

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-09-04		
Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), pasta z ryby i twarożku z koperkiem 50g (BIA, RYB, SEL, DWU), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), ogórek zielony 100g , sałata 25g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml (GLU, SEL), Gołąbki 100g (JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , kalfior z marchewką 150g , herbata ziołowa 250ml , sos pomidorowy 60ml (GLU, DWU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), banan 150g 1szt , Posiłek nocny: Sok owocowo warzywny 330ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2326.72 kcal; Białko ogółem: 94.77 g; Tłuszcz: 60.92 g; Węglowodany ogółem: 374.68 g; Witamina C: 235.07 mg; Wapń: 1157.97 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3021.16 ug; Błonnik pokarmowy: 31.32 g; suma cukrów prostych: 97.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.71 g; sól: 1687.07 mg;		
środa 2024-09-04		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
ogórek kiszony bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), pasta z ryby i twarożku z koperkiem 50g (BIA, RYB, SEL, DWU), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), sałata 25g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml (GLU, SEL), Pulpet miesno ryżowy 100g (JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , kalfior z marchewką 150g , herbata ziołowa 250ml , sos pomidorowy 60ml (GLU, DWU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), banan 150g 1szt , Posiłek nocny: Sok owocowo warzywny 330ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2512.47 kcal; Białko ogółem: 107.54 g; Tłuszcz: 76.01 g; Węglowodany ogółem: 373.31 g; Witamina C: 214.62 mg; Wapń: 1149.59 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3104.68 ug; Błonnik pokarmowy: 30.03 g; suma cukrów prostych: 97.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.87 g; sól: 2713.08 mg;		
środa 2024-09-04		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), pasta z ryby i twarożku z koperkiem 50g (BIA, RYB, SEL, DWU), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), ogórek zielony 100g , sałata 25g , II Śniadanie: kefir 150ml (BIA),	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml (GLU, SEL), Pulpet miesno ryżowy 100g (JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , kalfior z marchewką 150g , herbata ziołowa 250ml , sos pomidorowy 60ml (GLU, DWU), Podwieczorek: krakersy 30g (GLU, JAJ, ZIA),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), Arbuż 150g , Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2445.87 kcal; Białko ogółem: 116.72 g; Tłuszcz: 83.00 g; Węglowodany ogółem: 336.63 g; Witamina C: 176.55 mg; Wapń: 1297.64 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1942.51 ug; Błonnik pokarmowy: 34.14 g; suma cukrów prostych: 55.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.56 g; sól: 2395.02 mg;		

Dietetyk

Lidia Basinska