Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-08-02	**Dieta: PODSTAWOWA (1)**	
papryka świeża 60g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (***BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (***GLU, JAJ, ZIA***), twarożek z zieleniną 50g (***BIA***), zupa mleczna z kaszką manną 350ml (***BIA, GLU***), Pomidor 60g , sałata 25g ,	Zupa koperkowa z makaronem 350ml (***GLU, JAJ, SEL***), Ryba panierowana 100g (***GLU, JAJ, RYB***), ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z kapusty modrej 150g (***JAJ***), kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), zupa mleczna z ryżem 250ml (***BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (***GLU, JAJ, ZIA***), pasta z jaj 70g (***BIA, JAJ***), masło 15g (***BIA***), Pomidor 120g , **Posiłek nocny:** baton mussli 1szt (***BIA, GLU, SEZ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2392.17 kcal; Białko ogółem: 106.48 g; Tłuszcz: 86.95 g; Węglowodany ogółem: 321.69 g; Witamina C: 195.92 mg; Wapń: 1255.91 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 10758.62 ug; Błonnik pokarmowy: 27.99 g; suma cukrów prostych: 72.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.55 g; sól: 2265.59 mg;		
piątek 2024-08-02	**Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)**	
Pomidor 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (***BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (***GLU, JAJ, ZIA***), twarożek z zieleniną 50g (***BIA***), zupa mleczna z kaszką manną 350ml (***BIA, GLU***), sałata 25g ,	Zupa koperkowa z makaronem 350ml (***GLU, JAJ, SEL***), Ryba gotowana 100g (***RYB***), ziemniaki z koperkiem 200g , sos warzywny 150ml (***GLU, SEL***), kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), zupa mleczna z ryżem 250ml (***BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (***GLU, JAJ, ZIA***), pasta z jaj 70g (***BIA, JAJ***), masło 15g (***BIA***), Pomidor 120g , **Posiłek nocny:** baton mussli 1szt (***BIA, GLU, SEZ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2369.43 kcal; Białko ogółem: 117.07 g; Tłuszcz: 76.51 g; Węglowodany ogółem: 329.25 g; Witamina C: 173.11 mg; Wapń: 1261.79 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 14877.83 ug; Błonnik pokarmowy: 29.11 g; suma cukrów prostych: 68.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.55 g; sól: 1965.55 mg;		
piątek 2024-08-02	**Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)**	
papryka świeża 60g , herbata b/c 250ml , masło 15g (***BIA***), pieczywo razowe 100g (***GLU, JAJ***), twarożek z zieleniną 50g (***BIA***), zupa mleczna z kaszką manną 350ml (***BIA, GLU***), Pomidor 60g , sałata 25g , **II Śniadanie:** ciasto bez cukru 80g (***GLU, JAJ***),	Zupa jarzynowa 350ml (***GLU, SEL***), Ryba gotowana 100g (***RYB***), ziemniaki z koperkiem 200g , sos warzywny 150ml (***GLU, SEL***), kompot owocowy bez cukru 250ml , **Podwieczorek:** pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), zupa mleczna z ryżem 250ml (***BIA***), pieczywo razowe 120g (***GLU, JAJ***), pasta z jaj 70g (***BIA, JAJ***), masło 15g (***BIA***), Pomidor 120g , **Posiłek nocny:** kanapka z białym serem i sałatą 1szt (***BIA, GLU, JAJ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2490.08 kcal; Białko ogółem: 120.69 g; Tłuszcz: 81.11 g; Węglowodany ogółem: 355.41 g; Witamina C: 244.75 mg; Wapń: 1197.89 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 16266.17 ug; Błonnik pokarmowy: 39.15 g; suma cukrów prostych: 79.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.53 g; sól: 2660.12 mg;		

Dietetyk
Dietetyk

Lidia Basińska
.....