

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-08-14 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), ogórek kiszony 100g , sałata 25g , pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (JAJ, RYB, SEL, DWU),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), kaszanka z cebulką 100g (MIĘ, DWU), 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), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2394.96 kcal; Białko ogółem: 100.94 g; Tłuszcz: 85.45 g; Węglowodany ogółem: 334.66 g; Witamina C: 216.04 mg; Wapń: 1365.26 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2143.90 ug; Błonnik pokarmowy: 32.02 g; suma cukrów prostych: 77.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.78 g; sól: 3357.99 mg;		
czwartek 2025-08-14 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
ogórek kiszony bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), sałata 25g , pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (JAJ, RYB, SEL, DWU),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), parówka 100g (GLU, MIĘ, DWU), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos pomidorowy 60ml (GLU, DWU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2492.67 kcal; Białko ogółem: 101.42 g; Tłuszcz: 100.59 g; Węglowodany ogółem: 323.98 g; Witamina C: 217.63 mg; Wapń: 1350.22 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2199.25 ug; Błonnik pokarmowy: 30.80 g; suma cukrów prostych: 76.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.58 g; sól: 3182.47 mg;		
czwartek 2025-08-14 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), Zupa mleczna z płatkami 350ml (BIA, GLU), ogórek kiszony 100g , sałata 25g , pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (JAJ, RYB, SEL, DWU), II Śniadanie: budyń bez soku 200ml (BIA),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), parówka 100g (GLU, MIĘ, DWU), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos pomidorowy 60ml (GLU, DWU), Podwieczorek: sok pomidorowy 200ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: kanapka z białym serem i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2537.53 kcal; Białko ogółem: 107.99 g; Tłuszcz: 106.39 g; Węglowodany ogółem: 325.29 g; Witamina C: 285.14 mg; Wapń: 1407.08 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2452.96 ug; Błonnik pokarmowy: 41.05 g; suma cukrów prostych: 74.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.85 g; sól: 3600.59 mg;		

Dietetyk

.....