

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
Dieta: PODSTAWOWA (1)		
środa 2025-01-08		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), Pomidor 100g , ser żółty 30g (BIA), dżem 20g , sałata 25g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), stek z indyka 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ryż na sypko 200g , kompot owocowy 250ml , surówka z kapusty białej 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2527.69 kcal; Białko ogółem: 88.65 g; Tłuszcz: 94.41 g; Węglowodany ogółem: 353.13 g; Witamina C: 110.66 mg; Wapń: 1012.40 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1310.01 ug; Błonnik pokarmowy: 25.31 g; suma cukrów prostych: 69.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.60 g; sól: 1767.93 mg;		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
środa 2025-01-08		
pomidor bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), Twaróg kostka 30g (BIA), dżem 20g , sałata 25g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), Rolada drobiowa duszona 100g , ryż na sypko 200g , sos naturalny 60g (BIA, GLU), kompot owocowy 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , Posiłek nocny: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2217.00 kcal; Białko ogółem: 81.72 g; Tłuszcz: 63.29 g; Węglowodany ogółem: 352.55 g; Witamina C: 108.29 mg; Wapń: 859.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2166.35 ug; Błonnik pokarmowy: 26.56 g; suma cukrów prostych: 68.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.42 g; sól: 1875.11 mg;		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
środa 2025-01-08		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), Pomidor 100g , Twaróg kostka 50g (BIA), sałata 25g , II Śniadanie: manna bez soku 200g (BIA, GLU),	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), Rolada drobiowa duszona 100g , ryż na sypko 200g , sos naturalny 60g (BIA, GLU), kompot owocowy bez cukru 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , Podwieczorek: ciasto bez cukru 80g (GLU, JAJ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2379.40 kcal; Białko ogółem: 100.34 g; Tłuszcz: 67.46 g; Węglowodany ogółem: 373.47 g; Witamina C: 111.31 mg; Wapń: 1125.29 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2278.52 ug; Błonnik pokarmowy: 35.46 g; suma cukrów prostych: 79.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.82 g; sól: 2024.32 mg;		

Dietetyk
Dietetyk

Lidia Basińska