

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-01-12 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), Pomidor 125g , pieczeń wiedeńska 50g (GLU, JAJ, MIĘ),	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), udko duszone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , surówka z kapusty białej 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), połówka droiowa z warzywami 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2342.17 kcal; Białko ogółem: 105.75 g; Tłuszcz: 74.23 g; Węglowodany ogółem: 341.35 g; Witamina C: 232.39 mg; Wapń: 1138.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2642.16 ug; Błonnik pokarmowy: 34.59 g; suma cukrów prostych: 63.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.71 g; sól: 1699.93 mg;		
niedziela 2025-01-12 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
pomidor bez skóry 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), pieczeń wiedeńska 50g (GLU, JAJ, MIĘ),	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), udko duszone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , sos warzywny 150ml (GLU, SEL),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), połówka droiowa z warzywami 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2360.47 kcal; Białko ogółem: 108.47 g; Tłuszcz: 70.52 g; Węglowodany ogółem: 357.15 g; Witamina C: 229.64 mg; Wapń: 1146.29 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3665.81 ug; Błonnik pokarmowy: 40.64 g; suma cukrów prostych: 66.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.51 g; sól: 1813.90 mg;		
niedziela 2025-01-12 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), Pomidor 125g , pieczeń wiedeńska 50g (GLU, JAJ, MIĘ), II Śniadanie: krakersy 50g (GLU, JAJ, ZIA),	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), udko duszone 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , sos warzywny 150ml (GLU, SEL), Podwieczorek: sok pomidorowy 200ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), połówka droiowa z warzywami 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: kanapka z białym serem i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2432.95 kcal; Białko ogółem: 112.36 g; Tłuszcz: 76.68 g; Węglowodany ogółem: 359.27 g; Witamina C: 210.86 mg; Wapń: 1086.59 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2508.17 ug; Błonnik pokarmowy: 42.61 g; suma cukrów prostych: 52.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.42 g; sól: 2616.73 mg;		

Dietetyk
Dietetyk

Lidia Basińska