

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-11-13 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), Pomidor 60g , parówka 70g (GLU, MIĘ, DWU), papryka konserwowa 60g ,	Dyniowa z zacierką 350ml (GLU, JAJ, SEL), kotleciki z cukini i mięsa 100g (GLU, SEL), ryż na sypko 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), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2485.07 kcal; Białko ogółem: 89.66 g; Tłuszcz: 87.73 g; Węglowodany ogółem: 365.37 g; Witamina C: 192.46 mg; Wapń: 1307.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3233.95 ug; Błonnik pokarmowy: 34.89 g; suma cukrów prostych: 73.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.18 g; sól: 2402.10 mg;		
czwartek 2025-11-13 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 płatkami 350ml (BIA, GLU), parówka 70g (GLU, MIĘ, DWU),	Dyniowa z zacierką 350ml (GLU, JAJ, SEL), kotleciki z cukini i mięsa 100g (GLU, SEL), ryż na sypko 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), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2477.64 kcal; Białko ogółem: 89.75 g; Tłuszcz: 87.03 g; Węglowodany ogółem: 364.78 g; Witamina C: 162.07 mg; Wapń: 1305.48 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3224.72 ug; Błonnik pokarmowy: 34.62 g; suma cukrów prostych: 73.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.05 g; sól: 2249.64 mg;		
czwartek 2025-11-13 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), Pomidor 60g , parówka 70g (GLU, MIĘ, DWU), papryka konserwowa 60g , II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml ,	Dyniowa z zacierką 350ml (GLU, JAJ, SEL), kotleciki z cukini i mięsa 100g (GLU, SEL), ryż na sypko 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , bukiet jarzyn z wody 150g , sos naturalny 60g (BIA, GLU), Podwieczorek: baton mussli 1szt (BIA, GLU, SEZ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: kanapka z białym serem i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2524.17 kcal; Białko ogółem: 93.49 g; Tłuszcz: 98.71 g; Węglowodany ogółem: 357.31 g; Witamina C: 250.58 mg; Wapń: 1251.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3454.13 ug; Błonnik pokarmowy: 44.99 g; suma cukrów prostych: 63.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.14 g; sól: 2767.01 mg;		

Dietetyk

.....