

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-09 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa		
Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Kielbasa polędwica 40g , ogórki kiszone 60g , sałata 15g , Jajko gotowane 50g (JAJ), Makaron na mleku 350ml (GLU, MLE), Herbata z cytryną 250ml ,	Grochówka 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),	Chleb pszenno żytni 110g (GLU), margaryna z omega 3 10g , Twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 70g (MLE), Kielbasa drobiowa 30g (SOJ), Kawa z mlekiem 250g (GLU, MLE),
		Posiłek nocny: Przecier burak-jabłko 250g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2077.31 kcal; Białko ogółem: 99.79 g; Tłuszcz: 55.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.73 g; Węglowodny przyswajalne: 279.26 g; w tym cukry: 64.40 g; Błonnik pokarmowy: 30.60 g; Sól: 7.62 g;

wtorek 2024-04-09 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna		
Bułka Kielecka 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Kielbasa polędwica 40g , pomidory 60g , sałata 15g , Jajko gotowane 50g (JAJ), Makaron na mleku 350ml (GLU, MLE), Herbata z cytryną 250ml ,	Kalafiorowa z ziemniakami z mroż. 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 , Twarożek z jogurtem 50g (MLE), Kielbasa drobiowa 30g (SOJ), pomidory 60g , Kawa z mlekiem 250g (GLU, MLE),
		Posiłek nocny: Przecier burak-jabłko 250g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2028.03 kcal; Białko ogółem: 91.77 g; Tłuszcz: 57.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.78 g; Węglowodny przyswajalne: 278.53 g; w tym cukry: 73.09 g; Błonnik pokarmowy: 20.16 g; Sól: 6.64 g;

wtorek 2024-04-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Kielbasa polędwica 40g , Jajko gotowane 50g (JAJ), pomidory 60g , sałata 15g , Herbata b/cukru 250ml ,	Kalafiorowa z ziemniakami z mroż. 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 , Twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 70g (MLE), Kielbasa drobiowa 30g (SOJ), kawa z mlekiem b/cukru 250g (GLU, MLE),
II Śniadanie: Kisiel surówkowy 150ml ,	Podwieczorek: jabłka 120g ,	Posiłek nocny: Przecier burak-jabłko 250g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1846.94 kcal; Białko ogółem: 84.67 g; Tłuszcz: 47.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.76 g; Węglowodny przyswajalne: 255.14 g; w tym cukry: 68.56 g; Błonnik pokarmowy: 30.91 g; Sól: 6.40 g;

wtorek 2024-04-09 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna dzieci		
Bułka Kielecka 60g (GLU), masło 82% 12g (MLE), Kielbasa polędwica 30g , pomidory 60g , sałata 15g , Jajko gotowane 50g (JAJ), Makaron na mleku 250ml (GLU, MLE), Herbata z cytryną 250ml ,	Kalafiorowa z ziemniakami z mroż. 350g (GLU, MLE, SEL), Sos pomidorowy 100ml (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 , Twarożek z jogurtem 50g (MLE), Kielbasa drobiowa 30g (SOJ), pomidory 60g , Herbata z cytryną 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel surówkowy 150ml ,	Podwieczorek: Herbata z cytryną 250ml , ciasto drożdżowe 50g (GLU, JAJ),	Posiłek nocny: Przecier burak-jabłko 250g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1776.96 kcal; Białko ogółem: 71.87 g; Tłuszcz: 47.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.75 g; Węglowodny przyswajalne: 313.45 g; w tym cukry: 77.21 g; Błonnik pokarmowy: 24.75 g; Sól: 6.00 g;

Dietetyk

.....