

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Żnin                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                     | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                       | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                      |
| <b>sobota 2025-04-19</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                               |
| zupa mleczna z ryżem 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, masło 82% 15g, twaróg z papryką 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, sałata 20g, ogórek zielony 80g, szynkowa wp 40g,                                                        | Zupa grochowa z ziemniakami 300g, woda mineralna n/ gazowana 200g, Makaron z sosem bolońskim 300g,                                                                          | masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, herbata b cukru 250ml, polędwica drobiowa 30g, rzodkiewka 80g, sałata 20g, pasta z ryby 40g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>sok pomidorowy 300ml,          |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2026.89 kcal; Białko ogółem: 80.96 g; Tłuszcz: 72.50 g; Węglowodany ogółem: 282.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.23 g; sól: 2034.87 mg; suma cukrów prostych: 41.34 g; Błonnik pokarmowy: 21.98 g;  |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                               |
| <b>sobota 2025-04-19</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                               |
| zupa mleczna z ryżem 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, masło 82% 15g, serek grani naturalny 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, sałata 20g, pomidor 80g, szynkowa wp 40g,                                                          | Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml, woda mineralna n/ gazowana 200g, Makaron z sosem bolońskim 300g,                                                                      | masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, herbata b cukru 250ml, polędwica drobiowa 40g, pomidor 80g, sałata 20g, pasta z ryby 40g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>sok pomidorowy 300ml,             |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2038.98 kcal; Białko ogółem: 74.39 g; Tłuszcz: 68.21 g; Węglowodany ogółem: 300.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.60 g; sól: 2092.78 mg; suma cukrów prostych: 65.21 g; Błonnik pokarmowy: 21.48 g;  |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                               |
| <b>sobota 2025-04-19</b> <b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                               |
| zupa mleczna z ryżem 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, masło 82% 15g, twaróg z papryką 40g, pieczywo razowe 120g, sałata 20g, ogórek zielony 80g, szynkowa wp 40g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>mandarynka 100g,                             | Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml, woda mineralna n/ gazowana 200g, makaron pełnoziarnisty z sosem bolońskim 300g,<br><b>Podwieczorek:</b><br>mus owocowy warzywny 200g, | masło 82% 15g, pieczywo razowe 120g, herbata b/cukru 250ml, pasta z ryby 40g, rzodkiewka 80g, sałata 20g, polędwica drobiowa 40g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>sok pomidorowy 300ml,                           |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2103.49 kcal; Białko ogółem: 102.64 g; Tłuszcz: 50.67 g; Węglowodany ogółem: 334.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.34 g; sól: 2144.93 mg; suma cukrów prostych: 66.25 g; Błonnik pokarmowy: 29.44 g; |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                               |
| <b>sobota 2025-04-19</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                               |
| zupa mleczna z ryżem 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, masło 82% 10g, serek grani naturalny 60g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, sałata 20g, pomidor 80g, szynkowa wp 40g,                                                          | Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml, woda mineralna n/ gazowana 200g, Makaron z sosem bolońskim 250g,                                                                      | masło 82% 10g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 130g, herbata b/cukru 250ml, pasta z ryby z soczewicą 40g, pomidor 80g, sałata 20g, polędwica drobiowa 60g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>sok pomidorowy 300ml, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2025.71 kcal; Białko ogółem: 105.97 g; Tłuszcz: 41.49 g; Węglowodany ogółem: 332.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.95 g; sól: 2250.45 mg; suma cukrów prostych: 38.41 g; Błonnik pokarmowy: 29.60 g; |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                               |
| <b>sobota 2025-04-19</b> <b>Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                               |
| zupa mleczna z ryżem 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, masło 82% 15g, twaróg z papryką 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, sałata 20g, ogórek zielony 100g, szynkowa wp 40g,                                                       | Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml, woda mineralna n/ gazowana 200g, Makaron z sosem bolońskim 300g,                                                                      | masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, herbata b/cukru 250ml, pasta z ryby 40g, rzodkiewka 80g, sałata 20g, polędwica drobiowa 40g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>sok pomidorowy 300ml,          |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2048.78 kcal; Białko ogółem: 76.31 g; Tłuszcz: 69.43 g; Węglowodany ogółem: 296.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.59 g; sól: 1957.65 mg; suma cukrów prostych: 45.32 g; Błonnik pokarmowy: 19.08 g;  |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                               |

