

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-04-04 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa		
Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Kielbasa szynkowa 30g (SOJ), Twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 70g (MLE), pomidory 60g, Makaron na mleku 350ml (GLU, MLE),	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (GLU, MLE, SEL), Gulasz wieprzowy 200g (GLU, MLE), Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU, MLE), Sałatka z ogórków kiszonych 130g, Kompot z owoców mrożonych 250ml,	Chleb pszenno żytni 110g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Ser topiony 30g (MLE), Jajko gotowane 50g (JAJ), sałata 30g, pomidory 60g, Kawa z mlekiem 250g (GLU, MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowo warzywny 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2124.66 kcal; Białko ogółem: 93.43 g; Tłuszcz: 76.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.02 g; Węglowodny przyswajalne: 255.27 g; w tym cukry: 65.79 g; Błonnik pokarmowy: 26.49 g; Sól: 6.74 g;

czwartek 2024-04-04 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna		
Bułka Kielecka 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Twaróg ze śmietaną 70g (MLE), Kielbasa szynkowa 30g (SOJ), pomidory 60g, Makaron na mleku 350ml (GLU, MLE), Herbata z cytryną 250ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drobiowy gotowany 200g (GLU, MLE, SEL), Fasolka szparagowa gotowana z bułką tartą 100g (GLU, MLE), Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU, MLE), Kompot z owoców mrożonych 250ml,	Bułka Kielecka 100g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Jajko gotowane 50g (JAJ), Pasta warzywna 80g (GLU, SOJ), pomidory 60g, sałata 30g, Kawa z mlekiem 250g (GLU, MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowo warzywny 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2196.53 kcal; Białko ogółem: 96.98 g; Tłuszcz: 71.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.36 g; Węglowodny przyswajalne: 279.66 g; w tym cukry: 78.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.79 g; Sól: 5.26 g;

czwartek 2024-04-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 70g (MLE), Kielbasa krakowska 30g (GLU), pomidory 60g, Herbata b/cukru 250ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drobiowy gotowany 200g (GLU, MLE, SEL), Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU, MLE), Fasolka szparagowa gotowana z masłem 150g (MLE), kompot z owoców mroż.b/cukru 250ml,	Chleb razowy 100g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Pasta warzywna 80g (GLU, SOJ), Jajko gotowane 50g (JAJ), pomidory 60g, sałata 30g, Herbata b/cukru 250ml,
II Śniadanie: Wafle ryżowe 30g, Herbata b/cukru 250ml,	Podwieczorek: Jabłka 120g,	Posiłek nocny: Mus owocowo warzywny 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1947.73 kcal; Białko ogółem: 87.61 g; Tłuszcz: 58.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.09 g; Węglowodny przyswajalne: 249.51 g; w tym cukry: 47.11 g; Błonnik pokarmowy: 38.60 g; Sól: 4.78 g;

czwartek 2024-04-04 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna dzieci		
Bułka Kielecka 60g (GLU), masło 82% 13g (MLE), twarożek zmiksowany 40g (MLE), Kielbasa krakowska 30g (GLU), pomidory 60g, Makaron na mleku 350ml (GLU, MLE),	Barszcz czerwony z ziemniakami 300g (MLE, SEL), Gulasz drobiowy gotowany 200g (GLU, MLE, SEL), Kasza jęczmienna na sypko 120g (GLU, MLE), Fasolka szparagowa gotowana z masłem 150g (MLE), Kompot z owoców mrożonych 250ml,	Bułka Kielecka 60g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Jajko gotowane 50g (JAJ), sałata 30g, pomidory 60g, Kawa z mlekiem dzieci 250g (GLU, MLE),
II Śniadanie: Herbata z cytryną 250ml, Rogaliki z nadzieniem 50g,	Podwieczorek: jabłka 100g,	Posiłek nocny: Mus owocowo warzywny 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1803.99 kcal; Białko ogółem: 84.40 g; Tłuszcz: 57.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 68.96 g; Węglowodny przyswajalne: 305.84 g; w tym cukry: 60.99 g; Błonnik pokarmowy: 32.74 g; Sól: 4.97 g;

Dietetyk

.....