

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa		
Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Szyńka wędzona 40g (SOJ), ogórki kiszone 60g, sałata 15g, Jajko gotowane 50g (JAJ), Makaron na mleku 350ml (GLU, MLE), Herbata z cytryną 250ml,	Grochówka z ziemniakami 350g (GLU, MLE, SEL), Risotto z mięsem i jarzynami gotowane 350g (MLE, SEL), Sos pomidorowy 150ml (GLU, MLE, SEL), Kompot z owoców mrożonych 250ml, Jabłka 120g,	Chleb pszenno żytni 110g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 70g (MLE), Kielbasa drobiowa 30g (GLU, SOJ, GOR), Kawa z mlekiem 250g (GLU, MLE),
Posiłek nocny: Mus owocowo warzywny 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2120.05 kcal; Białko ogółem: 101.82 g; Tłuszcz: 53.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.51 g; Węglowodny przyswajalne: 289.93 g; w tym cukry: 72.29 g; Błonnik pokarmowy: 31.43 g; Sól: 5.91 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna		
Bułka Kielecka 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Szyńka wędzona 40g (SOJ), pomidory 60g, sałata 15g, Jajko gotowane 50g (JAJ), Makaron na mleku 350ml (GLU, MLE), Herbata z cytryną 250ml,	Kalafiorowa z ziemniakami z mroż. 350g (GLU, MLE, SEL), Risotto z mięsem i jarzynami gotowane 350g (MLE, SEL), Sos pomidorowy 150ml (GLU, MLE, SEL), Kompot z owoców mrożonych 250ml, Jabłka 120g,	Bułka Kielecka 100g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Twarożek z jogurtem 50g (MLE), Kielbasa drobiowa 30g (GLU, SOJ, GOR), pomidory 60g, Kawa z mlekiem 250g (GLU, MLE),
Posiłek nocny: Mus owocowo warzywny 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2073.37 kcal; Białko ogółem: 93.78 g; Tłuszcz: 56.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.75 g; Węglowodny przyswajalne: 289.19 g; w tym cukry: 80.97 g; Błonnik pokarmowy: 20.99 g; Sól: 4.92 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Szyńka wędzona 40g (SOJ), Jajko gotowane 50g (JAJ), pomidory 60g, sałata 15g, Herbata b/cukru 250ml,	Kalafiorowa z ziemniakami z mroż. 350g (GLU, MLE, SEL), Risotto z mięsem i jarzynami gotowane 350g (MLE, SEL), Sos pomidorowy 150ml (GLU, MLE, SEL), kompot z owoców mroż.b/cukru 250ml,	Chleb razowy 100g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 70g (MLE), Kielbasa drobiowa 30g (GLU, SOJ, GOR), kawa z mlekiem b/cukru 250g (GLU, MLE),
II Śniadanie: Kisiel surówkowy 150ml,	Podwieczorek: jabłka 120g,	Posiłek nocny: Mus owocowo warzywny 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1845.89 kcal; Białko ogółem: 86.35 g; Tłuszcz: 45.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.51 g; Węglowodny przyswajalne: 256.97 g; w tym cukry: 67.95 g; Błonnik pokarmowy: 29.99 g; Sól: 4.68 g;

wtorek 2024-03-12 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna dzieci		
Bułka Kielecka 60g (GLU), masło 82% 12g (MLE), Szyńka wędzona 30g (SOJ), pomidory 60g, sałata 15g, Jajko gotowane 50g (JAJ), Makaron na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata z cytryną 250ml,	Kalafiorowa z ziemniakami z mroż. 350g (GLU, MLE, SEL), Risotto z mięsem i jarzynami gotowane 350g (MLE, SEL), Sos pomidorowy 100ml (GLU, MLE, SEL), Kompot z owoców mrożonych 250ml,	Bułka Kielecka 60g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Twarożek z jogurtem 50g (MLE), Kielbasa drobiowa 30g (GLU, SOJ, GOR), pomidory 60g, Herbata z cytryną 250ml,
II Śniadanie: Kisiel surówkowy 150ml,	Podwieczorek: Herbata z cytryną 250ml, ciasto drożdżowe 50g (GLU, JAJ),	Posiłek nocny: Mus owocowo warzywny 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1621.32 kcal; Białko ogółem: 68.03 g; Tłuszcz: 45.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.16 g; Węglowodny przyswajalne: 284.67 g; w tym cukry: 76.43 g; Błonnik pokarmowy: 22.86 g; Sól: 4.19 g;

Dietetyk

.....