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Żnin                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                         | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                  |
| niedziela 2025-04-20                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                           |
| Dieta: PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                           |
| zupa mleczna z budyniem 150g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, kielbasa biała 40g, masło 82% 15g, szynka wp 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, ogórek zielony 20g, jajko gotowane 1szt, galareta drobiowy 50g,                                                                        | Rosół z makaronem 300ml, kurczak duszony 250g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki z koperkiem 200g, Surówka z kapusty modrej 120g, sos 100ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>sernik 100g, | polędwica sopocka 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, sałatka ziemniaczana z jajem 100g, herbata b/cukru 250ml, papryka 80g, sałata 20g, galareta drobiowy 50g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>ciastko z jagodą 100g, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2436.25 kcal; Białko ogółem: 104.33 g; Tłuszcz: 92.16 g; Węglowodany ogółem: 323.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.61 g; sól: 2346.77 mg; suma cukrów prostych: 93.49 g; Błonnik pokarmowy: 28.73 g;                                                            |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                           |
| niedziela 2025-04-20                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                           |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                           |
| zupa mleczna z budyniem 150g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, Szynka gotowana 40g, masło 82% 15g, parówka cienka 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g, parówka cienka 40g, jajko gotowane 1szt, galareta drobiowy 50g,                                                      | rosół z makaronem 300g, kurczak duszony 100g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki z koperkiem 200g, sałata z jogurtem 100g, sos 100ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>sernik 100g,         | masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, sałatka ziemniaczana z jajem 100g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g, polędwica sopocka 40g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>ciastko z jagodą 100g,                        |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2329.10 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Tłuszcz: 89.61 g; Węglowodany ogółem: 308.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.82 g; sól: 1836.27 mg; suma cukrów prostych: 85.77 g; Błonnik pokarmowy: 25.75 g;                                                             |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                           |
| niedziela 2025-04-20                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                           |
| Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                           |
| zupa mleczna z budyniem 150g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, parówka cienka 40g, masło 82% 15g, Szynka gotowana 40g, pieczywo razowe 120g, pomidor 80g, sałata 20g, jajko gotowane 1szt, galareta drobiowy , cytryna 50g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>sałata z pomidorem i ogórkiem sosem vinegrette 100g, | rosół z makaronem 300g, kurczak duszony 100g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki z koperkiem 200g, Surówka z kapusty modrej 100g, sos 100ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>sernik 100g,  | polędwica sopocka 40g, masło 82% 15g, pieczywo razowe 120g, sałatka ziemniaczana z jajem 100g, herbata b/cukru 250ml, papryka 50g, pomidor 50g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>ciastko z jagodą 100g,                                        |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2452.50 kcal; Białko ogółem: 92.10 g; Tłuszcz: 98.38 g; Węglowodany ogółem: 321.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.50 g; sól: 2231.87 mg; suma cukrów prostych: 96.97 g; Błonnik pokarmowy: 23.44 g;                                                             |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                           |
| niedziela 2025-04-20                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                           |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                           |
| zupa mleczna z budyniem 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, jajko gotowane 1szt, szynka gotowana 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g, galareta drobiowy 50g,                                                                                                            | rosół z makaronem 300g, kurczak gotowany 100g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki z koperkiem 200g, sałata z jogurtem 150g, sernik 50g,                                               | polędwica sopocka 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, dżem 40g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>ciastka zbożowe z jagodami 50g,                                                       |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2138.75 kcal; Białko ogółem: 96.94 g; Tłuszcz: 70.33 g; Węglowodany ogółem: 302.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.56 g; sól: 2133.72 mg; suma cukrów prostych: 71.68 g; Błonnik pokarmowy: 25.38 g;                                                             |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                           |
| niedziela 2025-04-20                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                           |
| Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                           |
