 g; suma cukrów prostych: 61.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.50 g; sól: 2196.19 mg;		

Dietetyk

Lidia Basiońska