

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-09-07 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), kielbasa szynkowa 50g , zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), jabłko 150g 1szt ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (GLU, SEL), Risotto mięsno jarzynowe 450g (MIĘ, DWU), herbata ziołowa 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), ogórek kiszony 125g Posiłek nocny: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 3041.42 kcal; Białko ogółem: 106.42 g; Tłuszcz: 111.68 g; Węglowodany ogółem: 424.87 g; Witamina C: 86.80 mg; Wapń: 990.89 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1857.14 ug; Błonnik pokarmowy: 25.92 g; suma cukrów prostych: 75.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.73 g; sól: 3381.97 mg;		
sobota 2024-09-07 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
jabłko gotowane 150g 1szt , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), kielbasa szynkowa 50g , zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU),	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (GLU, SEL), Risotto mięsno jarzynowe 450g (MIĘ, DWU), herbata ziołowa 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), ogórek kiszony bez skóry 125g , Posiłek nocny: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 3041.42 kcal; Białko ogółem: 106.42 g; Tłuszcz: 111.68 g; Węglowodany ogółem: 424.87 g; Witamina C: 86.80 mg; Wapń: 990.89 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1857.14 ug; Błonnik pokarmowy: 25.92 g; suma cukrów prostych: 75.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.73 g; sól: 3381.97 mg;		
sobota 2024-09-07 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), kielbasa szynkowa 50g , zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), jabłko 150g 1szt , II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (GLU, SEL), Risotto mięsno jarzynowe 450g (MIĘ, DWU), herbata ziołowa 250ml , Podwieczorek: Brzoskwinia 150g 1szt ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), ogórek kiszony 125g , Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2897.15 kcal; Białko ogółem: 111.20 g; Tłuszcz: 108.87 g; Węglowodany ogółem: 402.86 g; Witamina C: 157.32 mg; Wapń: 1025.09 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2153.60 ug; Błonnik pokarmowy: 38.34 g; suma cukrów prostych: 53.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.70 g; sól: 3753.86 mg;		

Dietetyk

Krzysztof Basiniński