

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-02 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa		
Płatki owsiane na mleku 350ml (GLU, MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), pomidory 60g, Kielbasa szynkowa 40g (SOJ), jogurt naturalny zott 180g (MLE), Herbata z cytryną 250ml,	Kapuśniak ze świeżej kapusty 350g (GLU, SEL), Kotleć mielony smażony 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki gotowane 250g, Cwikła z jabłkami 150g, Kompot z owoców mrożonych 250ml,	Chleb pszenno żytni 110g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Jajko gotowane 50g (JAJ), ogórki konserwowe 70g, Kielbasa drobiowa 30g (SOJ), Kawa z mlekiem 250g (GLU, MLE),
		Posiłek nocny: Skyr naturalny pitny 330g (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2362.22 kcal; Białko ogółem: 112.45 g; Tłuszcz: 81.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.62 g; Węglowodny przyswajalne: 282.53 g; w tym cukry: 77.51 g; Błonnik pokarmowy: 27.91 g; Sól: 6.75 g;

wtorek 2024-04-02 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku 350ml (GLU, MLE), Bułka Kielecka 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Kielbasa szynkowa 40g (SOJ), jogurt naturalny zott 180g (MLE), pomidory 60g, Herbata z cytryną 250ml,	Koperkowa z ziemniakami 350g (GLU, MLE, SEL), Sos pomidorowy 150ml (GLU, MLE, SEL), Kompot z owoców mrożonych 250ml, Risotto z mięsem i jarzynami gotowane 350g (MLE, SEL),	Bułka Kielecka 100g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Jajko gotowane 50g (JAJ), pomidory 60g, Kielbasa drobiowa 30g (SOJ), Kawa z mlekiem 250g (GLU, MLE),
		Posiłek nocny: Skyr naturalny pitny 330g (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2341.75 kcal; Białko ogółem: 112.91 g; Tłuszcz: 70.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.58 g; Węglowodny przyswajalne: 309.18 g; w tym cukry: 67.22 g; Błonnik pokarmowy: 17.44 g; Sól: 7.24 g;

wtorek 2024-04-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Kielbasa szynkowa 40g (SOJ), jogurt naturalny zott 180g (MLE), pomidory 60g, Herbata b/cukru 250ml,	Koperkowa z ziemniakami 350g (GLU, MLE, SEL), Sos pomidorowy 150ml (GLU, MLE, SEL), kompot z owoców mroż.b/cukru 250ml, Risotto z mięsem i jarzynami gotowane 350g (MLE, SEL),	Chleb razowy 100g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Jajko gotowane 50g (JAJ), pomidory 60g, Kielbasa drobiowa 30g (SOJ), kawa z mlekiem b/cukru 250g (GLU, MLE),
II Śniadanie: Chleb razowy 25g (GLU), Ser topiony 25g (MLE),	Podwieczorek: Budyń bez cukru 150ml (MLE),	Posiłek nocny: Skyr naturalny pitny 330g (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2177.74 kcal; Białko ogółem: 110.94 g; Tłuszcz: 67.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.04 g; Węglowodny przyswajalne: 271.77 g; w tym cukry: 49.24 g; Błonnik pokarmowy: 26.57 g; Sól: 8.02 g;

wtorek 2024-04-02 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna dzieci		
Bułka Kielecka 60g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Kielbasa szynkowa 30g (SOJ), Serek Almette mini 30g (MLE), pomidory 60g, Płatki owsiane na mleku dzieci 250ml (GLU, MLE), Herbata z cytryną 250ml,	Koperkowa z ziemniakami 350g (GLU, MLE, SEL), Sos pomidorowy 150ml (GLU, MLE, SEL), Kompot z owoców mrożonych 250ml, Risotto z mięsem i jarzynami gotowane 350g (MLE, SEL),	Bułka Kielecka 60g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Jajko gotowane 50g (JAJ), pomidory 60g, Kielbasa drobiowa 20g (SOJ), Kawa z mlekiem dzieci 250g (GLU, MLE),
II Śniadanie: Ciasto drożdżowe 50g (GLU, JAJ),	Podwieczorek: Jabłka 120g,	Posiłek nocny: Przekąska jogurt + zboża 1szt (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1979.41 kcal; Białko ogółem: 73.06 g; Tłuszcz: 57.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.99 g; Węglowodny przyswajalne: 269.65 g; w tym cukry: 73.16 g; Błonnik pokarmowy: 17.81 g; Sól: 5.57 g;

Dietetyk

.....