

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Żnin                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                       | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>wtorek 2024-06-18</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> ), twaróg grani naturalny 40g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), polędwica drobiowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), ogórek zielony 80g, sałata 20g, | Zupa kalafiorowa z makaronem 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Gołąbki nie zawijane w kapuście 250g ( <b>JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, fasolka szparagowa 100g ( <b>ROŚ</b> ), sok pomidorowy 100ml,                                            | szynka wieprzowa 40g ( <b>MIĘ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, DWU, GOR, ROŚ</b> ), herbata z cukrem 250ml, pomidor 80g, rzodkiewka 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>sok z buraka z jabłkiem 300ml, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2108.65 kcal; Białko ogółem: 88.62 g; Tłuszcz: 89.07 g; Węglowodany ogółem: 269.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.75 g; sól: 1956.06 mg; suma cukrów prostych: 32.68 g; Błonnik pokarmowy: 32.86 g;                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>wtorek 2024-06-18</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> ), twaróg grani naturalny 40g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), polędwica drobiowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), pomidor 80g, rzodkiewka 20g,    | Zupa kalafiorowa z makaronem 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Pulpet miesno ryżowy 100g ( <b>JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, sałata z jogurtem 100g, sos 100ml,                                                                                  | szynka wieprzowa 40g ( <b>MIĘ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, DWU, GOR</b> ), herbata z cukrem 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>sok z buraka z jabłkiem 300ml,          |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2072.02 kcal; Białko ogółem: 80.95 g; Tłuszcz: 85.48 g; Węglowodany ogółem: 264.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.83 g; sól: 2060.28 mg; suma cukrów prostych: 37.73 g; Błonnik pokarmowy: 21.44 g;                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>wtorek 2024-06-18</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLWODANÓW</b>                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> ), twaróg z papryka 30g, masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), polędwica drobiowa 40g, pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), ogórek zielony 80g, sałata 20g,                                       | Zupa kalafiorowa z makaronem pełnoziarnistym 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Pulpet miesno ryżowy 100g ( <b>JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, sałata z jogurtem 100g, sos 100ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>ciemny ryż z jogurtem i owocami 100g, | szynka wieprzowa 40g ( <b>MIĘ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, DWU, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>sok pomidorowy 300ml,                                     |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2128.89 kcal; Białko ogółem: 78.27 g; Tłuszcz: 86.23 g; Węglowodany ogółem: 280.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.46 g; sól: 1808.32 mg; suma cukrów prostych: 40.17 g; Błonnik pokarmowy: 22.18 g;                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>wtorek 2024-06-18</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> ), twaróg grani naturalny 40g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 10g ( <b>BIA</b> ), polędwica drobiowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), pomidor 80g, rzodkiewka 20g,    | Zupa kalafiorowa z makaronem 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Pulpet miesno ryżowy 100g ( <b>JAJ, SO2</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, sałata z jogurtem 100g, sos 100ml,                                                                             | szynka wieprzowa 40g ( <b>MIĘ</b> ), masło 82% 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, DWU, GOR</b> ), herbata z cukrem 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>sok z buraka z jabłkiem 300ml,          |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2007.22 kcal; Białko ogółem: 86.13 g; Tłuszcz: 66.18 g; Węglowodany ogółem: 290.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.59 g; sól: 2126.13 mg; suma cukrów prostych: 39.49 g; Błonnik pokarmowy: 26.56 g;                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>wtorek 2024-06-18</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> ), twaróg grani naturalny 40g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), polędwica drobiowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), ogórek zielony 80g, sałata 20g, | Zupa kalafiorowa z makaronem 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Gołąbki nie zawijane w kapuście 250g ( <b>JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, fasolka szparagowa 100g ( <b>ROŚ</b> ), sok pomidorowy 100ml,                                            | szynka wieprzowa 40g ( <b>MIĘ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, DWU, GOR, ROŚ</b> ), herbata z cukrem 250ml, pomidor 80g, rzodkiewka 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>sok z buraka z jabłkiem 300ml, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2108.65 kcal; Białko ogółem: 88.62 g; Tłuszcz: 89.07 g; Węglowodany ogółem: 269.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.75 g; sól: 1956.06 mg; suma cukrów prostych: 32.68 g; Błonnik pokarmowy: 32.86 g;                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

### Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Żnin     |                       |                          |
|---------------------------|-----------------------|--------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |

Dietetyk

.....