

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-02Dieta: 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 125g , twarożek z zieleniną 70g (BIA),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), Ryba panierowana 100g (GLU, JAJ, RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , groszek z marchewką 150g (GLU), herbata ziołowa 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA), masło 15g (BIA), pasta z jaj 50g (BIA, JAJ), Pomidor 60g , papryka świeża 60g , Posiłek nocny: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2486.98 kcal; Białko ogółem: 107.52 g; Tłuszcz: 84.23 g; Węglowodany ogółem: 348.83 g; Witamina C: 165.01 mg; Wapń: 1222.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3371.50 ug; Błonnik pokarmowy: 27.45 g; suma cukrów prostych: 75.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.53 g; sól: 2714.14 mg;		
piątek 2026-01-02Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
ogórek kiszony bez skóry 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), twarożek z zieleniną 70g (BIA),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), Ryba gotowana 100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , sos warzywny 150ml (GLU, SEL), herbata ziołowa 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA), masło 15g (BIA), pasta z jaj 50g (BIA, JAJ), pomidor bez skóry 125g , Posiłek nocny: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2340.99 kcal; Białko ogółem: 107.36 g; Tłuszcz: 71.93 g; Węglowodany ogółem: 342.19 g; Witamina C: 134.29 mg; Wapń: 1241.27 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2426.79 ug; Błonnik pokarmowy: 29.89 g; suma cukrów prostych: 78.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.57 g; sól: 2929.88 mg;		
piątek 2026-01-02Dieta: 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 125g , twarożek z zieleniną 70g (BIA), II Śniadanie: maślanka 200g (BIA),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), Ryba gotowana 100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , sos warzywny 150ml (GLU, SEL), herbata ziołowa 250ml , Podwieczorek: mandarynka 1szt ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA), masło 15g (BIA), pasta z jaj 50g (BIA, JAJ), Pomidor 60g , papryka świeża 60g , Posiłek nocny: kanapka z białym serem i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2272.59 kcal; Białko ogółem: 116.59 g; Tłuszcz: 69.88 g; Węglowodany ogółem: 330.55 g; Witamina C: 227.33 mg; Wapń: 1456.33 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2726.85 ug; Błonnik pokarmowy: 40.05 g; suma cukrów prostych: 74.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.64 g; sól: 3054.58 mg;		

Dietetyk

.....