

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Żnin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-03-04</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
zupa mleczna z budyniem 150g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, metka łososiowa 40g, masło 82% 15g, twarożek ze szczypiorkiem 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, ogórek zielony 50g, pomidor 50g,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml, gulasz drobiowy 150g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ryż na sypko 150g, surówka z marchewki i buraka 100g,	połędwica drobiowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, dżem 40g, herbata b cukru 200ml, rzodkiewka 80g, sałata 20g, <b>Posiłek nocny:</b> owsianka 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2052.87 kcal; Białko ogółem: 79.07 g; Tłuszcz: 70.43 g; Węglowodany ogółem: 301.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.82 g; sól: 1604.46 mg; suma cukrów prostych: 56.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.94 g;		
<b>wtorek 2025-03-04</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
zupa mleczna z budyniem 150g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, szynka wp 40g, masło 82% 15g, twarożek waniliowy 150g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, sałata 20g, pomidor 80g,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml, gulasz drobiowy 150g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ryż na sypko 150g, sałatka z buraka i marchewki 100g,	połędwica drobiowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, dżem 40g, herbata b cukru 200ml, pomidor 80g, sałata 20g, <b>Posiłek nocny:</b> owsianka 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2089.28 kcal; Białko ogółem: 103.08 g; Tłuszcz: 76.12 g; Węglowodany ogółem: 269.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.33 g; sól: 1624.50 mg; suma cukrów prostych: 60.70 g; Błonnik pokarmowy: 24.14 g;		
<b>wtorek 2025-03-04</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
zupa mleczna z budyniem 150g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, Szynka wp 40g, masło 82% 15g, twarożek ze szczypiorkiem 70g, pieczywo razowe 120g, ogórek zielony 20g, pomidor 80g, <b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 30g,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml, gulasz drobiowy 150g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ryż ciemny na sypko 150g, surówka z kapusty białej 100g, <b>Podwieczorek:</b> jabłko pieczone z cynamonem 150g,	połędwica drobiowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo razowe 120g, Pasta z twarogowo -paprykowa 40g, herbata b cukru 200ml, rzodkiewka 80g, sałata 20g, <b>Posiłek nocny:</b> owsianka 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2261.59 kcal; Białko ogółem: 93.66 g; Tłuszcz: 79.43 g; Węglowodany ogółem: 322.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.71 g; sól: 2024.68 mg; suma cukrów prostych: 46.12 g; Błonnik pokarmowy: 32.37 g;		
<b>wtorek 2025-03-04</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>		
zupa mleczna z budyniem 150g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, połędwica drobiowa 40g, twarożek waniliowy 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, sałata 20g, pomidor 80g,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml, gulasz drobiowy 150g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ryż ciemny na sypko 150g, surówka z buraka i marchewki 120g,	połędwica drobiowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, dżem 40g, herbata b/cukru 200ml, pomidor 80g, sałata 20g, <b>Posiłek nocny:</b> owsianka 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2067.81 kcal; Białko ogółem: 87.82 g; Tłuszcz: 56.65 g; Węglowodany ogółem: 328.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.38 g; sól: 2097.52 mg; suma cukrów prostych: 62.47 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;		
<b>wtorek 2025-03-04</b>		
<b>Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA</b>		
zupa mleczna z budyniem 150g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, Szynka wp 40g, masło 82% 15g, twarożek ze szczypiorkiem 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, ogórek zielony 20g, pomidor 80g,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml, gulasz drobiowy 150g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ryż na sypko 150g, surówka z buraka i marchewki 100g,	połędwica drobiowa 40g, masło 82% 15g, dżem 40g, herbata b cukru 200ml, rzodkiewka 80g, sałata 20g, pieczywo mieszane pszenno razowe 120g, <b>Posiłek nocny:</b> owsianka 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2099.54 kcal; Białko ogółem: 84.21 g; Tłuszcz: 75.67 g; Węglowodany ogółem: 298.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.68 g; sól: 1987.54 mg; suma cukrów prostych: 41.53 g; Błonnik pokarmowy: 30.77 g;		

Dietetyk

.....