

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>Dieta: PODSTAWOWA (1)</b>		
<b>niedziela 2025-01-05</b>		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU, JAJ), Pomidor 125g , jajecznicza na parze 70g (JAJ),	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), Udko pieczone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU), groszek z marchewką 150g (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), Pieczeń rzymska 50g (GLU, JAJ, MIĘ), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2550.36 kcal; Białko ogółem: 124.12 g; Tłuszcz: 89.24 g; Węglowodany ogółem: 346.59 g; Witamina C: 196.83 mg; Wapń: 1273.92 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4814.85 ug; Błonnik pokarmowy: 37.55 g; suma cukrów prostych: 67.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.00 g; sól: 1960.69 mg;		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
<b>niedziela 2025-01-05</b>		
pomidor bez skóry 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU, JAJ), jajecznicza na parze 70g (JAJ),	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), udko duszone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU), marchew gotowana 150g (DWU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), Pieczeń rzymska 50g (GLU, JAJ, MIĘ), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2524.51 kcal; Białko ogółem: 123.04 g; Tłuszcz: 87.85 g; Węglowodany ogółem: 345.21 g; Witamina C: 198.20 mg; Wapń: 1288.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5995.83 ug; Błonnik pokarmowy: 38.50 g; suma cukrów prostych: 67.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.91 g; sól: 1962.44 mg;		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)</b>		
<b>niedziela 2025-01-05</b>		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU, JAJ), Pomidor 125g , jajecznicza na parze 70g (JAJ), <b>II Śniadanie:</b> ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), udko duszone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU), groszek z marchewką 150g (GLU), <b>Podwieczerek:</b> sok pomidorowy 200ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), Pieczeń rzymska 50g (GLU, JAJ, MIĘ), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z białym serem i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2613.59 kcal; Białko ogółem: 125.59 g; Tłuszcz: 99.56 g; Węglowodany ogółem: 339.71 g; Witamina C: 178.05 mg; Wapń: 1215.12 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3726.51 ug; Błonnik pokarmowy: 39.42 g; suma cukrów prostych: 70.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.09 g; sól: 2290.57 mg;		

Dietyk  
Lidia Baszka