Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-01-07	**Dieta: PODSTAWOWA (1)**	
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (***BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (***GLU, JAJ, ZIA***), zupa mleczna z ryżem 350ml (***BIA***), Pomidor 115g , jajecznica na parze 70g (***JAJ***), sałata 10g ,	Barszcz biały z makaronem 350g (***GLU, JAJ, SEL***), kotlet mielony 100g (***GLU, JAJ, MIĘ***), ziemniaki z koperkiem 200g , kapusta kiszona zasmażana 150g (***GLU***), kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (***GLU, JAJ, ZIA***), Pieczeń rzymska 50g (***GLU, JAJ, MIĘ***), masło 15g (***BIA***), pomarańcza 60g , Zupa mleczna z płatkami 250ml (***BIA, GLU***), melon 60g , **Posiłek nocny:** baton mussli 1szt (***BIA, GLU, SEZ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2602.84 kcal; Białko ogółem: 97.30 g; Tłuszcz: 98.41 g; Węglowodany ogółem: 354.70 g; Witamina C: 144.42 mg; Wapń: 1068.56 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1554.63 ug; Błonnik pokarmowy: 26.10 g; suma cukrów prostych: 71.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.40 g; sól: 2309.22 mg;		
środa 2026-01-07	**Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)**	
pomidor bez skóry 115g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (***BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (***GLU, JAJ, ZIA***), zupa mleczna z ryżem 350ml (***BIA***), jajecznica na parze 70g (***JAJ***), sałata 10g ,	Barszcz biały z makaronem 350g (***GLU, JAJ, SEL***), kotlet mielony 100g (***GLU, JAJ, MIĘ***), ziemniaki z koperkiem 200g , bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (***GLU, JAJ, ZIA***), Pieczeń rzymska 50g (***GLU, JAJ, MIĘ***), masło 15g (***BIA***), pomarańcza 60g , Zupa mleczna z płatkami 250ml (***BIA, GLU***), melon 60g , **Posiłek nocny:** baton mussli 1szt (***BIA, GLU, SEZ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2561.01 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; Tłuszcz: 98.38 g; Węglowodany ogółem: 345.41 g; Witamina C: 164.05 mg; Wapń: 1071.75 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2107.05 ug; Błonnik pokarmowy: 27.24 g; suma cukrów prostych: 66.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.38 g; sól: 2059.01 mg;		
środa 2026-01-07	**Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)**	
herbata b/c 250ml , masło 15g (***BIA***), pieczywo razowe 100g (***GLU, JAJ***), zupa mleczna z ryżem 350ml (***BIA***), Pomidor 115g , jajecznica na parze 70g (***JAJ***), sałata 10g , **II Śniadanie:** kisiel z jabłkiem b/c 200g ,	Barszcz biały z makaronem 350g (***GLU, JAJ, SEL***), kotlet mielony 100g (***GLU, JAJ, MIĘ***), ziemniaki z koperkiem 200g , Brokuł z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , **Podwieczorek:** jogurt naturalny 1szt (***BIA***),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), pieczywo razowe 120g (***GLU, JAJ***), Pieczeń rzymska 50g (***GLU, JAJ, MIĘ***), masło 15g (***BIA***), pomarańcza 60g , Zupa mleczna z płatkami 250ml (***BIA, GLU***), melon 60g , **Posiłek nocny:** kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (***BIA, GLU, JAJ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2514.13 kcal; Białko ogółem: 105.07 g; Tłuszcz: 97.22 g; Węglowodany ogółem: 336.92 g; Witamina C: 204.13 mg; Wapń: 1222.13 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1584.55 ug; Błonnik pokarmowy: 34.94 g; suma cukrów prostych: 64.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.88 g; sól: 2093.40 mg;		

Dietetyk

.....

Własność P.P.H.U. Eksport-Import "Martina". Wszelkie prawa zastrzeżone