

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Żnin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-12-24</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, twaróg z rzodkiewką 40g, masło 82% 15g, Marmolada 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,	zupa pieczarkowa z makaronem 300ml, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki z gzikiem 300g, bukiet warzyw 100g,	Barszcz czerwony czysty 100ml, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno razowe 120g, pierogi z kapustą i grzybami 100g, herbata b cukru 250ml, Ryba po grecku 100g, Ryba panierowana 50g, pierniczki 40g, <b>Posiłek nocny:</b> owsianka z warzywami 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2290.35 kcal; Białko ogółem: 85.87 g; Tłuszcz: 84.21 g; Węglowodany ogółem: 327.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.92 g; sól: 1958.70 mg; suma cukrów prostych: 78.56 g; Błonnik pokarmowy: 33.16 g;		
<b>wtorek 2024-12-24</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, twaróg naturalny 40g, masło 82% 15g, Marmolada 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,	Zupa koperkowa z makaronem 300ml, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki z gzikiem 300g, Bukiet warzyw 100g,	Barszcz czerwony czysty 100ml, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno razowe 120g, Ryba po grecku 100g, herbata b/cukru 250ml, pierogi z serem i jogurtem 100g, galart z ryby z cytryną 50g, mandarynka 100g, <b>Posiłek nocny:</b> owsianka z warzywami 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2262.96 kcal; Białko ogółem: 84.74 g; Tłuszcz: 68.37 g; Węglowodany ogółem: 372.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.52 g; sól: 1653.10 mg; suma cukrów prostych: 109.51 g; Błonnik pokarmowy: 48.71 g;		
<b>wtorek 2024-12-24</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, ser grani ze szczypiorkiem 40g, masło 82% 15g, twaróg z rzodkiewką 40g, pieczywo razowe 120g, pomidor 80g, sałata 20g, <b>II Śniadanie:</b> sałata z pomidorem i sosem vinegrette 100g,	Zupa koperkowa z makaronem 300ml, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki z gzikiem 200g, Bukiet warzyw 100g, <b>Podwieczorek:</b> Ryż z sosem owocowym 100g,	Barszcz czerwony czysty 100ml, masło 82% 15g, pieczywo razowe 120g, Ryba po grecku 100g, herbata b/cukru 250ml, galart z ryby 100g, pierogi z kapustą i grzybami 100g, mandarynka 100g, <b>Posiłek nocny:</b> owsianka z warzywami 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2357.62 kcal; Białko ogółem: 90.89 g; Tłuszcz: 77.26 g; Węglowodany ogółem: 351.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.56 g; sól: 2110.26 mg; suma cukrów prostych: 52.73 g; Błonnik pokarmowy: 30.53 g;		
<b>wtorek 2024-12-24</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, serek grani naturalny 40g, Marmolada 40g, pieczywo pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,	Zupa koperkowa z makaronem 300ml, bukiet warzyw 100g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki z gzikiem 300g,	barszcz czerwony 100g, pieczywo pszenno żytnie 120g, Ryba po grecku 100g, herbata b/cukru 250ml, galart z ryby 50g, pierogi z serem 100g, mandarynka 100g, <b>Posiłek nocny:</b> owsianka z warzywami 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2235.36 kcal; Białko ogółem: 90.85 g; Tłuszcz: 47.30 g; Węglowodany ogółem: 406.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.80 g; sól: 2000.66 mg; suma cukrów prostych: 92.45 g; Błonnik pokarmowy: 50.19 g;		
<b>wtorek 2024-12-24</b>		
<b>Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, serek grani ze szczypiorkiem 40g, masło 82% 15g, Marmolada 40g, pieczywo pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki z gzikiem 300g, Bukiet warzyw 100g,	Barszcz czerwony czysty 100ml, masło 82% 15g, pieczywo pszenno żytnie 120g, herbata b/cukru 250ml, Ryba po grecku 100g, galart z ryby 100g, pierogi z serem 100g, mandarynka 100g, <b>Posiłek nocny:</b> owsianka z warzywami 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2288.23 kcal; Białko ogółem: 102.58 g; Tłuszcz: 68.43 g; Węglowodany ogółem: 388.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.34 g; sól: 1665.76 mg; suma cukrów prostych: 142.83 g; Błonnik pokarmowy: 77.51 g;		

### Jadłospisy dla oddziałów

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

Dietetyk

.....