

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-08-26 Dieta: 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), pomarańcza 115g , cytryna 10g , kielbasa krakowska 30g (MIĘ), polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU),	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), makaron z serem,cebulką i skwarkami 250g (GLU, JAJ, MIĘ, SEL, DWU), herbata ziołowa 250ml , kapusta kiszona zasmażana 150g (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet z kurczaka duszony 50g , masło 15g (BIA), Pomidor 125g , zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2463.99 kcal; Białko ogółem: 94.44 g; Tłuszcz: 77.77 g; Węglowodany ogółem: 366.98 g; Witamina C: 216.10 mg; Wapń: 1168.67 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1568.83 ug; Błonnik pokarmowy: 26.74 g; suma cukrów prostych: 93.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.22 g; sól: 2241.82 mg;		
wtorek 2025-08-26 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
cytryna 10g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ), pomarańcza 115g , polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU),	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), makaron z twarogiem i masłem 250g (BIA, GLU, JAJ), herbata ziołowa 250ml , jabłko gotowane 150g 1szt ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet z kurczaka duszony 50g , masło 15g (BIA), pomidor bez skóry 125g , zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2338.66 kcal; Białko ogółem: 87.01 g; Tłuszcz: 64.54 g; Węglowodany ogółem: 372.67 g; Witamina C: 218.14 mg; Wapń: 1215.57 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1079.80 ug; Błonnik pokarmowy: 26.30 g; suma cukrów prostych: 104.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.77 g; sól: 1905.72 mg;		
wtorek 2025-08-26 Dieta: 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), pomarańcza 115g , cytryna 10g , polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), II Śniadanie: mus wielowarzywny 100g ,	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), makaron z twarogiem i masłem 250g (BIA, GLU, JAJ), herbata ziołowa 250ml , jabłko 150g 1szt , Podwieczorek: kefir 200ml (BIA),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), filet z kurczaka duszony 50g , masło 15g (BIA), Pomidor 125g , zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: kanapka z białym serem i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2247.94 kcal; Białko ogółem: 100.24 g; Tłuszcz: 64.25 g; Węglowodany ogółem: 354.62 g; Witamina C: 306.16 mg; Wapń: 1531.47 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2473.36 ug; Błonnik pokarmowy: 42.88 g; suma cukrów prostych: 84.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.17 g; sól: 2045.10 mg;		

Dietetyk

.....