

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-12-22</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA (1)</b>		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), zupa mleczna z zacierką 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), Pomidor 125g , szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ),	Krupnik 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), kotlet schabowy 100g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , surówka z kapusty białej 150g , kompot owocowy 250ml , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), ser żółty 50g ( <b>BIA</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), banan 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2598.78 kcal; Białko ogółem: 122.06 g; Tłuszcz: 91.30 g; Węglowodany ogółem: 351.90 g; Witamina C: 244.85 mg; Wapń: 1277.55 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2795.76 ug; Błonnik pokarmowy: 36.15 g; suma cukrów prostych: 65.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.24 g; sól: 2457.14 mg;		
<b>niedziela 2024-12-22</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
pomidor bez skóry 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), zupa mleczna z zacierką 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ),	Krupnik 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), roladki schabowe duszone 100g ( <b>MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy 250ml , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), Twaróg kostka 50g ( <b>BIA</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), banan 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2214.43 kcal; Białko ogółem: 109.47 g; Tłuszcz: 63.23 g; Węglowodany ogółem: 331.20 g; Witamina C: 243.03 mg; Wapń: 1025.75 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3601.01 ug; Błonnik pokarmowy: 36.39 g; suma cukrów prostych: 65.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.25 g; sól: 2006.74 mg;		
<b>niedziela 2024-12-22</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)</b>		
herbata b/c 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), zupa mleczna z zacierką 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), Pomidor 125g , szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), <b>II Śniadanie:</b> kefir 150ml ( <b>BIA</b> ),	Krupnik 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), roladki schabowe duszone 100g ( <b>MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> wafelek owsiany 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Twaróg kostka 50g ( <b>BIA</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2241.68 kcal; Białko ogółem: 113.53 g; Tłuszcz: 76.29 g; Węglowodany ogółem: 306.60 g; Witamina C: 238.08 mg; Wapń: 1177.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2310.30 ug; Błonnik pokarmowy: 37.67 g; suma cukrów prostych: 60.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.76 g; sól: 2027.51 mg;		

Dietetyk  
Dietetyk

Lidia Basilewska