| zupa mleczna z budyniem 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, jajko gotowane 1szt, masło 82% 15g, szynka gotowana 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, ogórek zielony 50g, parówka cienka 40g, galareta drobiowy 50g,                                                                 | rosół z makaronem 300g, kurczak duszony 250g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki z koperkiem 200g, surówka z kapusty białej 100g, sos 100ml, sernik 100g,                             | parówka cienka 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, sałatka ziemniaczana z jajem 100g, herbata b/cukru 250ml, papryka 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>ciastka zbożowe z jagodami 50g,                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2292.82 kcal; Białko ogółem: 90.80 g; Tłuszcz: 99.17 g; Węglowodany ogółem: 282.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.15 g; sól: 1584.46 mg; suma cukrów prostych: 64.51 g; Błonnik pokarmowy: 24.62 g;                                                             |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                           |

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Żnin                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                     | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                       | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                         |
| <b>poniedziałek 2025-04-21</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                  |
| zupa mleczna z kaszką manną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, jajko gotowane 1szt, masło 82% 15g, szynka wp 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, sałata 20g, papryka 80g, pasztet zapiekany 30g,                                    | pomidorowa z makaronem 300ml, szynka duszona 100g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, surówka z kapusty białej z koperkiem 100g, sos chrzanowy 100g,<br><b>Podwieczorek:</b><br>placek drożdżowy 100g,        | szynka drobiowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, sałatka jarzynowa 100g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, ogórek zielony 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>mus warzywno owocowy 50g, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2222.72 kcal; Białko ogółem: 100.93 g; Tłuszcz: 99.42 g; Węglowodany ogółem: 253.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.62 g; sól: 1982.34 mg; suma cukrów prostych: 41.10 g; Błonnik pokarmowy: 23.02 g; |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>poniedziałek 2025-04-21</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                  |
| zupa mleczna z kaszką manną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, szynka wp 40g, masło 82% 15g, pasztet drobiowy 50g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,                                                          | pomidorowa z makaronem 300ml, szynka duszona 100g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, warzywa gotowane 100g, sos 100ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>placek drożdżowy 100g,                                     | szynka drobiowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, sałatka jarzynowa 100g, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>mus warzywno owocowy 100g,                               |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2195.91 kcal; Białko ogółem: 106.39 g; Tłuszcz: 94.77 g; Węglowodany ogółem: 252.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.70 g; sól: 2057.72 mg; suma cukrów prostych: 33.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.94 g; |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>poniedziałek 2025-04-21</b> <b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                  |
| zupa mleczna z kaszką manną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, szynka wp 40g, masło 82% 15g, jajko gotowane 1szt, pieczywo razowe 120g, rzodkiewka 25g, pomidor 40g, pasztet drobiowy 30g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>kiwi 100g,            | pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300ml, szynka duszona 100g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, surówka z kapusty białej z koperkiem 100g, sos 100ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>placek drożdżowy 100g, | szynka drobiowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo razowe 120g, sałatka jarzynowa 100g, herbata b/cukru 250ml, ogórek zielony 50g, pomidor 50g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>mus warzywno owocowy 50g,                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2052.56 kcal; Białko ogółem: 82.77 g; Tłuszcz: 83.39 g; Węglowodany ogółem: 264.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.89 g; sól: 2152.93 mg; suma cukrów prostych: 41.18 g; Błonnik pokarmowy: 23.10 g;  |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>poniedziałek 2025-04-21</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                  |
| zupa mleczna z kaszką manną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, szynka wp 40g, jajko gotowane 1szt, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 100g, sałata 20g,                                                                         | pomidorowa z makaronem 300ml, szynka duszona 100g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 300g, warzywa gotowane 100g, placek drożdżowy 100g,                                                                           | szynka drobiowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 125g, dżem 50g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>mus owocowo warzywny 100g,                                                 |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2119.18 kcal; Białko ogółem: 88.09 g; Tłuszcz: 62.95 g; Węglowodany ogółem: 327.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.29 g; sól: 1671.50 mg; suma cukrów prostych: 35.37 g; Błonnik pokarmowy: 30.63 g;  |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>poniedziałek 2025-04-21</b> <b>Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                  |
