

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-08-10Dieta: 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), papryka świeża 125g , dżem 30g , jajko gotowane 1szt (JAJ),	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), stek z indyka 100g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , kapusta kiszona zasmażana 150g (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), ser topiony 50g (BIA), masło 15g (BIA), Arbuz 150g , zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: sok pomidorowy 330ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2493.08 kcal; Białko ogółem: 100.48 g; Tłuszcz: 96.51 g; Węglowodany ogółem: 328.26 g; Witamina C: 356.40 mg; Wapń: 1246.50 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2511.08 ug; Błonnik pokarmowy: 25.36 g; suma cukrów prostych: 64.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.26 g; sól: 3229.77 mg;		
niedziela 2025-08-10Dieta: 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), dżem 30g , jajko gotowane 1szt (JAJ),	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), pulpet drobiowy duszony 100g (GLU, JAJ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), Twaróg kostka 50g (BIA), masło 15g (BIA), Arbuz 150g , zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: sok pomidorowy 330ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2175.30 kcal; Białko ogółem: 92.55 g; Tłuszcz: 63.41 g; Węglowodany ogółem: 331.05 g; Witamina C: 239.55 mg; Wapń: 1143.33 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2579.12 ug; Błonnik pokarmowy: 26.40 g; suma cukrów prostych: 60.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.01 g; sól: 2662.54 mg;		
niedziela 2025-08-10Dieta: 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), papryka świeża 125g , polędwica drobiowa 30g (MIĘ, DWU), jajko gotowane 1szt (JAJ), II Śniadanie: kefir 150ml (BIA),	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), pulpet drobiowy duszony 100g (GLU, JAJ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU), Podwieczorek: kanapka z białym serem i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), Twaróg kostka 50g (BIA), masło 15g (BIA), Arbuz 150g , zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: kanapka z wędliną i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2282.18 kcal; Białko ogółem: 106.53 g; Tłuszcz: 74.33 g; Węglowodany ogółem: 327.84 g; Witamina C: 273.48 mg; Wapń: 1311.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2882.92 ug; Błonnik pokarmowy: 35.94 g; suma cukrów prostych: 54.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.14 g; sól: 2391.89 mg;		

Dietetyk

.....