

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-04-21 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU, JAJ), Pomidor 60g , szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), papryka świeża 60g ,	Krupnik 350ml (GLU, SEL), roladka ze szpinakiem 100g (MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , buraczki 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), twaróg 50g (BIA), masło 15g (BIA), ogórek kiszony 125g , ciasto jogurtowe 100g (GLU, JAJ), Posiłek nocny: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2427.43 kcal; Białko ogółem: 106.22 g; Tłuszcz: 80.90 g; Węglowodany ogółem: 339.65 g; Witamina C: 195.06 mg; Wapń: 992.39 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1592.74 ug; Błonnik pokarmowy: 25.07 g; suma cukrów prostych: 90.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.35 g; sól: 2817.21 mg;		
poniedziałek 2025-04-21 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
pomidor bez skóry 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU, JAJ), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ),	Krupnik 350ml (GLU, SEL), roladka ze szpinakiem 100g (MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU), buraczki 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), twaróg 50g (BIA), masło 15g (BIA), ogórek kiszony bez skóry 125g , ciasto jogurtowe 100g (GLU, JAJ), Posiłek nocny: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2421.09 kcal; Białko ogółem: 106.04 g; Tłuszcz: 80.75 g; Węglowodany ogółem: 338.19 g; Witamina C: 130.75 mg; Wapń: 990.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1370.22 ug; Błonnik pokarmowy: 24.69 g; suma cukrów prostych: 90.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.32 g; sól: 2820.27 mg;		
poniedziałek 2025-04-21 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU, JAJ), Pomidor 60g , szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), papryka świeża 60g , II Śniadanie: kefir 150ml (BIA),	Krupnik 350ml (GLU, SEL), roladka ze szpinakiem 100g (MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , sos naturalny 60g (BIA, GLU), buraczki 150g , Podwieczorek: mus wielowarzywny 100g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), twaróg 50g (BIA), masło 15g (BIA), ogórek kiszony 125g , ciasto bez cukru 100g (GLU, JAJ), Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2494.50 kcal; Białko ogółem: 121.62 g; Tłuszcz: 81.68 g; Węglowodany ogółem: 356.27 g; Witamina C: 282.62 mg; Wapń: 1247.30 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3083.43 ug; Błonnik pokarmowy: 42.13 g; suma cukrów prostych: 93.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.41 g; sól: 2964.38 mg;		

Dietetyk

.....