

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-26 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa		
Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Szynka wędzona 50g (SOJ), Serek Almette mini 30g (MLE), ogórek św. 60g, Herbata z cytryną 250ml, Zacierka na mleku 350ml (GLU, MLE),	Ogórkowa z ziemniakami 350ml 350g (GLU, MLE, SEL), Gulasz wieprzowy 200g (GLU, MLE), Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU, MLE), Surówka z marchwi i jabłka 150g, Kompot z owoców mrożonych 250ml,	Chleb pszenno żytni 110g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Kiełbasa tyrolska 30g (SOJ, MLE), Twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 70g (MLE), papryka 70g, Kawa z mlekiem 250g (GLU, MLE),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2149.77 kcal; Białko ogółem: 101.58 g; Tłuszcz: 58.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.16 g; Węglowodny przyswajalne: 272.80 g; w tym cukry: 69.80 g; Błonnik pokarmowy: 30.42 g; Sól: 7.38 g;

wtorek 2024-03-26 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna		
Bułka Kielecka 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Szynka wędzona 50g (SOJ), Serek Almette mini 30g (MLE), pomidory 60g, Herbata z cytryną 250ml, Zacierka na mleku 350ml (GLU, MLE),	Kalafiorowa z ziemniakami z mroż. 350g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drobiowy gotowany 200g (GLU, MLE, SEL), Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU, MLE), Surówka z marchwi i jabłka 150g, Kompot z owoców mrożonych 250ml,	Bułka Kielecka 100g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Kiełbasa połędwica 30g, Twarożek z jogurtem 50g (MLE), pomidory 60g, Kawa z mlekiem 250g (GLU, MLE),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2163.79 kcal; Białko ogółem: 102.83 g; Tłuszcz: 57.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.92 g; Węglowodny przyswajalne: 283.85 g; w tym cukry: 74.85 g; Błonnik pokarmowy: 24.48 g; Sól: 6.61 g;

wtorek 2024-03-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Szynka wędzona 50g (SOJ), Serek Almette mini 60g (MLE), ogórek św. 60g, Herbata b/cukru 250ml,	Kalafiorowa z ziemniakami z mroż. 350g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drobiowy gotowany 200g (GLU, MLE, SEL), Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU, MLE), Surówka z marchwi i jabłka 150g, kompot z owoców mroż.b/cukru 250ml,	Chleb razowy 100g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Kiełbasa połędwica 30g, Twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 70g (MLE), papryka 70g, kawa z mlekiem b/cukru 250g (GLU, MLE),
II Śniadanie: krakersy 15g (GLU, JAJ), Kisiel surówkowy 150ml,	Podwieczorek: Chleb razowy 30g (GLU), Pasta warzywna 20g (GLU, SOJ),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2072.14 kcal; Białko ogółem: 99.32 g; Tłuszcz: 49.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.63 g; Węglowodny przyswajalne: 255.37 g; w tym cukry: 64.97 g; Błonnik pokarmowy: 36.56 g; Sól: 7.42 g;

wtorek 2024-03-26 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna dzieci		
Bułka Kielecka 60g (GLU), masło 82% 13g (MLE), pomidory 60g, Szynka wędzona 30g (SOJ), Serek Almette mini 30g (MLE), Herbata z cytryną 250ml, Zacierka na mleku dzieci 250ml (GLU, MLE),	Kalafiorowa z ziemniakami z mroż. 300g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drobiowy gotowany 200g (GLU, MLE, SEL), Surówka z marchwi i jabłka 150g, Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU, MLE), Kompot z owoców mrożonych 250ml,	Bułka Kielecka 60g (GLU), margaryna z omega 3 10g, pomidory 60g, Pasta warzywna 80g (GLU, SOJ), Kawa z mlekiem dzieci 250g (GLU, MLE),
II Śniadanie: Kisiel surówkowy 150ml,	Podwieczorek: banan 120g,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1857.32 kcal; Białko ogółem: 72.47 g; Tłuszcz: 53.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.72 g; Węglowodny przyswajalne: 244.19 g; w tym cukry: 102.75 g; Błonnik pokarmowy: 26.04 g; Sól: 5.61 g;

Dietetyk

.....