

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-07-18</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA (1)</b>		
papryka świeża 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ), sałata 20g ,	Zupa ogórkowa z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), wątróbka drobiowa z cebulką 160g , ziemniaki z koperkiem 200g , surówka z ogórka, marchewki i cebuli 150g , herbata ziołowa 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), banan 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo warzywny 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2494.68 kcal; Białko ogółem: 110.39 g; Tłuszcz: 86.85 g; Węglowodany ogółem: 340.76 g; Witamina C: 180.07 mg; Wapń: 1170.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1507.54 ug; Błonnik pokarmowy: 25.97 g; suma cukrów prostych: 69.12 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.56 g; sól: 1928.57 mg;		
<b>czwartek 2024-07-18</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
Pomidor 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ), sałata 20g ,	Zupa ogórkowa z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), wątróbka gotowana 160g ( <b>GLU</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , buraczki 150g , herbata ziołowa 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), banan 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo warzywny 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2294.50 kcal; Białko ogółem: 110.62 g; Tłuszcz: 67.33 g; Węglowodany ogółem: 337.64 g; Witamina C: 147.67 mg; Wapń: 1160.53 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2672.70 ug; Błonnik pokarmowy: 29.77 g; suma cukrów prostych: 68.62 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.56 g; sól: 2223.16 mg;		
<b>czwartek 2024-07-18</b> <b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)</b>		
papryka świeża 100g , herbata b/c 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ), sałata 20g , <b>II Śniadanie:</b> manna bez soku 200g ( <b>BIA, GLU</b> ),	Zupa ogórkowa z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), wątróbka gotowana 160g ( <b>GLU</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , buraczki 150g , herbata ziołowa 250ml , <b>Podwieczorek:</b> wafelek owsiany 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2500.15 kcal; Białko ogółem: 122.37 g; Tłuszcz: 68.21 g; Węglowodany ogółem: 387.45 g; Witamina C: 234.72 mg; Wapń: 1249.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2755.64 ug; Błonnik pokarmowy: 43.15 g; suma cukrów prostych: 93.15 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.55 g; sól: 2300.92 mg;		

Dietetyk  
Dietetyk  
*[Signature]*  
Lidia Baszńska