

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Żnin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-10-23</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> ), twarożek 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> ), mandarynka 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, rzodkiewka 40g, sałata 20g, szynkowa 40g ( <b>BIA, GLU, SOJ, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> owsianka z owocami 150g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2308.77 kcal; Białko ogółem: 76.84 g; Tłuszcz: 59.62 g; Węglowodany ogółem: 388.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.47 g; sól: 2073.33 mg; suma cukrów prostych: 69.18 g; Błonnik pokarmowy: 26.77 g;		
<b>środa 2024-10-23</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> ), twarożek 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 serem i jogurtem 300g ( <b>GLU, JAJ</b> ), mandarynka 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> ), <b>Posiłek nocny:</b> owsianka z owocami 150g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2220.03 kcal; Białko ogółem: 85.51 g; Tłuszcz: 84.46 g; Węglowodany ogółem: 297.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.73 g; sól: 2008.33 mg; suma cukrów prostych: 42.24 g; Błonnik pokarmowy: 19.94 g;		
<b>środa 2024-10-23</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> ), twarożek naturalny 40g, pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), ogórek zielony 50g, pomidor 50g, polędwica drobiowa 40g, <b>II Śniadanie:</b> 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, <b>Podwieczorek:</b> 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, sałatka ziemniaczana z jajkiem i koperkiem 100g, rzodkiewka 80g, sałata 20g, szynkowa 40g ( <b>BIA, GLU, SOJ, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> owsianka z owocami 150g ( <b>BIA, GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2364.76 kcal; Białko ogółem: 93.41 g; Tłuszcz: 79.20 g; Węglowodany ogółem: 345.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.72 g; sól: 2163.59 mg; suma cukrów prostych: 46.58 g; Błonnik pokarmowy: 28.61 g;		
<b>środa 2024-10-23</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> ), twarożek 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 serem i jogurtem 300g ( <b>GLU, JAJ</b> ), mandarynka 100g,	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> ), <b>Posiłek nocny:</b> owsianka z owocami 150g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2005.20 kcal; Białko ogółem: 84.84 g; Tłuszcz: 63.40 g; Węglowodany ogółem: 290.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.13 g; sól: 1996.72 mg; suma cukrów prostych: 37.15 g; Błonnik pokarmowy: 19.82 g;		
<b>środa 2024-10-23</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> ), twarożek z papryką 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 110g ( <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 200g ( <b>BIA, GLU</b> ), mandarynka 100g,	masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), herbata z cukrem 250ml, Sałatka ziemniaczana z jajem 100g ( <b>JAJ</b> ), rzodkiewka 40g, sałata 20g, szynkowa 40g ( <b>BIA, GLU, SOJ, SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> owsianka z owocami 150g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2302.85 kcal; Białko ogółem: 72.18 g; Tłuszcz: 78.45 g; Węglowodany ogółem: 348.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.73 g; sól: 2213.59 mg; suma cukrów prostych: 64.95 g; Błonnik pokarmowy: 24.41 g;		

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Żnin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

Dietetyk

.....