

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-11-14 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA), Pomidor 100g , jajecznica na parze 70g (JAJ), sałata 25g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL), Ryba gotowana 100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , sos grecki 150ml (GLU, SEL, DWU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), ser topiony 50g (BIA), masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2283.85 kcal; Białko ogółem: 104.18 g; Tłuszcz: 70.18 g; Węglowodany ogółem: 339.95 g; Witamina C: 270.08 mg; Wapń: 1342.75 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3885.69 ug; Błonnik pokarmowy: 35.31 g; suma cukrów prostych: 66.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.82 g; sól: 2744.51 mg;		
piątek 2025-11-14 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
pomidor bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA), jajecznica na parze 70g (JAJ), sałata 25g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL), Ryba gotowana 100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , sos grecki 150ml (GLU, SEL, DWU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), Twaróg kostka 50g (BIA), masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2204.52 kcal; Białko ogółem: 105.30 g; Tłuszcz: 60.00 g; Węglowodany ogółem: 341.40 g; Witamina C: 270.22 mg; Wapń: 1227.64 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3824.80 ug; Błonnik pokarmowy: 35.31 g; suma cukrów prostych: 67.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.79 g; sól: 2387.84 mg;		
piątek 2025-11-14 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna kukurydzianka 350ml (BIA), Pomidor 100g , jajecznica na parze 70g (JAJ), sałata 25g , II Śniadanie: kisiel z jabłkiem b/c 200g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL), Ryba gotowana 100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , sos grecki 150ml (GLU, SEL, DWU), Podwieczorek: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), Twaróg kostka 50g (BIA), masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU, JAJ), Posiłek nocny: kanapka z pastą jajeczną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2283.25 kcal; Białko ogółem: 105.10 g; Tłuszcz: 71.33 g; Węglowodany ogółem: 336.21 g; Witamina C: 188.47 mg; Wapń: 1177.39 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2495.22 ug; Błonnik pokarmowy: 35.56 g; suma cukrów prostych: 75.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.34 g; sól: 2386.84 mg;		

Dietetyk

.....