

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-06-29Dieta: 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), Pomidor 125g , filet zapiekany 50g ,	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), kotlet mielony 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , kapusta kiszona zasmażana 150g (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), kielbasa szynkowa 50g , masło 15g (BIA), Arbuz 150g , zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: baton mussli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2558.15 kcal; Białko ogółem: 103.56 g; Tłuszcz: 99.52 g; Węglowodany ogółem: 332.52 g; Witamina C: 124.00 mg; Wapń: 1146.34 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1421.03 ug; Błonnik pokarmowy: 23.26 g; suma cukrów prostych: 76.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.41 g; sól: 2770.06 mg;		
niedziela 2025-06-29Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
pomidor 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), filet zapiekany 50g ,	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), kotlet mielony 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , kalafior z marchewką 150g , sos pietruszkowy 60ml (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), kielbasa szynkowa 50g , masło 15g (BIA), Arbuz 150g , zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: baton mussli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2530.28 kcal; Białko ogółem: 104.94 g; Tłuszcz: 99.56 g; Węglowodany ogółem: 325.84 g; Witamina C: 170.77 mg; Wapń: 1130.30 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1644.59 ug; Błonnik pokarmowy: 24.79 g; suma cukrów prostych: 71.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.39 g; sól: 2532.00 mg;		
niedziela 2025-06-29Dieta: 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), Pomidor 125g , filet zapiekany 50g , II Śniadanie: kefir 150ml (BIA),	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), kotlet mielony 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , kapusta kiszona zasmażana 150g (GLU), Podwieczorek: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), kielbasa szynkowa 50g , masło 15g (BIA), Arbuz 150g , zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2555.63 kcal; Białko ogółem: 111.49 g; Tłuszcz: 105.67 g; Węglowodany ogółem: 318.97 g; Witamina C: 126.07 mg; Wapń: 1318.69 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1489.34 ug; Błonnik pokarmowy: 31.50 g; suma cukrów prostych: 70.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.02 g; sól: 2841.79 mg;		

Dietetyk

.....