

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Żnin   |   |  |
|---|---|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>poniedziałek 2024-03-11</b>  |   |  |
| <b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>   |   |  |
| zupa mleczna z budyniem 300g ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> ), szynka<br>wieprzowa 30g ( <b>MIE, DWU</b> ), masło 82% 15g<br>( <b>BIA</b> ), twarożek z rzodkiewką 30g, ogórek<br>zielony 50g, pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>pomidor 50g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Kisiel z tartym jabłkiem 100g, | Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>pierogi z mięsem 200g ( <b>GLU, JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, sałatka z buraczka i marchewki 100g,<br><b>Podwieczorek:</b><br>mus jogurtowy z owocami 100g ( <b>BIA</b> ), | szynka drobiowa 50g ( <b>BIA, GLU, SOJ, MLE, SEL, DWU</b> ),<br>pasta z ryby z soczewicą 30g ( <b>RYB, SEL, DWU, ROŚ</b> ),<br>masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ),<br>pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>pomidor 80g, herbata z cukrem 200ml, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>owsianka z truskawką 100g, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2185.47 kcal; Białko ogółem: 91.67 g; Tłuszcz: 69.74 g; Węglowodany ogółem: 327.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.22 g; Sód: 2132.16 mg; suma cukrów prostych: 82.89 g; Błonnik pokarmowy: 32.56 g;  |   |  |