Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-11-09	**Dieta: 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***), Pomidor 125g , szynka konserwowa drobiowa 50g (***MIĘ***),	Barszcz biały z makaronem 350g (***GLU, JAJ, SEL***), roladka ze szpinakiem 100g (***MIĘ***), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , kapusta kiszona zasmażana 150g (***GLU***), sos koperkowy 60ml (***GLU***),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (***GLU, JAJ, ZIA***), filet zapiekany 50g , masło 15g (***BIA***), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (***BIA***), **Posiłek nocny:** jogurt owocowy 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2258.11 kcal; Białko ogółem: 103.47 g; Tłuszcz: 71.26 g; Węglowodany ogółem: 323.13 g; Witamina C: 143.54 mg; Wapń: 1176.05 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1522.21 ug; Błonnik pokarmowy: 26.54 g; suma cukrów prostych: 72.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.63 g; sól: 2639.24 mg;		
niedziela 2025-11-09	**Dieta: 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***), szynka konserwowa drobiowa 50g (***MIĘ***),	Barszcz biały z makaronem 350g (***GLU, JAJ, SEL***), roladka ze szpinakiem 100g (***MIĘ***), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , sos koperkowy 60ml (***GLU***), bukiet jarzyn z wody 150g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (***GLU, JAJ, ZIA***), filet zapiekany 50g , masło 15g (***BIA***), jabłko gotowane 150g 1szt , zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (***BIA***), **Posiłek nocny:** jogurt owocowy 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2216.28 kcal; Białko ogółem: 103.79 g; Tłuszcz: 71.23 g; Węglowodany ogółem: 313.84 g; Witamina C: 163.16 mg; Wapń: 1179.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2074.63 ug; Błonnik pokarmowy: 27.68 g; suma cukrów prostych: 67.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.61 g; sól: 2389.03 mg;		
niedziela 2025-11-09	**Dieta: 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***), Pomidor 125g , szynka konserwowa drobiowa 50g (***MIĘ***), **II Śniadanie:** sok pomidorowy 200ml ,	Barszcz biały z makaronem 350g (***GLU, JAJ, SEL***), roladka ze szpinakiem 100g (***MIĘ***), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , sos koperkowy 60ml (***GLU***), bukiet jarzyn z wody 150g , **Podwieczorek:** ciastka zbożowe 30g (***GLU, JAJ***),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), pieczywo razowe 120g (***GLU, JAJ***), filet zapiekany 50g , masło 15g (***BIA***), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (***BIA***), **Posiłek nocny:** kanapka z białym serem i pomidorem 1szt (***BIA, GLU, JAJ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2307.81 kcal; Białko ogółem: 108.03 g; Tłuszcz: 82.37 g; Węglowodany ogółem: 318.16 g; Witamina C: 221.12 mg; Wapń: 1104.08 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2358.94 ug; Błonnik pokarmowy: 37.99 g; suma cukrów prostych: 66.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.13 g; sól: 2752.36 mg;		

Dietetyk

.....

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