


Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-12-10		
Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), Pomidor 100g , kielbasa szynkowa 50g , cytryna 20g ,	Żurek 350ml (BIA, GLU, MIĘ, DWU), roladka ze szpinakiem 100g (MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , buraczki 150g , herbata ziołowa 250ml , sos pietruszkowy 60ml (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), pieczeń wiedeńska 50g (GLU, JAJ, MIĘ), masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , Posiłek nocny: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2632.43 kcal; Białko ogółem: 99.55 g; Tłuszcz: 93.68 g; Węglowodany ogółem: 376.14 g; Witamina C: 374.09 mg; Wapń: 1066.50 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 809.45 ug; Błonnik pokarmowy: 32.79 g; suma cukrów prostych: 90.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.79 g; sól: 2610.42 mg;		
wtorek 2024-12-10		
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 makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), kielbasa szynkowa 50g , cytryna 20g ,	Żurek 350ml (BIA, GLU, MIĘ, DWU), roladka ze szpinakiem 100g (MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , buraczki 150g , herbata ziołowa 250ml , sos pietruszkowy 60ml (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , Posiłek nocny: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2519.24 kcal; Białko ogółem: 97.33 g; Tłuszcz: 83.20 g; Węglowodany ogółem: 370.89 g; Witamina C: 374.09 mg; Wapń: 1062.57 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 794.77 ug; Błonnik pokarmowy: 32.46 g; suma cukrów prostych: 90.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.56 g; sól: 2559.21 mg;		
wtorek 2024-12-10		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), Pomidor 100g , kielbasa szynkowa 50g , cytryna 20g , II Śniadanie: naleśniki z twarogiem 100g (BIA, GLU, JAJ),	Żurek 350ml (BIA, GLU, MIĘ, DWU), roladka ze szpinakiem 100g (MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , buraczki 150g , herbata ziołowa 250ml , sos pietruszkowy 60ml (GLU), Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (BIA),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , Posiłek nocny: kanapka z białym serem i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2606.96 kcal; Białko ogółem: 112.81 g; Tłuszcz: 89.37 g; Węglowodany ogółem: 372.74 g; Witamina C: 376.31 mg; Wapń: 1278.43 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 905.66 ug; Błonnik pokarmowy: 41.23 g; suma cukrów prostych: 81.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.90 g; sól: 2645.90 mg;		

Dietetyk



 Lidia Basińska