

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Żnin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-01-15</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
zupa mleczna z ryżem 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, twarożek z rzodkiewką 40g, masło 82% 15g, szynkowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, ogórek zielony 80g, sałata 20g,	Grochówka 300ml, racuchy z jabłkiem i jogurtem waniliowym 250g, woda mineralna n/ gazowana 200g, kiwi 100g,	polędwica drobiowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, ser zółty 40g, herbata b /cukru 250ml, ogórek zielony 80g, sałata 20g, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2173.45 kcal; Białko ogółem: 84.77 g; Tłuszcz: 77.86 g; Węglowodany ogółem: 308.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.13 g; sól: 2111.44 mg; suma cukrów prostych: 58.42 g; Błonnik pokarmowy: 27.28 g;		
<b>środa 2025-01-15</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
zupa mleczna z ryżem 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, twarożek waniliowy 40g, masło 82% 15g, szynkowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,	Ziemniaczanka z warzywami 300ml, makaron z warzywami i kurczakiem 250g, woda mineralna n/ gazowana 200g, sos pomidorowy 100ml, mandarynka 100g,	polędwica drobiowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, Marmolada 40g, herbata b /cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2030.84 kcal; Białko ogółem: 85.96 g; Tłuszcz: 43.91 g; Węglowodany ogółem: 343.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.57 g; sól: 1937.10 mg; suma cukrów prostych: 69.67 g; Błonnik pokarmowy: 24.54 g;		
<b>środa 2025-01-15</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Zupa ogórkowa z ryżem 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, twarożek z rzodkiewką 40g, masło 82% 15g, szynkowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, rzodkiewka 20g, <b>II Śniadanie:</b> kiwi 100g,	Ziemniaczanka z warzywami 300ml, makaron pełnoziarnisty z sosem bolońskim 250g, woda mineralna n/ gazowana 200g, <b>Podwieczorek:</b> Kisiel z tartym jabłkiem 100g,	polędwica drobiowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo razowe 120g, ser biały w kostce 50g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2297.18 kcal; Białko ogółem: 102.34 g; Tłuszcz: 49.97 g; Węglowodany ogółem: 411.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.38 g; sól: 8568.15 mg; suma cukrów prostych: 79.85 g; Błonnik pokarmowy: 57.90 g;		
<b>środa 2025-01-15</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>		
zupa mleczna z ryżem 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, dżem 40g, szynkowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g, pomidor 80g, sałata 20g,	Ziemniaczanka 300ml, makaron z warzywami i kurczakiem 250g, woda mineralna n/ gazowana 200g, sos pomidorowy 100ml,	polędwica drobiowa 40g, masło 82% 10g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, ser biały w kostce 100g, herbata b cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2038.93 kcal; Białko ogółem: 97.37 g; Tłuszcz: 32.11 g; Węglowodany ogółem: 358.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.10 g; sól: 2104.84 mg; suma cukrów prostych: 40.68 g; Błonnik pokarmowy: 23.15 g;		
<b>środa 2025-01-15</b>		
<b>Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA</b>		
zupa mleczna z ryżem 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, twarożek z rzodkiewką 40g, masło 82% 15g, szynkowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, ogórek zielony 80g, sałata 20g,	Ziemniaczanka z warzywami 300ml, racuchy z jabłkiem i jogurtem waniliowym 250g, woda mineralna n/ gazowana 200g, mandarynka 100g,	polędwica drobiowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, Marmolada 50g, herbata b/cukru 250ml, papryka 80g, sałata 20g, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2004.42 kcal; Białko ogółem: 59.96 g; Tłuszcz: 67.20 g; Węglowodany ogółem: 308.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.94 g; sól: 5607.68 mg; suma cukrów prostych: 100.36 g; Błonnik pokarmowy: 20.42 g;		

Dietetyk

.....