| zupa mleczna z kaszką manną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, szynka wp 40g, masło 82% 15g, jajko gotowane 1szt, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, papryka 80g, sałata 20g, pasztet drobiowy 40g,                                     | pomidorowa z makaronem 300ml, szynka duszona 100g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, warzywa gotowane 100g, sos 100ml, placek drożdżowy 100g,                                                                | szynka drobiowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, sałatka jarzynowa 100g, herbata b/cukru 250ml, papryka 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>mus warzywno owocowy 100g,        |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2242.66 kcal; Białko ogółem: 89.79 g; Tłuszcz: 98.90 g; Węglowodany ogółem: 273.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.24 g; sól: 2105.87 mg; suma cukrów prostych: 35.54 g; Błonnik pokarmowy: 26.63 g;  |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                  |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Żnin                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                          | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                |
| wtorek 2025-04-22                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                         |
| Dieta: PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                         |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, pasta twarogowo paprykowa 40g, masło 82% 15g, polędwica drobiowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 40g, sałata 20g,                                                                       | Barszcz ukraiński 300ml, racuchy z jabłkiem i jogurtem 300g, woda mineralna n/ gazowana 200g,                                                                                                        | ser biały w kostce 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pasta drobiowo brokułowa 100g, herbata b cukru 250ml, ogórek zielony 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>ciastko owsiane 100g,   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2197.96 kcal; Białko ogółem: 77.96 g; Tłuszcz: 71.15 g; Węglowodany ogółem: 334.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.15 g; sól: 1443.42 mg; suma cukrów prostych: 77.07 g; Błonnik pokarmowy: 26.17 g;                                       |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                         |
| wtorek 2025-04-22                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                         |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                         |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, pasta twarogowo pomidorowa 40g, masło 82% 15g, polędwica drobiowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,                                                                      | barszcz czerwony z makaronem 300ml, ryż z jabłkami 200g, woda mineralna n/ gazowana 200g, sos waniliowy 100ml,                                                                                       | polędwica drobiowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, sałatka ziemniaczana z jajem 100g, herbata b cukru 200ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>owsianka z warzywami 100g, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2235.97 kcal; Białko ogółem: 76.66 g; Tłuszcz: 67.11 g; Węglowodany ogółem: 353.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.54 g; sól: 1850.44 mg; suma cukrów prostych: 105.94 g; Błonnik pokarmowy: 25.01 g;                                      |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                         |
| wtorek 2025-04-22                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                         |
| Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                         |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, pasta twarogowo paprykowa 40g, masło 82% 15g, polędwica drobiowa 30g, pieczywo razowe 120g, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>sałatka z pomidora i ogórka i sałaty z sosem vinegret 150g, | barszcz czerwony z makaronem 300ml, filet gotowany 100g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, sos 100g, bukiet warzyw 100g,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Ryż ciemny z sosem owocowym 100g, | polędwica drobiowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo razowe 100g, sałatka ziemniaczana z jajem 100g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>owsianka z warzywami 100g,                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2211.72 kcal; Białko ogółem: 96.80 g; Tłuszcz: 62.40 g; Węglowodany ogółem: 347.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.32 g; sól: 1826.59 mg; suma cukrów prostych: 70.76 g; Błonnik pokarmowy: 35.42 g;                                       |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                         |
| wtorek 2025-04-22                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                         |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                         |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, pasta twarogowo pomidorowa 40g, marmolada 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,                                                                                              | Zupa barszcz czerwony z makaronem 300ml, filet gotowany 100g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 250g, Bukiet warzyw 150g,                                                                   | polędwica drobiowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g, ser biały w kostce 60g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>owsianka z warzywami 100g,                           |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2031.18 kcal; Białko ogółem: 118.23 g; Tłuszcz: 35.93 g; Węglowodany ogółem: 333.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.10 g; sól: 2168.53 mg; suma cukrów prostych: 34.54 g; Błonnik pokarmowy: 29.48 g;                                      |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                         |
