

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-10-31 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), Pomidor 100g , pasta z ryby i twarogu z koperkiem 70g (BIA, RYB, SEL, DWU), sałata 25g ,	Zupa ogórkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), wątróbka drobiowa z cebulką 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , marchew gotowana 150g (DWU), herbata ziołowa 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet z kurczaka duszony 50g , masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2418.83 kcal; Białko ogółem: 98.25 g; Tłuszcz: 82.53 g; Węglowodany ogółem: 351.17 g; Witamina C: 295.51 mg; Wapń: 1196.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2760.20 ug; Błonnik pokarmowy: 36.14 g; suma cukrów prostych: 67.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.53 g; sól: 1761.19 mg;		
czwartek 2024-10-31 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
pomidor bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), pasta z ryby i twarogu z koperkiem 70g (BIA, RYB, SEL, DWU), sałata 25g ,	Zupa ogórkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), wątróbka gotowana 100g (GLU), ziemniaki z koperkiem 200g , marchew gotowana 150g (DWU), herbata ziołowa 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet z kurczaka duszony 50g , masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2240.29 kcal; Białko ogółem: 100.18 g; Tłuszcz: 69.53 g; Węglowodany ogółem: 333.28 g; Witamina C: 291.92 mg; Wapń: 1156.34 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3373.86 ug; Błonnik pokarmowy: 35.89 g; suma cukrów prostych: 64.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.52 g; sól: 2125.84 mg;		
czwartek 2024-10-31 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), Pomidor 100g , pasta z ryby i twarogu z koperkiem 70g (BIA, RYB, SEL, DWU), sałata 25g , II Śniadanie: paluszki 50g (GLU, JAJ, OZI),	Zupa ogórkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), wątróbka gotowana 100g (GLU), ziemniaki z koperkiem 200g , marchew gotowana 150g (DWU), herbata ziołowa 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU), Podwieczorek: krakersy 50g (GLU, JAJ, ZIA),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ), 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 : 2369.15 kcal; Białko ogółem: 101.60 g; Tłuszcz: 81.26 g; Węglowodany ogółem: 338.67 g; Witamina C: 207.44 mg; Wapń: 1084.44 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2107.32 ug; Błonnik pokarmowy: 36.86 g; suma cukrów prostych: 69.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.70 g; sól: 2108.97 mg;		

Dietetyk
Lidia Basinska