

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Radziejów                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                        | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>czwartek 2025-11-20</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA (1)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), zupa mleczna z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), ogórek kiszony 60g , kielbasa krakowska 30g ( <b>MIĘ</b> ), ser żółty 20g ( <b>BIA</b> ), rzodkiewka 60g ,                                            | Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), medaliony wieprzowe z marchewką 100g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , buraczki 150g ,                                                                        | kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g ( <b>JAJ, RYB, SEL, DWU</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>ciastka zbożowe 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ),    |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2627.60 kcal; Białko ogółem: 104.10 g; Tłuszcz: 107.20 g; Węglowodany ogółem: 336.21 g; Witamina C: 178.71 mg; Wapń: 1094.36 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1688.19 ug; Błonnik pokarmowy: 27.53 g; suma cukrów prostych: 83.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.89 g; sól: 2289.60 mg; |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>czwartek 2025-11-20</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| ogórek kiszony bez skóry 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), zupa mleczna z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), szynka drobiowa 30g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Twaróg kostka 20g ( <b>BIA</b> ),                                            | Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), medaliony wieprzowe z marchewką 100g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , buraczki 150g ,                                                                        | kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g ( <b>JAJ, RYB, SEL, DWU</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>ciastka zbożowe 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ),    |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2553.43 kcal; Białko ogółem: 101.87 g; Tłuszcz: 98.80 g; Węglowodany ogółem: 335.73 g; Witamina C: 169.98 mg; Wapń: 1004.65 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1657.22 ug; Błonnik pokarmowy: 26.47 g; suma cukrów prostych: 84.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.82 g; sól: 2532.72 mg;  |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>czwartek 2025-11-20</b> <b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)</b>                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| herbata b/c 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), zupa mleczna z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), ogórek kiszony 60g , szynka drobiowa 30g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Twaróg kostka 20g ( <b>BIA</b> ), rzodkiewka 60g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>budyń bez soku 200ml ( <b>BIA</b> ), | Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), medaliony wieprzowe z marchewką 100g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , buraczki 150g ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>baton mussli 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ), | kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g ( <b>JAJ, RYB, SEL, DWU</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>kanapka z białym serem i pomidorem 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2573.98 kcal; Białko ogółem: 110.42 g; Tłuszcz: 105.94 g; Węglowodany ogółem: 325.58 g; Witamina C: 181.63 mg; Wapń: 1224.59 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1674.14 ug; Błonnik pokarmowy: 35.59 g; suma cukrów prostych: 78.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.51 g; sól: 2232.10 mg; |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

Dietetyk

.....