

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-23 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa		
Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Kielbasa tyrolska 50g (SOJ, MLE), jogurt naturalny ziótt 180g (MLE), papryka 70g , Jabłka 120g , Kakao na mleku 250g (MLE),	Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 350g (GLU, MLE, SEL), Pieczeń wieprzowa w sosie 150g (GLU, MLE), Ziemniaki gotowane 250g , Marchew z groszkiem gotowana 130g (GLU, MLE), Kompot z owoców mrożonych 250ml ,	Chleb pszenno żytni 110g (GLU), margaryna z omega 3 10g , Pasta warzywna 80g (GLU, SOJ), ser żółty 30g (MLE), Kawa z mlekiem 250g (GLU, MLE), ogórek św. 60g ,
		Posiłek nocny: Przecier burak-jabłko 250g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2114.11 kcal; Białko ogółem: 99.21 g; Tłuszcz: 65.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.54 g; Węglowodny przyswajalne: 264.30 g; w tym cukry: 82.96 g; Błonnik pokarmowy: 34.42 g; Sól: 7.89 g;

sobota 2024-03-23 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna		
Bułka Kielecka 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Kielbasa tyrolska 50g (SOJ, MLE), jogurt naturalny ziótt 180g (MLE), pomidory 60g , Kakao na mleku 250g (MLE), Jabłka 120g ,	Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 350g (GLU, MLE, SEL), Filet drobiowy gotowany 70g , Marchew z groszkiem gotowana 130g (GLU, MLE), Ziemniaki gotowane 250g , Sos pietruszkowy 150ml (GLU, MLE, SEL), Kompot z owoców mrożonych 250ml ,	Bułka Kielecka 100g (GLU), margaryna z omega 3 10g , Serek truskawkowy 60g (MLE), Pasta warzywna 80g (GLU, SOJ), Kawa z mlekiem 250g (GLU, MLE),
		Posiłek nocny: Przecier burak-jabłko 250g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2148.81 kcal; Białko ogółem: 102.92 g; Tłuszcz: 59.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.71 g; Węglowodny przyswajalne: 287.81 g; w tym cukry: 96.02 g; Błonnik pokarmowy: 27.64 g; Sól: 7.27 g;

sobota 2024-03-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Kielbasa szynkowa 40g (SOJ), pomidory 60g , jogurt naturalny ziótt 180g (MLE), Kakao na mleku b/cukru 250g (MLE),	Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 350g (GLU, MLE, SEL), Filet drobiowy gotowany 70g , Ziemniaki gotowane 250g , Marchew z groszkiem gotowana 130g (GLU, MLE), kompot z owoców mroż.b/cukru 250ml , Sos pietruszkowy 100ml (GLU, MLE, SEL),	Chleb razowy 100g (GLU), margaryna z omega 3 10g , ser żółty 30g (MLE), ogórek św. 60g , Herbata b/cukru 250ml , Pasta warzywna 80g (GLU, SOJ),
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (GLU), Paszтет drobiowy 15g (GLU, JAJ, SOJ),	Podwieczorek: Jabłka 120g ,	Posiłek nocny: Przecier burak-jabłko 250g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1967.71 kcal; Białko ogółem: 96.65 g; Tłuszcz: 59.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.01 g; Węglowodny przyswajalne: 241.91 g; w tym cukry: 59.83 g; Błonnik pokarmowy: 38.53 g; Sól: 8.49 g;

sobota 2024-03-23 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna dzieci		
Bułka Kielecka 60g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Kielbasa szynkowa 20g (SOJ), jogurt naturalny ziótt 180g (MLE), pomidory 60g , Kakao na mleku dzieci 200g (MLE),	Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 350g (GLU, MLE, SEL), Filet drobiowy gotowany 70g , Marchew z groszkiem gotowana 130g (GLU, MLE), Ziemniaki pure dzieci 170g (MLE), Kompot z owoców mrożonych 250ml ,	Bułka Kielecka 60g (GLU), margaryna z omega 3 10g , Serek truskawkowy 60g (MLE), Kawa z mlekiem dzieci 250g (GLU, MLE),
II Śniadanie: Bułka Kielecka 25g (GLU), Dżem 15g ,	Podwieczorek: Jabłka 120g ,	Posiłek nocny: Przecier burak-jabłko 250g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1725.51 kcal; Białko ogółem: 82.35 g; Tłuszcz: 46.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.46 g; Węglowodny przyswajalne: 236.92 g; w tym cukry: 91.30 g; Błonnik pokarmowy: 20.52 g; Sól: 5.27 g;

Dietetyk

.....