

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-01-15		
Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), Pomidor 100g , ser żółty 30g (BIA), sałata 25g , dżem 20g ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL), mortadela smażona 100g (GLU, MIĘ, DWU), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , buraczki 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2513.43 kcal; Białko ogółem: 88.10 g; Tłuszcz: 82.13 g; Węglowodany ogółem: 379.38 g; Witamina C: 148.94 mg; Wapń: 1197.31 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1478.70 ug; Błonnik pokarmowy: 30.21 g; suma cukrów prostych: 87.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.56 g; sól: 2820.60 mg;		
środa 2025-01-15		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
pomidor bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), Twaróg kostka 30g (BIA), sałata 25g , dżem 20g ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL), parówka 100g (GLU, MIĘ, DWU), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , buraczki 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2551.87 kcal; Białko ogółem: 83.75 g; Tłuszcz: 91.62 g; Węglowodany ogółem: 372.06 g; Witamina C: 149.85 mg; Wapń: 1164.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1442.35 ug; Błonnik pokarmowy: 29.61 g; suma cukrów prostych: 92.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.20 g; sól: 2389.05 mg;		
środa 2025-01-15		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), Pomidor 100g , Twaróg kostka 30g (BIA), sałata 25g , szynka drobiowa 20g (MIĘ, DWU), II Śniadanie: pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL), parówka 100g (GLU, MIĘ, DWU), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , buraczki 150g , Podwieczorek: ciasto bez cukru 80g (GLU, JAJ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: kanapka z wędliną i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2568.88 kcal; Białko ogółem: 92.61 g; Tłuszcz: 89.73 g; Węglowodany ogółem: 381.23 g; Witamina C: 241.37 mg; Wapń: 1147.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1518.04 ug; Błonnik pokarmowy: 41.07 g; suma cukrów prostych: 95.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.93 g; sól: 2420.03 mg;		

Dietetyk

