

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-20 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa		
Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Szynka wędzona 50g (SOJ), ser żółty 20g (MLE), ogórek św. 60g, Makaron na mleku 350ml (GLU, MLE), Herbata z cytryną 250ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (GLU, MLE, SEL), Gulasz wieprzowy 200g (GLU, MLE), Surówka z kapusty pekińskiej 150g, Kasza jęczmienna na sytko 200g (GLU, MLE), Kompot z owoców mrożonych 250ml,	Chleb pszenno żytni 110g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 70g (MLE), Pasta warzywna 80g (GLU, SOJ), Dżem porcjowy 25g, Kawa z mlekiem 250g (GLU, MLE),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2194.99 kcal; Białko ogółem: 99.50 g; Tłuszcz: 76.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.53 g; Węglowodny przyswajalne: 261.24 g; w tym cukry: 79.98 g; Błonnik pokarmowy: 32.00 g; Sól: 6.96 g;

środa 2024-03-20 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna		
Bułka Kielecka 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Makaron na mleku 350ml (GLU, MLE), Szynka wędzona 50g (SOJ), Serek Almette mini 30g (MLE), pomidory 60g, Herbata z cytryną 250ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drobiowy gotowany 200g (GLU, MLE, SEL), Surówka z kapusty pekińskiej 150g, Kasza jęczmienna na sytko 200g (GLU, MLE), Kompot z owoców mrożonych 250ml,	Bułka Kielecka 100g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Twarożek z jogurtem 50g (MLE), Kielbasa krakowska 30g (GLU), Dżem porcjowy 25g, Kawa z mlekiem 250g (GLU, MLE),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2186.75 kcal; Białko ogółem: 100.99 g; Tłuszcz: 68.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.28 g; Węglowodny przyswajalne: 266.17 g; w tym cukry: 79.27 g; Błonnik pokarmowy: 21.19 g; Sól: 6.63 g;

środa 2024-03-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Szynka wędzona 50g (SOJ), papryka 70g, Serek Almette mini 30g (MLE), Herbata b/cukru 250ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drobiowy gotowany 200g (GLU, MLE, SEL), Surówka z kapusty pekińskiej 150g, Kasza jęczmienna na sytko 200g (GLU, MLE), kompot z owoców mroż.b/cukru 250ml,	Chleb razowy 100g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 60g (MLE), Pasta warzywna 80g (GLU, SOJ), pomidory 60g, kawa z mlekiem b/cukru 250g (GLU, MLE),
II Śniadanie: Kisiel surówkowy 150ml,	Podwieczorek: Jabłka 120g,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2067.36 kcal; Białko ogółem: 83.91 g; Tłuszcz: 61.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.68 g; Węglowodny przyswajalne: 281.88 g; w tym cukry: 76.99 g; Błonnik pokarmowy: 47.25 g; Sól: 6.83 g;

środa 2024-03-20 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna dzieci		
Bułka Kielecka 60g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Makaron na mleku 350ml (GLU, MLE), Szynka wędzona 30g (SOJ), pomidory 60g, Serek Almette mini 30g (MLE), Herbata z cytryną 250ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami 250g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drobiowy gotowany 200g (GLU, MLE, SEL), Kasza jęczmienna na sytko 200g (GLU, MLE), Surówka z kapusty pekińskiej 150g, Kompot z owoców mrożonych 250ml,	Bułka Kielecka 60g (GLU), margaryna z omega 3 10g, twarożek zmiksowany 40g (MLE), Dżem porcjowy 25g, Kawa z mlekiem dzieci 250g (GLU, MLE),
II Śniadanie: Kisiel surówkowy 150ml,	Podwieczorek: Jabłka 120g,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1813.96 kcal; Białko ogółem: 75.22 g; Tłuszcz: 54.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.86 g; Węglowodny przyswajalne: 231.33 g; w tym cukry: 99.82 g; Błonnik pokarmowy: 19.63 g; Sól: 4.57 g;

Dietetyk

.....