

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-11-30Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (BIA), ogórek kiszony 125g , Salceson 50g (MIĘ, DWU),	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), Roladki schabowe z pieczarkami 100g (MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 250ml , kapusta kiszona zasmażana 150g (GLU), sos naturalny 60g (BIA, GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: baton mussli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2318.32 kcal; Białko ogółem: 94.14 g; Tłuszcz: 78.74 g; Węglowodany ogółem: 330.37 g; Witamina C: 168.38 mg; Wapń: 1059.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1084.73 ug; Błonnik pokarmowy: 26.08 g; suma cukrów prostych: 75.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.50 g; sól: 3668.25 mg;		
niedziela 2025-11-30Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
ogórek kiszony bez skóry 125g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (BIA), polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU),	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), roladki schabowe z warzywami 100g (GLU, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 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), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: baton mussli 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2262.73 kcal; Białko ogółem: 96.97 g; Tłuszcz: 65.33 g; Węglowodany ogółem: 343.60 g; Witamina C: 186.73 mg; Wapń: 1075.57 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2366.33 ug; Błonnik pokarmowy: 28.70 g; suma cukrów prostych: 71.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.95 g; sól: 2738.36 mg;		
niedziela 2025-11-30Dieta: 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), ogórek kiszony 125g , polędwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), II Śniadanie: kefir 150ml (BIA),	Barszcz biały z makaronem 350g (GLU, JAJ, SEL), roladki schabowe z warzywami 100g (GLU, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g , herbata ziołowa 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), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), pomarańcza 1szt - 150g 0.5szt , Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: kanapka z białym serem i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2207.03 kcal; Białko ogółem: 109.31 g; Tłuszcz: 64.60 g; Węglowodany ogółem: 336.06 g; Witamina C: 274.29 mg; Wapń: 1321.12 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3819.21 ug; Błonnik pokarmowy: 45.47 g; suma cukrów prostych: 58.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.56 g; sól: 2865.37 mg;		

Dietetyk

.....