

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-12-01</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 zacierką 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), ogórek kiszony 60g , ser żółty 20g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 60g , kiełbasa krakowska 30g ( <b>MIĘ</b> ),	Krupnik 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Pieczeń rzymska 100g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , buraczki 150g , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), Kurczak w galarecie 50g ( <b>MIĘ, SEL</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), jabłko 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> baton mussli 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2505.40 kcal; Białko ogółem: 105.00 g; Tłuszcz: 96.16 g; Węglowodany ogółem: 330.82 g; Witamina C: 133.77 mg; Wapń: 1033.66 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1312.42 ug; Błonnik pokarmowy: 28.92 g; suma cukrów prostych: 72.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.40 g; sól: 2257.99 mg;		
<b>poniedziałek 2025-12-01</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
ogórek kiszony bez skóry 60g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), zupa mleczna z zacierką 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), Twaróg kostka 20g ( <b>BIA</b> ), pomidor bez skóry 60g , szynka drobiowa 30g ( <b>MIĘ, DWU</b> ),	Krupnik 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Pieczeń rzymska 100g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , buraczki 150g , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), Kurczak w galarecie 50g ( <b>MIĘ, SEL</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), jabłko gotowane 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> baton mussli 1szt ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2432.36 kcal; Białko ogółem: 102.71 g; Tłuszcz: 87.81 g; Węglowodany ogółem: 331.60 g; Witamina C: 133.83 mg; Wapń: 949.07 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1272.59 ug; Błonnik pokarmowy: 28.92 g; suma cukrów prostych: 72.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.34 g; sól: 2095.79 mg;		
<b>poniedziałek 2025-12-01</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 zacierką 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), ogórek kiszony 60g , Twaróg kostka 20g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 60g , szynka drobiowa 30g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), <b>II Śniadanie:</b> kisiel z jabłkiem b/c 200g ,	Krupnik 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Pieczeń rzymska 100g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , buraczki 150g , sos naturalny 60g ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> maślanka 200g ( <b>BIA</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Kurczak w galarecie 50g ( <b>MIĘ, SEL</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), jabłko 150g 1szt , <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2400.09 kcal; Białko ogółem: 111.38 g; Tłuszcz: 85.53 g; Węglowodany ogółem: 328.38 g; Witamina C: 137.41 mg; Wapń: 1138.97 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1336.80 ug; Błonnik pokarmowy: 37.55 g; suma cukrów prostych: 75.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.37 g; sól: 2237.58 mg;		

Dietetyk

.....