

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital | | |
|--|---|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| piątek 2024-05-24 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa | | |
| Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Kasza manna na mleku 350ml (GLU , MLE), Dżem porcjowy 25g, Pasta warzywna 80g (GLU , SOJ), papryka 70g, sałata 15g, Herbata z cytryną 250ml, | Jarzynowa z ziemniakami z mroż. 350g (GLU , MLE , SEL), Surówka z kiszzonej kapusty 150g, Kompot z owoców mrożonych 250ml, Kotlet mielony z ryby smażony 90g (GLU , JAJ), Ziemniaki gotowane 250g, | Chleb pszenno żytni 110g (GLU), margaryna z omega 3 10g, ogórek św. 60g, Szynka wędzona 40g (SOJ), Kawa z mlekiem 250g (GLU , MLE), Serek Almette mini 30g (MLE), |
| | | Posiłek nocny: Skyr naturalny 150g (MLE), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2231.73 kcal; Białko ogółem: 97.04 g; Tłuszcz: 65.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.55 g; Węglowodny przyswajalne: 282.65 g; w tym cukry: 76.48 g; Błonnik pokarmowy: 28.31 g; Sól: 6.41 g;

| piątek 2024-05-24 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna | | |
|---|---|---|
| Bułka Kielecka 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Dżem porcjowy 25g, Pasta warzywna 80g (GLU , SOJ), sałata 15g, pomidory 60g, Kasza manna na mleku 350ml (GLU , MLE), Herbata z cytryną 250ml, | Jarzynowa z ziemniakami z mroż. 350g (GLU , MLE , SEL), Ryż ze śmietaną 350g (MLE), Mus owocowo warzywny 1szt, Kompot z owoców mrożonych 250ml, | Bułka Kielecka 100g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Serek Almette mini 30g (MLE), Szynka wędzona 40g (SOJ), pomidory 60g, Kawa z mlekiem 250g (GLU , MLE), |
| | | Posiłek nocny: Skyr naturalny 150g (MLE), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2370.84 kcal; Białko ogółem: 86.11 g; Tłuszcz: 62.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.62 g; Węglowodny przyswajalne: 341.91 g; w tym cukry: 97.73 g; Błonnik pokarmowy: 19.20 g; Sól: 5.01 g;

| piątek 2024-05-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | | |
|--|---|---|
| Chleb razowy 100g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Jajko gotowane 50g (JAJ), Pasta warzywna 80g (GLU , SOJ), papryka 70g, sałata 15g, Herbata b/cukru 250ml, | Jarzynowa z ziemniakami z mroż. 350g (GLU , MLE , SEL), Kotlet rybny smażony 100g (GLU , JAJ , RYB), Ziemniaki gotowane 250g, Surówka z kiszzonej kapusty 150g, kompot z owoców mroż.b/cukru 250ml, | Chleb razowy 100g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Szynka wędzona 40g (SOJ), pomidory 60g, kawa z mlekiem b/cukru 250g (GLU , MLE), Serek Almette mini 30g (MLE), |
| II Śniadanie: Kisiel surówkowy 150ml, | Podwieczorek: Jabłka 120g, | Posiłek nocny: Skyr naturalny 150g (MLE), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1982.82 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; Tłuszcz: 63.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.53 g; Węglowodny przyswajalne: 220.88 g; w tym cukry: 48.20 g; Błonnik pokarmowy: 34.36 g; Sól: 5.94 g;

| piątek 2024-05-24 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna dzieci | | |
|---|--|--|
| Bułka Kielecka 60g (GLU), masło 82% 13g (MLE), Dżem porcjowy 25g, Pasta warzywna 80g (GLU , SOJ), pomidory 60g, sałata 15g, Kasza manna na mleku dzieci 250ml (GLU , MLE), Herbata z cytryną 250ml, | Jarzynowa z ziemniakami z mroż. 350g (GLU , MLE , SEL), Ryż ze śmietaną dzieci 250g (MLE), Surówka z marchwi i jabłka 150g, Kompot z owoców mrożonych 250ml, | Bułka Kielecka 60g (GLU), margaryna z omega 3 10g, Serek Almette mini 30g (MLE), Szynka wędzona 30g (SOJ), Herbata z cytryną 250ml, pomidory 60g, |
| II Śniadanie: Kisiel słodzony 150ml, | Podwieczorek: banan 120g, | Posiłek nocny: Skyr naturalny 150g (MLE), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1976.30 kcal; Białko ogółem: 65.80 g; Tłuszcz: 52.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.05 g; Węglowodny przyswajalne: 285.90 g; w tym cukry: 113.87 g; Błonnik pokarmowy: 19.99 g; Sól: 4.85 g;

Dietetyk

.....