

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-12-05</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 kaszą jęczmienną 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ), ogórek kiszony 100g , szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), sałata 25g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), stek z indyka 100g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , surówka z kapusty białej 150g , herbata ziołowa 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z zacierką 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), filet z kurczaka duszony 50g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), papryka świeża 125g , <b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2408.79 kcal; Białko ogółem: 101.85 g; Tłuszcz: 96.77 g; Węglowodany ogółem: 304.08 g; Witamina C: 277.87 mg; Wapń: 1268.43 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1878.07 ug; Błonnik pokarmowy: 24.21 g; suma cukrów prostych: 67.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.42 g; sól: 2354.25 mg;		
<b>czwartek 2024-12-05</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
ogórek kiszony 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 kaszą jęczmienną 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), sałata 25g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), pulpet drobiowy duszony 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , buraczki 150g , herbata ziołowa 250ml , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z zacierką 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), filet z kurczaka duszony 50g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomidor bez skóry 125g , <b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2226.24 kcal; Białko ogółem: 93.33 g; Tłuszcz: 73.77 g; Węglowodany ogółem: 317.88 g; Witamina C: 116.51 mg; Wapń: 1268.74 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1357.59 ug; Błonnik pokarmowy: 24.36 g; suma cukrów prostych: 75.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.21 g; sól: 2454.14 mg;		
<b>czwartek 2024-12-05</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 kaszą jęczmienną 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ), ogórek kiszony 100g , szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), sałata 25g , <b>II Sniadanie:</b> ciasto bez cukru 80g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), pulpet drobiowy duszony 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , buraczki 150g , herbata ziołowa 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> ), zupa mleczna z zacierką 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), filet z kurczaka duszony 50g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), papryka świeża 125g , <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z pastą jajeczną i sałatą 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2500.29 kcal; Białko ogółem: 102.29 g; Tłuszcz: 87.76 g; Węglowodany ogółem: 355.57 g; Witamina C: 245.05 mg; Wapń: 1221.76 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1948.80 ug; Błonnik pokarmowy: 33.96 g; suma cukrów prostych: 94.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.05 g; sól: 2506.34 mg;		

Dietetyk

Lidia Basińska