

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-01-13		
Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA), ogórek zielony 60g , szynka drobiowa 20g (MIĘ, DWU), papryka świeża 60g , jajko gotowane 1szt (JAJ),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), filet z kurczaka w ziołach 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , Surówka z kapusty modrej 150g (JAJ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), banan 150g 1szt , Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: baton musli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2333.58 kcal; Białko ogółem: 98.90 g; Tłuszcz: 75.98 g; Węglowodany ogółem: 334.73 g; Witamina C: 238.73 mg; Wapń: 1086.87 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1401.31 ug; Błonnik pokarmowy: 28.08 g; suma cukrów prostych: 87.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.21 g; sól: 1695.80 mg;		
poniedziałek 2025-01-13		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
pomidor bez skóry 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA), szynka drobiowa 20g (MIĘ, DWU), jajko gotowane 1szt (JAJ),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), filet z kurczaka duszony 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), banan 150g 1szt , Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: baton musli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2265.13 kcal; Białko ogółem: 98.93 g; Tłuszcz: 71.69 g; Węglowodany ogółem: 328.02 g; Witamina C: 146.99 mg; Wapń: 1067.89 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1993.70 ug; Błonnik pokarmowy: 28.85 g; suma cukrów prostych: 81.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.91 g; sól: 1701.13 mg;		
poniedziałek 2025-01-13		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA), ogórek zielony 60g , szynka drobiowa 20g (MIĘ, DWU), papryka świeża 60g , jajko gotowane 1szt (JAJ), II Śniadanie: kisiel z jabłkiem b/c 200g ,	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), filet z kurczaka duszony 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , Podwieczorek: jabłko 150g 1szt ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2210.23 kcal; Białko ogółem: 102.62 g; Tłuszcz: 69.19 g; Węglowodany ogółem: 328.70 g; Witamina C: 297.68 mg; Wapń: 1123.11 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2254.34 ug; Błonnik pokarmowy: 41.77 g; suma cukrów prostych: 73.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.30 g; sól: 1740.50 mg;		

Dietetyk
Dietetyk

.....Lidia Baśnińska