

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Żnin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-02-12</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
zupa mleczna z ryżem 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> mandarynka 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2020.55 kcal; Białko ogółem: 114.82 g; Tłuszcz: 50.66 g; Węglowodany ogółem: 302.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.57 g; sól: 2066.23 mg; suma cukrów prostych: 30.35 g; Błonnik pokarmowy: 30.30 g;		
<b>środa 2025-02-12</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
zupa mleczna z ryżem 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> mandarynka 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2020.55 kcal; Białko ogółem: 114.82 g; Tłuszcz: 50.66 g; Węglowodany ogółem: 302.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.57 g; sól: 2066.23 mg; suma cukrów prostych: 30.35 g; Błonnik pokarmowy: 30.30 g;		
<b>środa 2025-02-12</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
zupa mleczna z ryżem 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, szynka 30g, ser biały w kostce 100g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 200g, sałata 20g, <b>II Śniadanie:</b> sałatka z ogórka zielonego pomidora z sosem vinegret 100g,	Zupa jarzynowa 300g, pierogi z mięsem 200g, woda mineralna n/ gazowana 200g, szpinak 120g, <b>Podwieczerek:</b> mus jogurtowy z owocami 100g,	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> mandarynka 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2105.90 kcal; Białko ogółem: 118.91 g; Tłuszcz: 54.78 g; Węglowodany ogółem: 311.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.91 g; sól: 2138.84 mg; suma cukrów prostych: 39.98 g; Błonnik pokarmowy: 31.05 g;		
<b>środa 2025-02-12</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>		
zupa mleczna z ryżem 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 100g, 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> mandarynka 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2078.95 kcal; Białko ogółem: 94.36 g; Tłuszcz: 58.48 g; Węglowodany ogółem: 326.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.51 g; sól: 2566.08 mg; suma cukrów prostych: 29.81 g; Błonnik pokarmowy: 36.05 g;		
<b>środa 2025-02-12</b>		
<b>Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA</b>		
zupa mleczna z ryżem 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, ogórek zielony 80g, rzodkiewka 20g, <b>Posiłek nocny:</b> mandarynka 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1920.71 kcal; Białko ogółem: 111.46 g; Tłuszcz: 48.64 g; Węglowodany ogółem: 283.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.22 g; sól: 2068.00 mg; suma cukrów prostych: 30.09 g; Błonnik pokarmowy: 28.11 g;		

Dietetyk

.....