

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa		
Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Parówka drobiowa 70g , jogurt naturalny zott 180g (MLE), pomidory 60g , Płatki owsiane na mleku 350ml (GLU, MLE), Herbata z cytryną 250ml ,	Zalewajka z ziemniakami i wędzonką 350g (GLU, MLE), Gulasz wieprzowy 200g (GLU, MLE), Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU, MLE), Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150g , Kompot z owoców mrożonych 250ml ,	Chleb pszenno żytni 110g (GLU), margaryna z omega 3 10g , ser żółty 20g (MLE), Pasta warzywna 80g (GLU, SOJ), pomidory 60g , Herbata z cytryną 250ml ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2386.56 kcal; Białko ogółem: 91.46 g; Tłuszcz: 91.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.35 g; Węglowodny przyswajalne: 283.77 g; w tym cukry: 70.78 g; Błonnik pokarmowy: 34.24 g; Sól: 7.00 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna		
Bułka Kielecka 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Parówka drobiowa 70g , jogurt naturalny zott 180g (MLE), pomidory 60g , Płatki owsiane na mleku 350ml (GLU, MLE), Herbata z cytryną 250ml ,	Zalewajka z ziemniakami i wędzonką 350g (GLU, MLE), Gulasz drobiowy gotowany 200g (GLU, MLE, SEL), Fasolka szparagowa gotowana z bułką tartą 150g (GLU, MLE), Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU, MLE), Kompot z owoców mrożonych 250ml ,	Bułka Kielecka 100g (GLU), margaryna z omega 3 10g , Twaróg ze śmietaną 70g (MLE), Pasta warzywna 80g (GLU, SOJ), pomidory 60g , Herbata z cytryną 250ml ,
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2288.79 kcal; Białko ogółem: 98.24 g; Tłuszcz: 79.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.41 g; Węglowodny przyswajalne: 402.94 g; w tym cukry: 72.32 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g; Sól: 7.01 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Parówka drobiowa 70g , papryka 70g , Herbata b/cukru 250ml ,	Zalewajka z ziemniakami i wędzonką 350g (GLU, MLE), Gulasz drobiowy gotowany 200g (GLU, MLE, SEL), Fasolka szparagowa gotowana z masłem 100g (MLE), Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU, MLE), kompot z owoców mroż.b/cukru 250ml ,	Chleb razowy 100g (GLU), margaryna z omega 3 1g , twaróg zmiękowany 40g (MLE), Pasta warzywna 80g (GLU, SOJ), pomidory 60g , kawa z mlekiem b/cukru 250g (GLU, MLE),
II Śniadanie: jogurt naturalny zott 180g (MLE),	Podwieczorek: Kisiel bez cukru 150ml ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2014.75 kcal; Białko ogółem: 88.97 g; Tłuszcz: 68.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.30 g; Węglowodny przyswajalne: 243.23 g; w tym cukry: 55.80 g; Błonnik pokarmowy: 34.05 g; Sól: 6.53 g;

sobota 2024-03-16 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna dzieci		
Bułka Kielecka 60g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Parówka drobiowa 50g , jogurt naturalny zott 180g (MLE), pomidory 60g , Herbata z cytryną 250ml ,	Zalewajka z ziemniakami i wędzonką 350g (GLU, MLE), Gulasz drobiowy gotowany dzieci 200g (MLE, SEL), Fasolka szparagowa gotowana z masłem 100g (MLE), Kasza jęczmienna na sypko 120g (GLU, MLE),	Dżem porcjowy 25g , Bułka Kielecka 60g (GLU), margaryna z omega 3 10g , twaróg zmiękowany 40g (MLE), pomidory 60g , Kawa z mlekiem dzieci 250g (GLU, MLE),
II Śniadanie: Jabłka 120g ,	Podwieczorek: Kisiel słodzony 150ml ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1664.64 kcal; Białko ogółem: 64.47 g; Tłuszcz: 57.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 85.31 g; Węglowodny przyswajalne: 303.93 g; w tym cukry: 79.53 g; Błonnik pokarmowy: 11.86 g; Sól: 4.30 g;

Dietetyk

.....