

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów

Śniadanie  
II Śniadanie

Obiad  
Podwieczerek

Kolacja  
Posiłek nocny

czwartek 2024-11-21

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), ogórek kiszony 100g, pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (JAJ, RYB, SEL, DWU), sałata 25g

Zupa ogórkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), bitka wieprzowa 100g (MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g, surówka z kapusty białej 150g, kompot owocowy 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), polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt, Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),

**Wartości odżywcze:** Energia : 2485.29 kcal; Białko ogółem: 122.00 g; Tłuszcz: 84.53 g; Węglowodany ogółem: 329.04 g; Witamina C: 133.00 mg; Wapń: 1315.83 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1574.69 ug; Błonnik pokarmowy: 26.26 g; suma cukrów prostych: 72.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.30 g; sól: 2729.88 mg;

czwartek 2024-11-21

Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)

ogórek kiszony 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 gotowanej z warzywami 70g (JAJ, RYB, SEL, DWU), sałata 25g,

Zupa ogórkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), filet z kurczaka duszony 100g, ziemniaki z koperkiem 200g, sos warzywny 150ml (GLU, SEL), kompot owocowy 250ml,

kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt, Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),

**Wartości odżywcze:** Energia : 2440.15 kcal; Białko ogółem: 118.36 g; Tłuszcz: 78.62 g; Węglowodany ogółem: 340.40 g; Witamina C: 129.91 mg; Wapń: 1306.35 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2620.39 ug; Błonnik pokarmowy: 32.15 g; suma cukrów prostych: 74.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.56 g; sól: 2894.75 mg;

czwartek 2024-11-21

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), ogórek kiszony 100g, pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (JAJ, RYB, SEL, DWU), sałata 25g, II Śniadanie: manna bez soku 200g (BIA, GLU),

Zupa ogórkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), filet z kurczaka duszony 100g, ziemniaki z koperkiem 200g, sos warzywny 150ml (GLU, SEL), kompot owocowy bez cukru 250ml, Podwieczerek: 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), polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt, Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałata 1szt (BIA, GLU, JAJ),

**Wartości odżywcze:** Energia : 2657.32 kcal; Białko ogółem: 131.23 g; Tłuszcz: 87.65 g; Węglowodany ogółem: 370.35 g; Witamina C: 123.97 mg; Wapń: 1434.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2702.20 ug; Błonnik pokarmowy: 41.02 g; suma cukrów prostych: 65.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.88 g; sól: 3463.38 mg;

Dietetyk  
Dietetyk

Lidia Basiańska