

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Żnin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-01-02</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
zupa mleczna z kaszką manną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, polędwica drobiowa 40g, masło 82% 15g, twaróg z rzodkiewką 40g, pieczywo pszenno żytnie 120g, rzodkiewka 80g, sałata 20g,	ryżanka z warzywami 300ml, pierogi z serem/jabłkiem z jogurtem naturalnym 200g, woda mineralna n/ gazowana 200g, mandarynka 100g,	szynkowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo pszenno żytnie 120g, sałatka ziemniaczana z jajem 40g, herbata b/cukru 200ml, rzodkiewka 80g, sałata 20g, papryka 80g, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2052.42 kcal; Białko ogółem: 85.56 g; Tłuszcz: 62.47 g; Węglowodany ogółem: 304.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.74 g; sól: 1881.61 mg; suma cukrów prostych: 48.51 g; Błonnik pokarmowy: 21.08 g;		
<b>czwartek 2025-01-02</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
zupa mleczna z kaszką manną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, polędwica drobiowa 40g, masło 82% 15g, ser grani naturalny 40g, pieczywo pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,	ryżanka z warzywami 300ml, pierogi z serem/jabłkiem i z jogurtem naturalnym 200g, woda mineralna n/ gazowana 200g, mandarynka 100g,	szynkowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo pszenno żytnie 120g, sałatka ziemniaczana z jajkiem 100g, herbata b/cukru 250ml, sałata 20g, pomidor 80g, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2064.04 kcal; Białko ogółem: 90.44 g; Tłuszcz: 66.93 g; Węglowodany ogółem: 290.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.24 g; sól: 1808.67 mg; suma cukrów prostych: 48.70 g; Błonnik pokarmowy: 18.21 g;		
<b>czwartek 2025-01-02</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, twaróg z rzodkiewką 40g, masło 82% 15g, polędwica drobiowa 40g, pieczywo razowe 120g, rzodkiewka 80g, sałata 20g, <b>II Śniadanie:</b> owsianka z owocami 100g,	ryżanka z warzywami 300ml, filet gotowany 100g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki z koperkiem 200g, surówka z kapusty pekińskiej 100g,	szynkowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo pszenno żytnie 120g, sałatka ziemniaczana z jajem 40g, herbata b/c 250ml, rzodkiewka 80g, sałata 20g, pomidor 80g, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt nat 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2182.32 kcal; Białko ogółem: 95.49 g; Tłuszcz: 68.57 g; Węglowodany ogółem: 317.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.23 g; sól: 1906.07 mg; suma cukrów prostych: 43.29 g; Błonnik pokarmowy: 24.91 g;		
<b>czwartek 2025-01-02</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, polędwica drobiowa 40g, ser grani naturalny 60g, pieczywo pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,	ryżanka z warzywami 300ml, pierogi z serem/jabłkiem i jogurtem naturalnym 200g, woda mineralna n/ gazowana 200g, mandarynka 100g,	szynkowa 40g, masło 82% 10g, pieczywo pszenno żytnie 120g, Marmolada 60g, herbata b /cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g, pomidor 80g, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2046.61 kcal; Białko ogółem: 82.65 g; Tłuszcz: 37.66 g; Węglowodany ogółem: 361.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.43 g; sól: 2076.17 mg; suma cukrów prostych: 82.46 g; Błonnik pokarmowy: 21.93 g;		
<b>czwartek 2025-01-02</b>		
<b>Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, polędwica drobiowa 40g, masło 82% 15g, ser grani naturalny 40g, pieczywo pszenno żytnie 120g, rzodkiewka 80g, sałata 20g,	ryżanka z warzywami 300ml, pierogi z serem/jabłkami jogurtem naturalnym 200g, woda mineralna n/ gazowana 200g, nektarynka 1szt, mandarynka 100g,	szynkowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo pszenno żytnie 120g, sałatka ziemniaczana z jajkiem i koperkiem 40g, herbata b cukru 250ml, rzodkiewka 80g, sałata 20g, papryka 80g, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2065.44 kcal; Białko ogółem: 87.47 g; Tłuszcz: 60.38 g; Węglowodany ogółem: 311.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.24 g; sól: 1863.33 mg; suma cukrów prostych: 53.99 g; Błonnik pokarmowy: 21.98 g;		

Dietetyk

.....