

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Żnin | | |
|---|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| środa 2025-04-16 | | |
| Dieta: PODSTAWOWA | | |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, metka lososiowa 40g, masło 82% 15g, pasta ze strączków z twarogiem 40g, pieczywo pszenno żytnie 120g, pomidor 50g, papryka 50g, | Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml, woda mineralna n/ gazowana 200g, Krokiety ze szpinakiem 250g, mandarynka 100g, | polędwica drobiowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo pszenno żytnie 120g, Sałatka ziemniaczana z jajem 100g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g, Posiłek nocny: owsianka z warzywami 100g, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2111.84 kcal; Białko ogółem: 80.92 g; Tłuszcz: 75.64 g; Węglowodany ogółem: 306.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.71 g; sól: 1993.21 mg; suma cukrów prostych: 34.79 g; Błonnik pokarmowy: 31.86 g; | | |
| środa 2025-04-16 | | |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA | | |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, szynkowa 50g, masło 82% 15g, pasta ze strączków z twarogiem 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor /sałata 100g, | Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml, ryż na sypko 150g, woda mineralna n/ gazowana 200g, mandarynka 1szt, sos waniliowy 100ml, | polędwica drobiowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, sałatka ziemniaczana z jajem 100g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g, Posiłek nocny: owsianka z warzywami 50g, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2074.36 kcal; Białko ogółem: 70.26 g; Tłuszcz: 40.52 g; Węglowodany ogółem: 386.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.47 g; sól: 2020.20 mg; suma cukrów prostych: 61.17 g; Błonnik pokarmowy: 33.80 g; | | |
| środa 2025-04-16 | | |
| Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW | | |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, szynkowa 50g, masło 82% 15g, pasta ze strączków z twarogiem 40g, pieczywo razowe 120g, pomidor 100g, II Śniadanie: Kisiel z tartym jabłkiem 100g, | Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml, woda mineralna n/ gazowana 200g, Filet z kurczaka gotowany 100g, ziemniaki 200g, surówka z białej z marchewką 100g, Podwieczorek: sałatkaz pomidora ogórka i papryki z sosem vinegret 150g, | polędwica drobiowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo razowe 120g, sałatka ziemniaczana z jajem 100g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g, Posiłek nocny: owsianka z warzywami 100g, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2234.15 kcal; Białko ogółem: 120.65 g; Tłuszcz: 50.10 g; Węglowodany ogółem: 358.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.48 g; sól: 2039.18 mg; suma cukrów prostych: 62.12 g; Błonnik pokarmowy: 38.04 g; | | |
| środa 2025-04-16 | | |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU | | |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, szynkowa 50g, pasta ze strączków z twarogiem 30g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 150g, pomidor /sałata 100g, | Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml, ryż na sypko 150g, woda mineralna n/ gazowana 200g, jabłko prażone 100g, sos waniliowy 100ml, mandarynka 100g, | polędwica drobiowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 160g, ser biały w kostce 100g, herbata b cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g, Posiłek nocny: owsianka z warzywami 50g, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2007.24 kcal; Białko ogółem: 83.51 g; Tłuszcz: 22.91 g; Węglowodany ogółem: 392.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.29 g; sól: 1723.72 mg; suma cukrów prostych: 67.28 g; Błonnik pokarmowy: 31.93 g; | | |
| środa 2025-04-16 | | |
| Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA | | |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, szynkowa 40g, masło 82% 15g, pasta ze strączków z twarogiem 40g, pieczywo pszenno żytnie 120g, pomidor 100g, | Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml, woda mineralna n/ gazowana 200g, ryż na sypko z jabłkiem prażonym 250g, sos waniliowy 100ml, mandarynka 100g, | polędwica drobiowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo pszenno żytnie 120g, sałatka ziemniaczana z jajem 100g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g, Posiłek nocny: owsianka z warzywami 100g, |
| Wartości odżywcze: Energia : 2101.78 kcal; Białko ogółem: 100.44 g; Tłuszcz: 50.72 g; Węglowodany ogółem: 342.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.04 g; sól: 1578.16 mg; suma cukrów prostych: 69.06 g; Błonnik pokarmowy: 35.73 g; | | |

Dietetyk

.....