

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-08-05 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
sałata 20g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 30g (MIĘ), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), Pomidor 100g , ser żółty 20g (BIA),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), bitka wieprzowa 100g (MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , surówka z kapusty kiszzonej 150g , kompot owocowy 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2392.17 kcal; Białko ogółem: 106.48 g; Tłuszcz: 86.95 g; Węglowodany ogółem: 321.69 g; Witamina C: 195.92 mg; Wapń: 1255.91 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 10758.62 ug; Błonnik pokarmowy: 27.99 g; suma cukrów prostych: 72.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.55 g; sól: 2265.59 mg;		
poniedziałek 2024-08-05 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
Pomidor 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 30g (MIĘ), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), sałata 20g , Twaróg kostka 20g (BIA),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), roladki schabowe duszone 100g (MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , kalafior z wody 150g , kompot owocowy 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , Posiłek nocny: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2369.43 kcal; Białko ogółem: 117.07 g; Tłuszcz: 76.51 g; Węglowodany ogółem: 329.25 g; Witamina C: 173.11 mg; Wapń: 1261.79 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 14877.83 ug; Błonnik pokarmowy: 29.11 g; suma cukrów prostych: 68.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.55 g; sól: 1965.55 mg;		
poniedziałek 2024-08-05 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
sałata 20g , herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), szynka drobiowa 30g (MIĘ), zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (BIA, GLU), Pomidor 100g , Twaróg kostka 20g (BIA), II Śniadanie: krakersy 20g (GLU, JAJ, ZIA),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), roladki schabowe duszone 100g (MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , kalafior z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU), Podwieczorek: wafle ryżowe 20g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), szynka drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2490.08 kcal; Białko ogółem: 120.69 g; Tłuszcz: 81.11 g; Węglowodany ogółem: 355.41 g; Witamina C: 244.75 mg; Wapń: 1197.89 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 16266.17 ug; Błonnik pokarmowy: 39.15 g; suma cukrów prostych: 79.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.53 g; sól: 2660.12 mg;		

Dietetyk
Dietetyk


Lidia Basińska