

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-08-01Dieta: 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 60g , jajecznicą na parze 70g (JAJ), ogórek kiszony 60g ,	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), Ryba panierowana 100g (GLU, JAJ, RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , fasolka szparagowa z wody 150g , sos pietruszkowy 60ml (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), twaróg 50g (BIA), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna kukurydzianka 250ml (BIA), Posiłek nocny: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2401.29 kcal; Białko ogółem: 104.98 g; Tłuszcz: 78.92 g; Węglowodany ogółem: 344.48 g; Witamina C: 127.71 mg; Wapń: 1204.66 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1334.52 ug; Błonnik pokarmowy: 30.43 g; suma cukrów prostych: 77.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.33 g; sól: 2174.19 mg;		
piątek 2025-08-01Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
pomidor bez skóry 60g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), jajecznicą na parze 70g (JAJ), ogórek kiszony bez skóry 60g ,	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), Ryba gotowana 100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , fasolka szparagowa z wody 150g , sos pietruszkowy 60ml (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), twaróg 50g (BIA), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , zupa mleczna kukurydzianka 250ml (BIA), Posiłek nocny: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2218.90 kcal; Białko ogółem: 102.98 g; Tłuszcz: 66.26 g; Węglowodany ogółem: 328.14 g; Witamina C: 127.85 mg; Wapń: 1192.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1288.27 ug; Błonnik pokarmowy: 29.42 g; suma cukrów prostych: 76.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.32 g; sól: 2371.57 mg;		
piątek 2025-08-01Dieta: 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 60g , jajecznicą na parze 70g (JAJ), ogórek kiszony 60g , II Śniadanie: kisiel z jabłkiem b/c 200g ,	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), Ryba gotowana 100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , fasolka szparagowa z wody 150g , sos pietruszkowy 60ml (GLU), Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (BIA),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), twaróg 50g (BIA), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna kukurydzianka 250ml (BIA), Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2172.24 kcal; Białko ogółem: 109.39 g; Tłuszcz: 64.89 g; Węglowodany ogółem: 322.04 g; Witamina C: 132.33 mg; Wapń: 1337.61 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1352.49 ug; Błonnik pokarmowy: 38.06 g; suma cukrów prostych: 75.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.81 g; sól: 2437.77 mg;		

Dietetyk

.....