

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-12-05 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z ryżem 350ml (BIA), papryka świeża 100g , jajko gotowane 1szt (JAJ), sałata 25g , dżem 30g ,	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL), Ryba gotowana 100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , fasolka szparagowa z wody 150g , sos pietruszkowy 60ml (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), twaróg z zieleniną 70g (BIA), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (BIA), Posiłek nocny: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2459.14 kcal; Białko ogółem: 104.61 g; Tłuszcz: 69.64 g; Węglowodany ogółem: 381.21 g; Witamina C: 258.72 mg; Wapń: 1057.87 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1869.84 ug; Błonnik pokarmowy: 31.74 g; suma cukrów prostych: 75.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.54 g; sól: 1934.30 mg;		
piątek 2025-12-05 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
pomidor bez skóry 100g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z ryżem 350ml (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), sałata 25g , dżem 30g ,	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL), Ryba gotowana 100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy 250ml , fasolka szparagowa z wody 150g , sos pietruszkowy 60ml (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), twaróg z zieleniną 70g (BIA), masło 15g (BIA), jabłko gotowane 150g 1szt , zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (BIA), Posiłek nocny: ciastka zbożowe 30g (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2447.44 kcal; Białko ogółem: 104.25 g; Tłuszcz: 69.37 g; Węglowodany ogółem: 378.51 g; Witamina C: 149.82 mg; Wapń: 1054.27 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1490.94 ug; Błonnik pokarmowy: 31.02 g; suma cukrów prostych: 75.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.49 g; sól: 1938.80 mg;		
piątek 2025-12-05 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
herbata b/c 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU, JAJ), zupa mleczna z ryżem 350ml (BIA), papryka świeża 100g , jajko gotowane 1szt (JAJ), sałata 25g , II Śniadanie: manna bez soku 200g (BIA, GLU),	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL), Ryba gotowana 100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot owocowy bez cukru 250ml , fasolka szparagowa z wody 150g , sos pietruszkowy 60ml (GLU), Podwieczorek: kefir 150ml (BIA),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), twaróg z zieleniną 70g (BIA), masło 15g (BIA), jabłko 150g 1szt , zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (BIA), Posiłek nocny: kanapka z pastą jajeczną i sałata 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2392.36 kcal; Białko ogółem: 118.08 g; Tłuszcz: 71.78 g; Węglowodany ogółem: 355.20 g; Witamina C: 262.59 mg; Wapń: 1437.58 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1913.85 ug; Błonnik pokarmowy: 40.07 g; suma cukrów prostych: 61.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.63 g; sól: 2066.87 mg;		

Dietetyk

.....