

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-09-28 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), papryka świeża 125g ,	Zupa ponidorowa z kluseczkami 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL, DWU), Ryba panierowana 100g (GLU, JAJ, RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , surówka z kapusty białej 150g , kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), twarożek 40g (BIA), masło 15g (BIA), ogórek zielony 125g , dżem 30g , Posiłek nocny: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2401.26 kcal; Białko ogółem: 97.87 g; Tłuszcz: 81.51 g; Węglowodany ogółem: 339.39 g; Witamina C: 154.04 mg; Wapń: 980.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1275.98 ug; Błonnik pokarmowy: 23.67 g; suma cukrów prostych: 62.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.91 g; sól: 2091.45 mg;		
sobota 2024-09-28 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
pomidor bez skóry 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU),	Zupa ponidorowa z kluseczkami 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL, DWU), Ryba gotowana 100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , sos cytrynowy 60ml (GLU), kompot owocowy 250ml , marchew gotowana 150g (DWU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), twarożek 40g (BIA), masło 15g (BIA), dżem 30g , ogórek kiszony bez skóry 125g , Posiłek nocny: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2230.78 kcal; Białko ogółem: 97.31 g; Tłuszcz: 65.04 g; Węglowodany ogółem: 334.85 g; Witamina C: 111.54 mg; Wapń: 943.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2422.91 ug; Błonnik pokarmowy: 24.69 g; suma cukrów prostych: 57.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.69 g; sól: 2317.92 mg;		
sobota 2024-09-28 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), papryka świeża 125g , II Śniadanie: manna bez soku 200g (BIA, GLU),	Zupa ponidorowa z kluseczkami 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL, DWU), Ryba gotowana 100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , sos cytrynowy 60ml (GLU), kompot owocowy bez cukru 250ml , surówka z kapusty białej bez cukru 150g , Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), twarożek 40g (BIA), masło 15g (BIA), ogórek zielony 125g , polędwica drobiowa 30g (MIĘ, DWU), Posiłek nocny: kanapka z pastą jajeczną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2435.49 kcal; Białko ogółem: 108.76 g; Tłuszcz: 65.78 g; Węglowodany ogółem: 383.15 g; Witamina C: 183.87 mg; Wapń: 1021.69 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2511.47 ug; Błonnik pokarmowy: 36.12 g; suma cukrów prostych: 82.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.26 g; sól: 2395.95 mg;		

Dietetyk