| wtorek 2025-04-22                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                         |
| Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                         |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, pasta twarogowo paprykowa 30g, masło 82% 15g, polędwica drobiowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,                                                                       | barszcz czerwony z makaronem 300ml, racuchy z jabłkiem i jogurtem 250g, woda mineralna n/ gazowana 200g,                                                                                             | polędwica drobiowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, sałatka ziemniaczana z jajem 100g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, ogórek zielony 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>owsianka 100g,     |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2139.21 kcal; Białko ogółem: 74.60 g; Tłuszcz: 65.72 g; Węglowodany ogółem: 334.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.45 g; sól: 1990.19 mg; suma cukrów prostych: 53.77 g; Błonnik pokarmowy: 25.27 g;                                       |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                         |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Żnin                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                     | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                       | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                  |
| <b>środa 2025-04-23</b>                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                           |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, serek grani z rzodkiewką 40g, masło 82% 15g, szynkowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, sałata 20g, papryka 80g,                                               | Zupa jarzynowa 300g, woda mineralna n/ gazowana 200g, stek mielony z cebulką 100g, surówka z kapusty białej 100g, ziemniaki 250g,                                                                           | ser biały w kostce 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g, pasta drobiowo brokułowa 40g, herbata b/cukru 250ml, rzodkiewka 80g, sałata 50g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>ciastko owsiane z jagodą 150g, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2124.86 kcal; Białko ogółem: 80.87 g; Tłuszcz: 83.94 g; Węglowodany ogółem: 286.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.85 g; sól: 1656.31 mg; suma cukrów prostych: 36.69 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g;  |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>środa 2025-04-23</b>                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                           |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, framage waniliowe 40g, masło 82% 15g, szynkowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,                                                      | Zupa jarzynowa 300g, woda mineralna n/ gazowana 200g, pulpet mięsno ryżowy 100g, fasolka szparagowa 100g, ziemniaki 200g, sos pomidorowy 100ml,                                                             | ser biały w kostce 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pasta drobiowo brokułowa 100g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>ciastko z jagodą 150g,           |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2081.54 kcal; Białko ogółem: 80.29 g; Tłuszcz: 83.48 g; Węglowodany ogółem: 275.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.03 g; sól: 1485.02 mg; suma cukrów prostych: 35.99 g; Błonnik pokarmowy: 25.34 g;  |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>środa 2025-04-23</b>                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                           |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, serek grani z rzodkiewką 40g, masło 82% 15g, szynkowa 40g, pieczywo razowe 120g, sałata 20g, papryka 80g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Kisiel z tartym jabłkiem 200g,      | Zupa jarzynowa 300g, woda mineralna n/ gazowana 200g, pulpet miesno ryżowy z ciemnym ryżem 100g, fasolka szparagowa 100g, ziemniaki 200g, sos pomidorowy 100ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>mandarynka 100g, | ser biały w kostce 40g, masło 82% 15g, pieczywo razowe 120g, pasta drobiowioowo brokułowa 40g, herbata b/cukru 250ml, rzodkiewka 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>ciastka z jagodą 150g,                      |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2175.05 kcal; Białko ogółem: 119.12 g; Tłuszcz: 49.99 g; Węglowodany ogółem: 335.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.45 g; sól: 1676.68 mg; suma cukrów prostych: 72.49 g; Błonnik pokarmowy: 28.15 g; |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>środa 2025-04-23</b>                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                           |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, twarożek waniliowy 40g, szynka drobiowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,                                                             | Zupa jarzynowa 300g, woda mineralna n/ gazowana 200g, pulpet miesno ryżowy 100g, fasolka szparagowa 100g, ziemniaki 200g,                                                                                   | ser biały w kostce 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pasta drobiowo brokułowa 100g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>ciastko z jagodą 150g,                          |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1984.59 kcal; Białko ogółem: 87.49 g; Tłuszcz: 40.93 g; Węglowodany ogółem: 343.