

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-18 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa		
Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Kielbasa polędwica 30g, Twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 70g (MLE), sałata lodowa 30g, Płatki owsiane na mleku 350ml (GLU, MLE), Herbata z cytryną 250ml,	Szpinakowa z ryżem 350g (MLE, SEL), Kotlet z jaj smażony 90g (GLU, JAJ), Ziemniaki gotowane 250g, Marchew z groszkiem gotowana 150g (GLU, MLE), Kompot z owoców mrożonych 250ml,	Chleb pszenno żytni 110g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Kielbasa tyrolska 40g (SOJ, MLE), Serek Almette mini 30g (MLE), ogórki kiszzone 60g, Kawa z mlekiem 250g (GLU, MLE),
		Posiłek nocny: Przekąska jogurt + zboża 1szt (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2094.10 kcal; Białko ogółem: 87.08 g; Tłuszcz: 64.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.44 g; Węglowodny przyswajalne: 259.80 g; w tym cukry: 67.69 g; Błonnik pokarmowy: 27.09 g; Sól: 6.08 g;

poniedziałek 2024-03-18 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna		
Bułka Kielecka 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Kielbasa polędwica 30g, Twaróg ze śmietaną 70g (MLE), sałata lodowa 30g, Płatki owsiane na mleku 350ml (GLU, MLE), Herbata z cytryną 250ml,	Koperkowa z ryżem 350g (MLE, SEL), Filet drobiowy gotowany 70g, Marchew z groszkiem gotowana 150g (GLU, MLE), Ziemniaki gotowane 250g, Kompot z owoców mrożonych 250ml, Sos jarzynowy 100ml (GLU, MLE, SEL),	Bułka Kielecka 100g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Kielbasa tyrolska 40g (SOJ, MLE), Serek Almette mini 30g (MLE), pomidory 60g, Kawa z mlekiem 250g (GLU, MLE),
		Posiłek nocny: Przekąska jogurt + zboża 1szt (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2076.69 kcal; Białko ogółem: 105.69 g; Tłuszcz: 52.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.45 g; Węglowodny przyswajalne: 269.51 g; w tym cukry: 72.80 g; Błonnik pokarmowy: 19.19 g; Sól: 4.79 g;

poniedziałek 2024-03-18 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Kielbasa polędwica 30g, Twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 70g (MLE), sałata lodowa 30g, Herbata z cytryną 250ml, Jabłka 120g,	Koperkowa z ryżem 350g (MLE, SEL), Filet drobiowy gotowany 70g, Sos jarzynowy 100ml (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane 250g, Marchew z groszkiem gotowana 150g (GLU, MLE), kompot z owoców mroż. b/cukru 250ml,	Chleb razowy 100g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Kielbasa tyrolska 40g (SOJ, MLE), Serek Almette mini 60g (MLE), ogórki kiszzone 60g, kawa z mlekiem b/cukru 250g (GLU, MLE),
II Śniadanie: Podplomyki bez cukru 18g (GLU, MLE), Herbata b/cukru 250ml,	Podwieczorek: Kisiel bez cukru 150ml,	Posiłek nocny: Przekąska jogurt + zboża 1szt (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1889.89 kcal; Białko ogółem: 96.71 g; Tłuszcz: 39.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.98 g; Węglowodny przyswajalne: 238.09 g; w tym cukry: 62.36 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g; Sól: 5.81 g;

poniedziałek 2024-03-18 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna dzieci		
Bułka Kielecka 60g (GLU), masło 82% 13g (MLE), twarożek zmiksowany 40g (MLE), Kielbasa polędwica 30g, sałata lodowa 30g, Herbata z cytryną 250ml, Płatki owsiane na mleku dzieci 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ryżem 350g (MLE, SEL), Filet drobiowy gotowany 70g, Sos jarzynowy 100ml (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki pure dzieci 170g (MLE), Marchewka oprószana 150g (GLU, MLE), Kompot z owoców mrożonych 250ml,	Bułka Kielecka 60g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Serek Almette mini 30g (MLE), pomidory 60g, Kielbasa tyrolska 20g (SOJ, MLE), Kawa z mlekiem dzieci 250g (GLU, MLE),
II Śniadanie: Podplomyki bez cukru 18g (GLU, MLE), Herbata z cytryną 250ml,	Podwieczorek: Kisiel słodzony 150ml,	Posiłek nocny: Przekąska jogurt + zboża 1szt (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1797.44 kcal; Białko ogółem: 85.36 g; Tłuszcz: 43.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.22 g; Węglowodny przyswajalne: 242.27 g; w tym cukry: 86.55 g; Błonnik pokarmowy: 16.27 g; Sól: 3.49 g;

Dietetyk

.....