

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Żnin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-01-08		
Dieta: PODSTAWOWA		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> ), pasta z ryby ze szczypiotrkiem 30g ( <b>RYB, SEL, DWU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), polędwica drobiowa 30g , jabłko 150g , pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ),	Barszcz ukraiński 300ml ( <b>GLU, SEL, DWU, ROŚ</b> ), placki ziemniaczane 200g ( <b>GLU, JAJ</b> ), farsz warzywny 150g ( <b>SOJ, SEL, DWU, GOR</b> ),	pasztet drobiowy 30g , polędwica sopočka 30g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), rzodkiewka 50g , herbata z cukrem 200ml , ogórek kiszony 50g , <b>Posiłek nocny:</b> owsianka z truskawką 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2144.62 kcal; Białko ogółem: 76.12 g; Tłuszcz: 70.05 g; Węglowodany ogółem: 328.50 g; Witamina C: 73.77 mg; Wapń: 723.58 mg; Sód: 6842.66 mg; Żelazo: 11.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.50 g; Cholesterol: 377.44 mg; Błonnik pokarmowy: 29.18 g;		