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.75 g; sól: 1821.30 mg; suma cukrów prostych: 36.76 g; Błonnik pokarmowy: 30.91 g;  |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>środa 2025-04-23</b>                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                           |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, twarożek z rzodkiewką 40g, masło 82% 15g, szynkowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, papryka 80g, sałata 20g,                                                  | Zupa jarzynowa 300g, woda mineralna n/ gazowana 200g, pulpecik miesno ryżowy 100g, fasolka szparagowa 100g, ziemniaki 200g, sos pomidorowy 100ml,                                                           | ser biały w kostce 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pasta drobiowo brokułowa 40g, herbata b/ cukru 250ml, rzodkiewka 80g, sałata 50g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>ciastko z jagodą 150g,        |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2140.53 kcal; Białko ogółem: 98.02 g; Tłuszcz: 63.54 g; Węglowodany ogółem: 319.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.29 g; sól: 1705.47 mg; suma cukrów prostych: 42.00 g; Błonnik pokarmowy: 28.72 g;  |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                           |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Żnin                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                     | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                 | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                        |
| czwartek 2025-04-24                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                 |
| Dieta: PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                 |
| zupa mleczna z kaszką manną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, jajko gotowane 1szt, masło 82% 15g, szynka 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, ogórek zielony 50g, sałata 20g,                                                       | Zupa krupnik z ziemniakami 300g, Filet z kurczaka panierowany 100g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, mizeria 100g, sos 100ml,                         | polędwica sopocka 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, sałatka makaronowa 100g, herbata b cukru 250ml, papryka 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>jogurt naturalny 150g,                        |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2116.80 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; Tłuszcz: 68.24 g; Węglowodany ogółem: 297.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.84 g; sól: 1878.00 mg; suma cukrów prostych: 40.77 g; Błonnik pokarmowy: 22.39 g;  |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                 |
| czwartek 2025-04-24                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                 |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                 |
| zupa mleczna z kaszką manną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, jajko gotowane 1szt, masło 82% 15g, szynka 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,                                                              | sos 100ml, Krupnik z kaszy jęczmiennej 300ml, filet gotowany 100g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, marchew brokuł gotowany 100g,                     | polędwica sopocka 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, sałatka makaronowa 100g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g, polędwica sopocka 40g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>jogurt naturalny 150g, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2059.62 kcal; Białko ogółem: 106.37 g; Tłuszcz: 76.77 g; Węglowodany ogółem: 255.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.07 g; sól: 1701.08 mg; suma cukrów prostych: 33.56 g; Błonnik pokarmowy: 21.65 g; |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                 |
| czwartek 2025-04-24                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                 |
| Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                 |
| zupa mleczna z kaszką manną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, jajko gotowane 1szt, masło 82% 15g, szynka 40g, pieczywo razowe 120g, ogórek zielony 80g, sałata 20g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>ciastka zbożowe z jagodami 50g,             | Zupa krupnik z ziemniakami 300g, filet gotowany 100g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, mizeria 100g, sos 100ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>kiwi 100g, | polędwica sopocka 40g, masło 82% 15g, pieczywo razowe 120g, sałatka z makaronem pełnoziarnistym 100g, herbata b/cukru 250ml, papryka 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>jogurt naturalny 150g,                        |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2164.04 kcal; Białko ogółem: 99.47 g; Tłuszcz: 82.27 g; Węglowodany ogółem: 276.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.46 g; sól: 1734.50 mg; suma cukrów prostych: 37.44 g; Błonnik pokarmowy: 21.66 g;  |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                 |
| czwartek 2025-04-24                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                 |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                 |
| zupa mleczna z kaszką manną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, jajko gotowane 1szt, szynka 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,                                                                             | Zupa krupnik z ziemniakami 300g, bitka drobiowa 100g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 250g, marchew brokuł gotowana 100g,                                  | polędwica sopocka 30g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, Marmolada 40g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>owsianka 100g,                                                         |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2100.80 kcal; Białko ogółem: 121.52 g; Tłuszcz: 43.23 g; Węglowodany ogółem: 326.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.24 g; sól: 1971.55 mg; suma cukrów prostych: 53.61 g; Błonnik pokarmowy: 24.88 g; |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                 |
| czwartek 2025-04-24                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                 |
| Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                 |
