

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-06-21</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA (1)</b>		
sałata 25g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), papryka świeża 100g , zupa mleczna z kaszką manną 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ),	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL, DWU</b> ), Ryba panierowana 100g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , surówka z marchwi i jabłka 150g , kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), pasta z jaj 50g ( <b>BIA, JAJ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 100g , sałata 25g , <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2372.55 kcal; Białko ogółem: 103.20 g; Tłuszcz: 83.24 g; Węglowodany ogółem: 327.44 g; Witamina C: 240.52 mg; Wapń: 1187.64 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3865.97 ug; Błonnik pokarmowy: 27.43 g; suma cukrów prostych: 59.96 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.64 g; sól: 1929.64 mg;		
<b>piątek 2024-06-21</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)</b>		
sałata 25g , herbata z cukrem 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 100g , zupa mleczna z kaszką manną 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ),	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL, DWU</b> ), Ryba gotowana 100g ( <b>RYB</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , fasolka szparagowa z marchewką z wody 150g ( <b>GLU</b> ), kompot owocowy 250ml ,	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), pasta z jaj 50g ( <b>BIA, JAJ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 100g , sałata 25g , <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2122.55 kcal; Białko ogółem: 102.83 g; Tłuszcz: 63.52 g; Węglowodany ogółem: 307.81 g; Witamina C: 141.06 mg; Wapń: 1199.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2159.22 ug; Błonnik pokarmowy: 26.00 g; suma cukrów prostych: 57.17 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.64 g; sól: 2086.21 mg;		
<b>piątek 2024-06-21</b> <b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)</b>		
sałata 25g , herbata b/c 250ml , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), papryka świeża 100g , zupa mleczna z kaszką manną 350ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>II Śniadanie:</b> biszkopity bez cukru 20g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL, DWU</b> ), Ryba gotowana 100g ( <b>RYB</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , fasolka szparagowa z marchewką z wody 150g ( <b>GLU</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> paluszki 50g ( <b>GLU, JAJ, OZI</b> ),	kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta z jaj 50g ( <b>BIA, JAJ</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 100g , sałata 25g , <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z masłem, wędliną i sałata 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2300.68 kcal; Białko ogółem: 110.38 g; Tłuszcz: 69.82 g; Węglowodany ogółem: 339.77 g; Witamina C: 250.23 mg; Wapń: 1088.37 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2609.13 ug; Błonnik pokarmowy: 35.64 g; suma cukrów prostych: 52.39 g; Kwasy tłuszczowe: 4:0: 0.59 g; sól: 2573.40 mg;		

Dietetyk

Lidia Basińska