

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa		
Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 15g (MLE), Płatki owsiane na mleku 350ml (GLU , MLE), Pasta z jaj z majonezem i szczypiorem 60g (JAJ , MLE , GOR), sałata 15g, Kielbasa krakowska 30g (GLU), Herbata z cytryną 250ml,	Rosół z makaronem 350g (GLU , JAJ , SEL), Udko gotowane 120g, Ziemniaki gotowane 250g, Fasolka szparagowa gotowana z bułką tartą 150g (GLU , MLE), Sos bazyliowy 100ml (GLU , SEL), Kompot z owoców mrożonych 250ml,	Chleb pszenno żytni 110g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Kielbasa drobiowa 40g (SOJ), jogurt naturalny zott 180g (MLE), Kawa z mlekiem 250g (GLU , MLE), Jabłka 120g,
		Posiłek nocny: Przecier burak-jabłko 250g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2235.00 kcal; Białko ogółem: 104.38 g; Tłuszcz: 72.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.41 g; Węglowodny przyswajalne: 277.33 g; w tym cukry: 78.27 g; Błonnik pokarmowy: 29.41 g; Sól: 7.35 g;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna		
Bułka Kielecka 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Pasta z jaj z jogurtem i koperkiem 70g (JAJ , MLE), Płatki owsiane na mleku 350ml (GLU , MLE), sałata 15g, Kielbasa krakowska 30g (GLU), Herbata z cytryną 250ml,	Rosół z makaronem 350g (GLU , JAJ , SEL), Sos bazyliowy 100ml (GLU , SEL), Ziemniaki gotowane 250g, Fasolka szparagowa gotowana z bułką tartą 150g (GLU , MLE), Udko gotowane 120g, Kompot z owoców mrożonych 250ml,	Bułka Kielecka 100g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Kielbasa drobiowa 40g (SOJ), jogurt naturalny zott 180g (MLE), Jabłka 120g, Kawa z mlekiem 250g (GLU , MLE),
		Posiłek nocny: Przecier burak-jabłko 250g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2240.40 kcal; Białko ogółem: 103.14 g; Tłuszcz: 70.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.18 g; Węglowodny przyswajalne: 287.27 g; w tym cukry: 80.25 g; Błonnik pokarmowy: 21.96 g; Sól: 7.09 g;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Herbata b/cukru 250ml, Pasta z jaj z jogurtem i koperkiem 70g (JAJ , MLE), Kielbasa krakowska 30g (GLU), sałata 15g, Herbata b/cukru 250ml,	Krupnik z ryżu 350g (SEL), Ziemniaki gotowane 250g, Fasolka szparagowa gotowana z masłem 150g (MLE), Sos bazyliowy 100ml (GLU , SEL), Udko gotowane 120g, kompot z owoców mroż.b/cukru 250ml,	Chleb razowy 100g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Kielbasa drobiowa 40g (SOJ), pomidory 60g, kawa z mlekiem b/cukru 250g (GLU , MLE), jogurt naturalny zott 180g (MLE),
II Śniadanie: Skyr naturalny 150g (MLE), Podplomyki bez cukru 18g (GLU , MLE),	Podwieczorek: Jabłka 120g,	Posiłek nocny: Przecier burak-jabłko 250g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1918.81 kcal; Białko ogółem: 105.93 g; Tłuszcz: 56.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.93 g; Węglowodny przyswajalne: 233.39 g; w tym cukry: 57.31 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g; Sól: 7.13 g;

czwartek 2024-03-28 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna dzieci		
Bułka Kielecka 60g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Herbata z cytryną 250ml, Pasta z jaj z jogurtem i koperkiem 70g (JAJ , MLE), sałata 15g, Kielbasa krakowska 20g (GLU),	Rosół z makaronem 350g (GLU , JAJ , SEL), Fasolka szparagowa gotowana z masłem 150g (MLE), Ziemniaki pure dzieci 170g (MLE), Sos bazyliowy 100ml (GLU , SEL), Kompot z owoców mrożonych 250ml, Udko gotowane 120g,	Bułka Kielecka 60g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Kawa z mlekiem dzieci 250g (GLU , MLE), jogurt naturalny zott 180g (MLE), Kielbasa drobiowa 30g (SOJ),
II Śniadanie: Ciasto drożdżowe 30g (GLU , JAJ), Herbata z cytryną 250ml,	Podwieczorek: Jabłka 120g,	Posiłek nocny: Przecier burak-jabłko 250g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1745.05 kcal; Białko ogółem: 79.05 g; Tłuszcz: 58.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.06 g; Węglowodny przyswajalne: 216.82 g; w tym cukry: 67.40 g; Błonnik pokarmowy: 18.28 g; Sól: 5.49 g;

Dietetyk

.....