

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-12-26 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
herbata z cukrem 250ml , masło 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ, ZIA), zupa mleczna z ryżem 350ml (BIA), Pomidor 100g , jajko gotowane 1szt (JAJ), sałata 25g , dżem 30g ,	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL), Ryba gotowana 100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , fasolka szparagowa z wody 150g , kompot owocowy 250ml , sos cytrynowy 60ml (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), banan 40g 1szt , sałatka jarzynowa 100g (BIA, JAJ, SEL), Posiłek nocny: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2410.93 kcal; Białko ogółem: 111.83 g; Tłuszcz: 71.09 g; Węglowodany ogółem: 357.62 g; Witamina C: 154.67 mg; Wapń: 917.13 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2206.78 ug; Błonnik pokarmowy: 31.04 g; suma cukrów prostych: 57.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.09 g; sól: 2006.00 mg;		
piątek 2025-12-26 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 , fasolka szparagowa z wody 150g , kompot owocowy 250ml , sos cytrynowy 60ml (GLU),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g (GLU, JAJ, ZIA), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), banan 40g 1szt , sałatka jarzynowa 100g (BIA, JAJ, SEL), Posiłek nocny: wafelek owsiany 1szt (BIA, GLU, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2410.93 kcal; Białko ogółem: 111.83 g; Tłuszcz: 71.09 g; Węglowodany ogółem: 357.62 g; Witamina C: 154.67 mg; Wapń: 917.13 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2206.78 ug; Błonnik pokarmowy: 31.04 g; suma cukrów prostych: 57.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.09 g; sól: 2006.00 mg;		
piątek 2025-12-26 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), Pomidor 100g , jajko gotowane 1szt (JAJ), sałata 25g , II Śniadanie: kefir 150ml (BIA),	Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL), Ryba gotowana 100g (RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , fasolka szparagowa z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , sos cytrynowy 60ml (GLU), Podwieczorek: mus wielowarzywny 100g ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), filet zapiekany 50g , masło 15g (BIA), pomarańcza 40g 0.5szt , sałatka jarzynowa 100g (BIA, JAJ, SEL), Posiłek nocny: kanapka z białym serem i pomidorem 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2295.02 kcal; Białko ogółem: 124.05 g; Tłuszcz: 70.27 g; Węglowodany ogółem: 335.49 g; Witamina C: 256.63 mg; Wapń: 1172.40 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3663.63 ug; Błonnik pokarmowy: 47.89 g; suma cukrów prostych: 41.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.66 g; sól: 2133.73 mg;		

Dietetyk

.....