| zupa mleczna z kaszką manną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, jajko gotowane 1szt, masło 82% 15g, szynka 100g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, ogórek zielony 80g, sałata 20g,                                                      | Zupa krupnik z ziemniakami 300g, Filet z kurczaka panierowany 100g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, mizeria 100g, sos 100ml,                         | polędwica sopocka 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, sałatka ryżowa 100g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>owsianka 150g,                                    |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2067.53 kcal; Białko ogółem: 99.29 g; Tłuszcz: 61.14 g; Węglowodany ogółem: 297.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.74 g; sól: 1741.36 mg; suma cukrów prostych: 37.01 g; Błonnik pokarmowy: 20.22 g;  |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                 |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Żnin                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                     | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                             | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                      |
| piątek 2025-04-25                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |
| Dieta: PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, ser żółty 40g, masło 82% 15g, pasta z jaj 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, rzodkiewka 40g, sałata 20g,                                                      | Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml, Śledź w sosie tatarskim 200g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g,                                                                 | pasta z warzyw z koperkiem 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, ser topiony 40g, herbata b cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>owsianka z warzywami 100g, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2014.58 kcal; Białko ogółem: 73.65 g; Tłuszcz: 75.30 g; Węglowodany ogółem: 279.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.70 g; sól: 2233.24 mg; suma cukrów prostych: 38.64 g; Błonnik pokarmowy: 20.79 g;  |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |
| piątek 2025-04-25                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, twarożek grani naturalny 40g, masło 82% 15g, pasta z jaj 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,                                          | ryżanka z warzywami 300ml, Ryba gotowana 100g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, sos grecki 100g,                                                                  | pasta z warzyw z koperkiem 100g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, dżem 40g, herbata b cukru 200ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>owsianka z warzywami 100g,       |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2100.43 kcal; Białko ogółem: 85.29 g; Tłuszcz: 55.99 g; Węglowodany ogółem: 342.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.59 g; sól: 1807.79 mg; suma cukrów prostych: 42.19 g; Błonnik pokarmowy: 32.48 g;  |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |
| piątek 2025-04-25                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |
| Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, serek grani z rzodkiewką 40g, masło 82% 15g, pasta z jaj 40g, pieczywo razowe 120g, rzodkiewka 80g, pomidor 20g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>wafle ryżowe 30g,          | Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml, Ryba gotowana 100g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, sos grecki 100g,<br><b>Podwieczorek:</b><br>mus jogurtowy z owocami 100g, | pasta z warzyw z koperkiem 100g, masło 82% 15g, pieczywo razowe 100g, ser żółty 40g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>owsianka z truskawką 100g,                   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2030.55 kcal; Białko ogółem: 88.19 g; Tłuszcz: 60.32 g; Węglowodany ogółem: 308.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.38 g; sól: 2429.64 mg; suma cukrów prostych: 36.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.03 g;  |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |
| piątek 2025-04-25                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, twarożek grani naturalny 40g, pasta z jaj 40g, pomidor 80g, sałata 20g,                                                                                                | Zupa jarzynowa 300g, Ryba gotowana 100g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 250g, sos grecki 100g,                                                                        | pasta z warzyw z koperkiem 100g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g, ser biały w kostce 40g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>owsianka z warzywami 100g,        |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2075.16 kcal; Białko ogółem: 118.30 g; Tłuszcz: 50.41 g; Węglowodany ogółem: 319.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.24 g; sól: 1288.81 mg; suma cukrów prostych: 32.97 g; Błonnik pokarmowy: 36.92 g; |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |
| piątek 2025-04-25                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |
| Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, ser żółty 40g, masło 82% 15g, pasta z jaj 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, rzodkiewka 20g,                                                     | Zupa ryżanka z warzywami 300ml, Ryba gotowana 100g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, sos grecki 100g,                                                             | ser topiony 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pasta z warzyw z koperkiem 40g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>owsianka z warzywami 100g, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2085.60 kcal; Białko ogółem: 104.93 g; Tłuszcz: 71.28 g; Węglowodany ogółem: 277.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.31 g; sól: 2415.83 mg; suma cukrów prostych: 33.16 g; Błonnik pokarmowy: 23.49 g; |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Żnin                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                      | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                               | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                           |
