

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-08 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA), ogórek kiszony 60g , ser topiony 20g (BIA), papryka świeża 60g , kiełbasa krakowska 30g (MIĘ),	kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU), potrawka z kurczaka z warzywami 250g (GLU, SEL), Ziemniaczanka 350ml (GLU, SEL), kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ), masło 15g (BIA), szynka (wędlina) w galarecie 50g (MIĘ, DWU), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2550.39 kcal; Białko ogółem: 110.10 g; Tłuszcz: 81.86 g; Węglowodany ogółem: 367.56 g; Witamina C: 152.83 mg; Wapń: 1107.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2528.18 ug; Błonnik pokarmowy: 30.51 g; suma cukrów prostych: 69.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.61 g; sól: 2509.16 mg;		
czwartek 2026-01-08 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
ogórek kiszony bez skóry 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA), Twaróg kostka 20g (BIA), poledwica drobiowa 30g (MIĘ, DWU),	kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU), potrawka z kurczaka z warzywami 250g (GLU, SEL), Ziemniaczanka 350ml (GLU, SEL), kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ), masło 15g (BIA), szynka (wędlina) w galarecie 50g (MIĘ, DWU), jabłko gotowane 150g 1szt , Posiłek nocny: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2469.47 kcal; Białko ogółem: 109.43 g; Tłuszcz: 72.83 g; Węglowodany ogółem: 365.69 g; Witamina C: 77.47 mg; Wapń: 1064.49 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2228.65 ug; Błonnik pokarmowy: 29.72 g; suma cukrów prostych: 69.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.57 g; sól: 2760.03 mg;		
czwartek 2026-01-08 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA), ogórek kiszony 60g , Twaróg kostka 20g (BIA), papryka świeża 60g , poledwica drobiowa 30g (MIĘ, DWU), II Śniadanie: mus wielowarzywny 100g ,	kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU), potrawka z kurczaka z warzywami 250g (GLU, SEL), Ziemniaczanka 350ml (GLU, SEL), kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: sok pomidorowy 200ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ), masło 15g (BIA), szynka (wędlina) w galarecie 50g (MIĘ, DWU), jabłko 150g 1szt , Posiłek nocny: kanapka z białym serem i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2395.46 kcal; Białko ogółem: 119.46 g; Tłuszcz: 70.87 g; Węglowodany ogółem: 360.97 g; Witamina C: 305.25 mg; Wapń: 1167.93 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4120.51 ug; Błonnik pokarmowy: 49.27 g; suma cukrów prostych: 51.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.23 g; sól: 2792.40 mg;		

Dietetyk

.....