

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-01-03</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 100g , jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), sałata 25g , dżem 30g ,	Barszcz biały z makaronem 350g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ryba panierowana 100g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , kapusta kiszona zasmażana 150g ( <b>GLU</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 60g , zupa mleczna kukurydzianka 250ml ( <b>BIA</b> ), papryka świeża 60g , <b>Posiłek nocny:</b> wafelek owsiany 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2448.87 kcal; Białko ogółem: 108.78 g; Tłuszcz: 81.95 g; Węglowodany ogółem: 341.16 g; Witamina C: 199.85 mg; Wapń: 1162.19 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2013.90 ug; Błonnik pokarmowy: 25.81 g; suma cukrów prostych: 71.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.22 g; sól: 2421.72 mg;		
<b>piątek 2025-01-03</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
pomidor bez skóry 100g , 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> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), sałata 25g , dżem 30g ,	Barszcz biały z makaronem 350g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ryba gotowana 100g ( <b>RYB</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , fasolka szparagowa z wody 150g , sos pietruszkowy 60ml ( <b>GLU</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomidor bez skóry 125g , zupa mleczna kukurydzianka 250ml ( <b>BIA</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> wafelek owsiany 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2230.39 kcal; Białko ogółem: 107.71 g; Tłuszcz: 69.12 g; Węglowodany ogółem: 317.45 g; Witamina C: 143.05 mg; Wapń: 1179.42 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1595.82 ug; Błonnik pokarmowy: 26.74 g; suma cukrów prostych: 66.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.19 g; sól: 2343.87 mg;		
<b>piątek 2025-01-03</b> <b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH 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 100g , jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), sałata 25g , <b>II Śniadanie:</b> kisiel z jabłkiem b/c 200g ,	Barszcz biały z makaronem 350g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ryba gotowana 100g ( <b>RYB</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , fasolka szparagowa z wody 150g , sos pietruszkowy 60ml ( <b>GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> ciasto bez cukru 80g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 60g , zupa mleczna kukurydzianka 250ml ( <b>BIA</b> ), papryka świeża 60g , <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z białym serem i pomidorem 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2341.54 kcal; Białko ogółem: 116.47 g; Tłuszcz: 69.07 g; Węglowodany ogółem: 345.33 g; Witamina C: 210.95 mg; Wapń: 1191.80 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1943.76 ug; Błonnik pokarmowy: 36.33 g; suma cukrów prostych: 89.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.55 g; sól: 2414.93 mg;		

Dietetyk

