

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-11-06		
Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA), Pomidor 100g , ser żółty 30g (BIA), sałata 25g , dżem 20g ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL), risotto z filetem z kurczaka i warzywami 450g (SEL), kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2708.49 kcal; Białko ogółem: 101.89 g; Tłuszcz: 80.62 g; Węglowodany ogółem: 416.51 g; Witamina C: 114.25 mg; Wapń: 1163.55 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1932.81 ug; Błonnik pokarmowy: 29.65 g; suma cukrów prostych: 76.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.28 g; sól: 2168.18 mg;		
środa 2024-11-06		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
pomidor bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA), Twaróg kostka 30g (BIA), sałata 25g , dżem 20g ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL), risotto z filetem z kurczaka i warzywami 450g (SEL), kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , Posiłek nocny: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2651.17 kcal; Białko ogółem: 98.69 g; Tłuszcz: 75.04 g; Węglowodany ogółem: 417.68 g; Witamina C: 114.33 mg; Wapń: 1036.17 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1873.05 ug; Błonnik pokarmowy: 29.65 g; suma cukrów prostych: 77.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.57 g; sól: 1948.78 mg;		
środa 2024-11-06		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA), Pomidor 100g , Twaróg kostka 50g (BIA), sałata 25g , II Śniadanie: manna bez soku 200g (BIA, GLU),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL), risotto z filetem z kurczaka i warzywami 450g (SEL), kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: biszkopty bez cukru 30g (GLU, JAJ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: kanapka z wędliną i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2722.93 kcal; Białko ogółem: 115.06 g; Tłuszcz: 78.10 g; Węglowodany ogółem: 420.86 g; Witamina C: 120.33 mg; Wapń: 1294.05 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1958.86 ug; Błonnik pokarmowy: 38.43 g; suma cukrów prostych: 77.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.64 g; sól: 2083.94 mg;		

Dietetyk

Lidia Basinska