

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa		
Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Kielbasa szynkowa 30g (SOJ), jogurt naturalny zótt 180g (MLE), sałata 15g, Kasza manna na mleku 350ml (GLU, MLE), Herbata z cytryną 250ml,	Zalewajka z ziemniakami i wędzonką 350g (GLU, MLE), Klops gotowany dieta 90g (GLU, JAJ), Ziemniaki gotowane 250g, Marchewka oprószana 150g (GLU, MLE), Sos koperkowy 100ml (GLU, MLE, SEL), Kompot z owoców mrożonych 250ml,	Chleb pszenno żytni 110g (GLU), margaryna z omega 3 10g, ser żółty 50g (MLE), Dżem porcjowy 25g, papryka 70g, Kawa z mlekiem 250g (GLU, MLE),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2254.84 kcal; Białko ogółem: 97.21 g; Tłuszcz: 70.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.62 g; Węglowodny przyswajalne: 292.81 g; w tym cukry: 82.17 g; Błonnik pokarmowy: 31.02 g; Sól: 7.15 g;

sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna		
Bułka Kielecka 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Kielbasa szynkowa 30g (SOJ), jogurt naturalny zótt 180g (MLE), pomidory 60g, Herbata z cytryną 250ml, Kasza manna na mleku 350ml (GLU, MLE),	Zalewajka z ziemniakami i wędzonką 350g (GLU, MLE), Klops gotowany dieta 90g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 100ml (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane 250g, Kompot z owoców mrożonych 250ml, Marchewka oprószana 150g (GLU, MLE),	Bułka Kielecka 100g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Twaróg ze śmietaną 70g (MLE), Dżem porcjowy 25g, pomidory 60g, Kawa z mlekiem 250g (GLU, MLE),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2288.70 kcal; Białko ogółem: 96.11 g; Tłuszcz: 69.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.59 g; Węglowodny przyswajalne: 310.94 g; w tym cukry: 88.55 g; Błonnik pokarmowy: 23.69 g; Sól: 6.14 g;

sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Kielbasa szynkowa 40g (SOJ), jogurt naturalny zótt 180g (MLE), sałata 15g, Herbata b/cukru 250ml,	Zalewajka z ziemniakami i wędzonką 350g (GLU, MLE), Klops gotowany dieta 90g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 100ml (GLU, MLE, SEL), Marchewka oprószana 150g (GLU, MLE), kompot z owoców mroż. b/cukru 250ml,	Chleb razowy 100g (GLU), margaryna z omega 3 10g, ser żółty 50g (MLE), Jajko gotowane 50g (JAJ), papryka 70g, kawa z mlekiem b/cukru 250g (GLU, MLE),
II Śniadanie: Przekąska jogurt + zboża 1szt (GLU, MLE),	Podwieczorek: Budyń bez cukru 150ml (MLE),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1959.67 kcal; Białko ogółem: 95.16 g; Tłuszcz: 73.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.88 g; Węglowodny przyswajalne: 214.28 g; w tym cukry: 65.03 g; Błonnik pokarmowy: 28.28 g; Sól: 7.40 g;

sobota 2024-03-30 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna dzieci		
Bułka Kielecka 60g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Kielbasa szynkowa 30g (SOJ), jogurt naturalny zótt 180g (MLE), pomidory 60g,	Zalewajka z ziemniakami i wędzonką 250g (GLU, MLE), Klops gotowany dzieci 90g (GLU, JAJ), Ziemniaki pure dzieci 170g (MLE), Sos koperkowy 100ml (GLU, MLE, SEL), Fasolka szparagowa gotowana z masłem 150g (MLE), Kompot z owoców mrożonych 250ml,	Bułka Kielecka 60g (GLU), margaryna z omega 3 10g, twaróg zmiksowany 40g (MLE), Dżem porcjowy 25g, Kawa z mlekiem dzieci 250g (GLU, MLE),
II Śniadanie: Przekąska jogurt + zboża 1szt (GLU, MLE),	Podwieczorek: Budyń słodzony 150ml (MLE),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1740.00 kcal; Białko ogółem: 69.95 g; Tłuszcz: 52.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.50 g; Węglowodny przyswajalne: 308.46 g; w tym cukry: 87.99 g; Błonnik pokarmowy: 15.72 g; Sól: 4.60 g;

Dietetyk

.....