

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Żnin  |   |  |
|--|---|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>poniedziałek 2024-09-23</b>   |   |  |
| <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>   |   |  |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), twaróg z papryką 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), sałata 20g, pomidor 80g, polędwica drobiowa 40g,  | Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, racuchy z jabłkiem 250g ( <b>BIA, GLU</b> ), nektarynka 1szt,   | masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), herbata b cukru 250ml, sałatka ziemniaczana z jajkiem 100g, rzodkiewka 40g, sałata 20g, szynkowa 40g ( <b>BIA, GLU, SOJ, SEL</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>mus owocowo warzywny 150g ( <b>BIA</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2368.39 kcal; Białko ogółem: 78.62 g; Tłuszcz: 59.94 g; Węglowodany ogółem: 401.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.50 g; sól: 2516.72 mg; suma cukrów prostych: 68.62 g; Błonnik pokarmowy: 26.85 g;   |   |  |
| <b>poniedziałek 2024-09-23</b>   |   |  |
| <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>   |   |  |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), twaróg naturalny 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), ogórek zielony 50g, pomidor 50g, polędwica drobiowa 40g,  | Jarzynowa z ziemniakami 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, pierogi z mięsem 200g ( <b>GLU, JAJ</b> ), fasolka szparagowa 100g,  | masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), herbata b cukru 250ml, sałatka ziemniaczana z jajkiem 100g, pomidor 80g, sałata 20g, szynkowa 40g ( <b>BIA, GLU, SOJ, SEL</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>owsianka z owocami 150g ( <b>BIA</b> ),      |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2008.90 kcal; Białko ogółem: 77.21 g; Tłuszcz: 77.02 g; Węglowodany ogółem: 270.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.82 g; sól: 1981.58 mg; suma cukrów prostych: 35.26 g; Błonnik pokarmowy: 20.74 g;   |   |  |
| <b>poniedziałek 2024-09-23</b>   |   |  |
| <b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>  |   |  |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), twaróg naturalny 40g, pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), ogórek zielony 50g, pomidor 50g, polędwica drobiowa 40g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>sałata z pomidorem i ogórkiem i sosem vinegrette 150g ( <b>DWU, GOR</b> ), | Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, Filet z kurczaka duszony 100g ( <b>SOJ, SEL, GOR</b> ), ziemniaki 200g, fasolka szparagowa 100g,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Ryż ciemny z jogurtem i owocami 300g, | masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), herbata b/cukru 250ml, pasta z ryby ze szczyptką 40g ( <b>RYB, SEL, DWU</b> ), pomidor 80g, sałata 20g, szynkowa 40g ( <b>BIA, GLU, SOJ, SEL</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>owsianka z owocami 150g ( <b>BIA</b> ),    |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2189.12 kcal; Białko ogółem: 93.59 g; Tłuszcz: 76.88 g; Węglowodany ogółem: 303.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.39 g; sól: 1737.42 mg; suma cukrów prostych: 46.16 g; Błonnik pokarmowy: 25.14 g;   |   |  |
| <b>poniedziałek 2024-09-23</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 naturalny 50g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), sałata 20g, pomidor 80g, polędwica drobiowa 40g,  | Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, pierogi z mięsem 300g ( <b>GLU, JAJ</b> ), fasolka szparagowa 150g,   | pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), herbata b/cukru 250ml, dżem 40g, pomidor 80g, sałata 20g, szynkowa 60g ( <b>BIA, GLU, SOJ, SEL</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>owsianka z owocami 150g ( <b>BIA</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2003.04 kcal; Białko ogółem: 87.57 g; Tłuszcz: 63.52 g; Węglowodany ogółem: 290.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.19 g; sól: 2003.25 mg; suma cukrów prostych: 30.88 g; Błonnik pokarmowy: 23.31 g;   |   |  |
| <b>poniedziałek 2024-09-23</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> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), twaróg z rzodkiewką 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 110g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), ogórek zielony 50g, pomidor 50g, polędwica drobiowa 40g,   | Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, racuchy z jabłkiem 250g ( <b>BIA, GLU</b> ), nektarynka 1szt,   | masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), herbata z cukrem 250ml, dżem 40g, rzodkiewka 40g, sałata 20g, szynkowa 40g ( <b>BIA, GLU, SOJ, SEL</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>owsianka z owocami 150g ( <b>BIA</b> ),                             |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2365.56 kcal; Białko ogółem: 74.86 g; Tłuszcz: 77.28 g; Węglowodany ogółem: 363.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.34 g; sól: 1988.56 mg; suma cukrów prostych: 70.31 g; Błonnik pokarmowy: 23.38 g;   |   |  |

### Jadłospisy dla oddziałów

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

Dietetyk

.....