Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-11-05	**Dieta: PODSTAWOWA (1)**	
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (***BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (***GLU, JAJ, ZIA***), zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (***BIA***), Pomidor 100g , ser żółty 30g (***BIA***), sałata 25g , dżem 20g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (***BIA, GLU, JAJ, SEL***), stek z indyka 100g (***GLU, JAJ, MIĘ***), 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***), połędwica droiowa z warzywami 50g (***MIĘ, DWU***), masło 15g (***BIA***), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z makaronem 250ml (***BIA, GLU, JAJ***), **Posiłek nocny:** ciastka zbożowe 30g (***GLU, JAJ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2466.25 kcal; Białko ogółem: 90.48 g; Tłuszcz: 89.05 g; Węglowodany ogółem: 349.30 g; Witamina C: 143.45 mg; Wapń: 1181.52 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2032.36 ug; Błonnik pokarmowy: 28.83 g; suma cukrów prostych: 77.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.21 g; sól: 1814.04 mg;		
środa 2025-11-05	**Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)**	
pomidor bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (***BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (***GLU, JAJ, ZIA***), zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (***BIA***), Twaróg kostka 30g (***BIA***), sałata 25g , dżem 20g ,	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (***BIA, GLU, JAJ, SEL***), kotlet na parze 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 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***), połędwica droiowa z warzywami 50g (***MIĘ, DWU***), masło 15g (***BIA***), jabłko gotowane 150g 1szt , zupa mleczna z makaronem 250ml (***BIA, GLU, JAJ***), **Posiłek nocny:** ciastka zbożowe 30g (***GLU, JAJ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2280.31 kcal; Białko ogółem: 91.89 g; Tłuszcz: 66.79 g; Węglowodany ogółem: 350.34 g; Witamina C: 143.05 mg; Wapń: 1050.75 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1923.74 ug; Błonnik pokarmowy: 28.52 g; suma cukrów prostych: 78.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.63 g; sól: 1608.59 mg;		
środa 2025-11-05	**Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)**	
herbata b/c 250ml , masło 15g (***BIA***), pieczywo razowe 100g (***GLU, JAJ***), zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (***BIA***), Pomidor 100g , Twaróg kostka 30g (***BIA***), sałata 25g , szynka drobiowa 20g (***MIĘ, DWU***), **II Śniadanie:** maślanka 200g (***BIA***),	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (***BIA, GLU, JAJ, SEL***), kotlet na parze 100g , ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos naturalny 60g (***BIA, GLU***), **Podwieczorek:** mus wielowarzywny 100g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), pieczywo razowe 120g (***GLU, JAJ***), połędwica droiowa z warzywami 50g (***MIĘ, DWU***), masło 15g (***BIA***), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z makaronem 250ml (***BIA, GLU, JAJ***), **Posiłek nocny:** kanapka z pastą jajeczną i sałatą 1szt (***BIA, GLU, JAJ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2177.59 kcal; Białko ogółem: 108.84 g; Tłuszcz: 65.33 g; Węglowodany ogółem: 326.51 g; Witamina C: 229.87 mg; Wapń: 1361.77 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3312.50 ug; Błonnik pokarmowy: 45.10 g; suma cukrów prostych: 60.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.21 g; sól: 1813.32 mg;		

Dietetyk

.....

Własność P.P.H.U. Eksport-Import "Martina". Wszelkie prawa zastrzeżone