

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-06-30 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA), rzodkiewka 115g , cytryna 10g , twarożek z zieleniną 50g (BIA),	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), kotlet warzywny z burakiem i kaszą jaglaną 100g (GLU, SEL), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , surówka z ogórka,marchewki i cebuli 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), pasta z kiełbasy 50g (BIA, SEL), masło 15g (BIA), Pomidor 60g , Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), papryka świeża 60g , Posiłek nocny: Sok owocowo warzywny 330ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2385.04 kcal; Białko ogółem: 82.72 g; Tłuszcz: 75.73 g; Węglowodany ogółem: 382.22 g; Witamina C: 374.99 mg; Wapń: 1224.70 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5379.01 ug; Błonnik pokarmowy: 42.68 g; suma cukrów prostych: 95.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.50 g; sól: 1772.14 mg;		
poniedziałek 2025-06-30 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
pomidor bez skóry 115g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA), cytryna 10g , twarożek z zieleniną 50g (BIA),	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), kotlet warzywny z burakiem i kaszą jaglaną 100g (GLU, SEL), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), pasta z kiełbasy 50g (BIA, SEL), masło 15g (BIA), pomidor bez skóry 125g , Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: Sok owocowo warzywny 330ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2290.76 kcal; Białko ogółem: 83.36 g; Tłuszcz: 68.33 g; Węglowodany ogółem: 371.87 g; Witamina C: 338.59 mg; Wapń: 1201.48 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4241.32 ug; Błonnik pokarmowy: 39.94 g; suma cukrów prostych: 93.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.95 g; sól: 1731.36 mg;		
poniedziałek 2025-06-30 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA), rzodkiewka 115g , cytryna 10g , twarożek z zieleniną 50g (BIA), II Śniadanie: kisiel z jabłkiem b/c 200g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), kotlet warzywny z burakiem i kaszą jaglaną 100g (GLU, SEL), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , Podwieczorek: Arbuz 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), pasta z kiełbasy 50g (BIA, SEL), masło 15g (BIA), Pomidor 60g , Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), papryka świeża 60g , Posiłek nocny: kanapka z białym serem i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2254.40 kcal; Białko ogółem: 87.77 g; Tłuszcz: 72.78 g; Węglowodany ogółem: 356.03 g; Witamina C: 370.13 mg; Wapń: 1225.29 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3178.42 ug; Błonnik pokarmowy: 47.89 g; suma cukrów prostych: 72.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.49 g; sól: 1724.66 mg;		

Dietetyk

.....