

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-01-30		
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), ogórek kiszony 100g , pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (JAJ, RYB, SEL, DWU), sałata 25g ,	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), kotlet schabowy 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , kapusta kiszona zasmażana 150g (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , sałata 25g , Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2485.88 kcal; Białko ogółem: 113.83 g; Tłuszcz: 88.60 g; Węglowodany ogółem: 332.10 g; Witamina C: 111.92 mg; Wapń: 1058.75 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1613.89 ug; Błonnik pokarmowy: 27.01 g; suma cukrów prostych: 62.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.18 g; sól: 3361.03 mg;		
czwartek 2025-01-30		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
ogórek kiszony bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (JAJ, RYB, SEL, DWU), sałata 25g ,	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), roladki schabowe duszone 100g (MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , sałata 25g , Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2228.86 kcal; Białko ogółem: 107.02 g; Tłuszcz: 74.17 g; Węglowodany ogółem: 307.84 g; Witamina C: 133.23 mg; Wapń: 1055.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2393.50 ug; Błonnik pokarmowy: 27.68 g; suma cukrów prostych: 58.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.71 g; sól: 3012.40 mg;		
czwartek 2025-01-30		
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), ogórek kiszony 100g , pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (JAJ, RYB, SEL, DWU), sałata 25g , II Śniadanie: kisiel z jabłkiem b/c 200g ,	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), roladki schabowe duszone 100g (MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU), Podwieczorek: paluszki 50g (GLU, JAJ, OZI),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , sałata 25g , Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałata 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2375.47 kcal; Białko ogółem: 111.82 g; Tłuszcz: 79.03 g; Węglowodany ogółem: 336.92 g; Witamina C: 136.07 mg; Wapń: 936.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2434.09 ug; Błonnik pokarmowy: 36.92 g; suma cukrów prostych: 54.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.59 g; sól: 3526.12 mg;		

Dietetyk
Lidia Basinska