

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Żnin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-01-10</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
zupa mleczna z ryżem 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, ser biały w kostce 40g, masło 82% 15g, paprykarz 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 50g, ogórek zielony 50g,	Zupa ryżanka z warzywami 300g, jajka sadzone 1szt, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, fasolka szparagowa 100g, sos musztardowy 100ml,	szynkowa drobiowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno razowe 120g, pastaz soczewicy z warzywami 40g, herbata b cukru 250ml, sałata 20g, papryka 80g, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2156.57 kcal; Białko ogółem: 80.20 g; Tłuszcz: 79.15 g; Węglowodany ogółem: 311.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.93 g; sól: 1553.20 mg; suma cukrów prostych: 49.15 g; Błonnik pokarmowy: 33.12 g;		
<b>piątek 2025-01-10</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
zupa mleczna z ryżem 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, ser biały w kostce 40g, masło 82% 15g, paprykarz 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,	Zupa ryżanka z warzywami 300g, jajko gotowane 1szt, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, fasolka szparagowa 100g, sos koperkowy 100ml,	szynkowa drobiowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno razowe 120g, pasta z soczewicy z warzywami 100g, herbata b/cukru 250ml, sałata 20g, pomidor 80g, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2147.29 kcal; Białko ogółem: 89.31 g; Tłuszcz: 73.19 g; Węglowodany ogółem: 310.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.85 g; sól: 1949.03 mg; suma cukrów prostych: 49.03 g; Błonnik pokarmowy: 30.52 g;		
<b>piątek 2025-01-10</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
zupa mleczna z ryżem 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, ser biały w kostce 40g, masło 82% 15g, paprykarz 40g, pieczywo razowe 120g, papryka 80g, sałata 20g, <b>II Śniadanie:</b> Kisiel z tartym jabłkiem 100g,	Zupa ryżanka z ziemniakami 300g, jajko gotowane 1szt, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, fasolka szparagowa 100g, <b>Podwieczorek:</b> wafle ryżowe 20g,	szynkowa drobiowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo razowe 120g, sałatka ziemniaczana 100g, herbata b/cukru 250ml, sałata 20g, pomidor 80g, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2198.67 kcal; Białko ogółem: 87.05 g; Tłuszcz: 61.44 g; Węglowodany ogółem: 350.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.20 g; sól: 1849.71 mg; suma cukrów prostych: 63.46 g; Błonnik pokarmowy: 29.87 g;		
<b>piątek 2025-01-10</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>		
zupa mleczna z ryżem 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, ser biały w kostce 40g, Paprykarz 40g, pieczywo pszenno żytni 120g, pomidor 80g, sałata 20g, pomidor 80g,	Zupa ryżanka z ziemniakami 300g, jajko gotowane 1szt, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, fasolka szparagowa 100g,	szynkowa drobiowa 40g, pieczywo pszenno żytnie 120g, pasta z soczewicy z warzywami 65g, herbata b/cukru 250ml, sałata 20g, pomidor 80g, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1998.40 kcal; Białko ogółem: 91.80 g; Tłuszcz: 35.98 g; Węglowodany ogółem: 356.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.71 g; sól: 1802.95 mg; suma cukrów prostych: 51.19 g; Błonnik pokarmowy: 34.67 g;		
<b>piątek 2025-01-10</b>		
<b>Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA</b>		
zupa mleczna z budyniem 150g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, szynka wieprzowa 40g, masło 82% 15g, Paprykarz 40g, pieczywo pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,	Zupa ryżanka z ziemniakami 300g, jajko gotowane 1szt, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, fasolka szparagowa 100g, sałatka ziemniaczana 100g, sos koperkowy 100ml,	szynkowa drobiowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo pszenno żytnie 120g, herbata z cukrem 250ml, sałata 20g, pomidor 80g, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2176.74 kcal; Białko ogółem: 89.78 g; Tłuszcz: 65.48 g; Węglowodany ogółem: 337.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.82 g; sól: 1983.94 mg; suma cukrów prostych: 57.98 g; Błonnik pokarmowy: 33.49 g;		

Dietetyk

.....