

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Żnin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-01-13</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
zupa mleczna z kaszką manną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, szynka drobiowa 50g, masło 82% 15g, ser biały w kostce 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, rzodkiewka 50g, pomidor 50g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g, pierogi z mięsem 200g, woda mineralna n/ gazowana 200g, szpinak 100g,	szynkowa wp 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pasta z ryby z soczewicą 40g, herbata b/cukru 200ml, pomidor 80g, sałata 20g, <b>Posiłek nocny:</b> ciastka zbożowe z jagodami 50g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2057.04 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz: 75.84 g; Węglowodany ogółem: 276.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.23 g; sól: 2024.87 mg; suma cukrów prostych: 32.96 g; Błonnik pokarmowy: 28.46 g;		
<b>poniedziałek 2025-01-13</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, szynka drobiowa 50g, masło 82% 15g, ser biały w kostce 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor sałata 100g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g, pierogi z mięsem 200g, woda mineralna n/ gazowana 200g, szpinak 100g,	szynkowa wp 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pasta z ryby z soczewicą 40g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2008.34 kcal; Białko ogółem: 96.48 g; Tłuszcz: 72.67 g; Węglowodany ogółem: 268.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.86 g; sól: 1950.25 mg; suma cukrów prostych: 27.30 g; Błonnik pokarmowy: 28.68 g;		
<b>poniedziałek 2025-01-13</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
zupa mleczna z kaszką manną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, szynka drobiowa 50g, masło 82% 15g, ser biały w kostce 40g, pieczywo razowe 120g, sałata 20g, rzodkiewka 80g, <b>II Śniadanie:</b> sałata z pomidorem ,ogórkiem ,papryką z sosem vinegret 150g,	Zupa jarzynowa 300g, rizotto z mięsem warzywami 250g, woda mineralna n/ gazowana 200g, sos 100ml, <b>Podwieczorek:</b> jabłko pieczone z cynamonem 150g,	szynkowa wp 40g, masło 82% 15g, pieczywo razowe 120g, pasta z ryby z soczewicą 40g, herbata b/cukru 200ml, pomidor 80g, sałata 20g, <b>Posiłek nocny:</b> ciastko owsiane z jagodą 50g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2048.65 kcal; Białko ogółem: 87.17 g; Tłuszcz: 66.76 g; Węglowodany ogółem: 313.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.27 g; sól: 2189.96 mg; suma cukrów prostych: 35.39 g; Błonnik pokarmowy: 41.25 g;		
<b>poniedziałek 2025-01-13</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>		
zupa mleczna z kaszką manną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, szynka 30g, ser biały w kostce 100g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 200g, sałata 20g,	Zupa jarzynowa 300g, pierogi z mięsem 200g, woda mineralna n/ gazowana 200g, szpinak 120g,	poledwica drobiowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pasta z ryby z soczewicą 40g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g, <b>Posiłek nocny:</b> ciastko owsiane z jagodą 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2000.48 kcal; Białko ogółem: 115.04 g; Tłuszcz: 50.55 g; Węglowodany ogółem: 296.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.80 g; sól: 2084.34 mg; suma cukrów prostych: 32.11 g; Błonnik pokarmowy: 29.59 g;		
<b>poniedziałek 2025-01-13</b>		
<b>Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA</b>		
zupa mleczna z kaszką manną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, szynka drobiowa 50g, masło 82% 15g, ser biały w kostce 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, rzodkiewka 50g, pomidor 50g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g, pierogi z mięsem 200g, woda mineralna n/ gazowana 200g, szpinak 100g,	szynkowa wp 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pasta z ryby z soczewicą 40g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g, <b>Posiłek nocny:</b> ciastka z jagodą 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2039.38 kcal; Białko ogółem: 93.87 g; Tłuszcz: 73.53 g; Węglowodany ogółem: 275.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.52 g; sól: 1946.64 mg; suma cukrów prostych: 29.73 g; Błonnik pokarmowy: 27.33 g;		

Dietetyk

.....