| <b>sobota 2025-04-26</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                    |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, twaróg ze szczypiorkiem 70g, masło 82% 15g, szynkowa 50g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,                                                 | Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml, woda mineralna n/ gazowana 200g, naleśniki z twarogiem i jogurtem 300g,                                                                                                                                                                         | pasta z ryby ze szczypiorkiem 30g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, polędwica drobiowa 40g, herbata b/cukru 250ml, rzodkiewka 50g, ogórek zielony 50g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>mus warzywno owocowy 100g, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2057.32 kcal; Białko ogółem: 83.34 g; Tłuszcz: 70.24 g; Węglowodany ogółem: 289.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.47 g; sól: 2337.79 mg; suma cukrów prostych: 51.38 g; Błonnik pokarmowy: 19.02 g;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>sobota 2025-04-26</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                    |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, twaróg z koperkiem 40g, masło 82% 15g, szynkowa 50g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,                                                      | Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml, woda mineralna n/ gazowana 200g, pierogi z serem i jogurtem 300g,                                                                                                                                                                               | pasta z ryby 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g, polędwica drobiowa 40g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>mus warzywno owocowy 100g,                             |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2275.14 kcal; Białko ogółem: 108.77 g; Tłuszcz: 60.30 g; Węglowodany ogółem: 383.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.23 g; sól: 3626.08 mg; suma cukrów prostych: 106.13 g; Błonnik pokarmowy: 64.04 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>sobota 2025-04-26</b> <b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                    |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, ser biały w kostce 40g, masło 82% 15g, szynka drobiowa 40g, pieczywo razowe 120g, rzodkiewka 20g, pomidor 80g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>budyń bez soku 100ml,           | Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml, woda mineralna n/ gazowana 200g, jajko gotowane 1szt, sos koperkowy 100ml, ziemniaki z koperkiem 200g, surówka wiosenna z kapusty pekińskiej 100g,<br><b>Podwieczorek:</b><br>sałatkaze strączków z jajem ,szczypiorkiem i sosem winegret 150g, | polędwica drobiowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo razowe 120g, pasta z ryby 40g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>mus warzywno owocowy 100g,                                              |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2122.90 kcal; Białko ogółem: 102.40 g; Tłuszcz: 59.40 g; Węglowodany ogółem: 355.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.57 g; sól: 3947.37 mg; suma cukrów prostych: 111.24 g; Błonnik pokarmowy: 64.63 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>sobota 2025-04-26</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                    |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, twaróg z koperkiem 70g, polędwica drobiowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,                                                           | Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml, woda mineralna n/ gazowana 200g, pierogi z serem i jogurtem 300g,                                                                                                                                                                               | pasta z ryby 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, dżem 60g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>mus warzywno owocowy 100g,                                                          |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1955.89 kcal; Białko ogółem: 100.85 g; Tłuszcz: 38.05 g; Węglowodany ogółem: 317.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.75 g; sól: 2005.52 mg; suma cukrów prostych: 73.66 g; Błonnik pokarmowy: 19.65 g;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>sobota 2025-04-26</b> <b>Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                    |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, twarówek z rzodkiewką 40g, masło 82% 15g, szynka drobiowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,                                            | Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml, woda mineralna n/ gazowana 200g, naleśniki z twarogiem i jogurtem 300g,                                                                                                                                                                         | dżem 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pasta z ryby 40g, herbata b/cukru 250ml, ogórek zielony 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>mus warzywno owocowy 100g,                                    |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2002.96 kcal; Białko ogółem: 74.89 g; Tłuszcz: 63.68 g; Węglowodany ogółem: 299.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.99 g; sól: 1792.13 mg; suma cukrów prostych: 50.06 g; Błonnik pokarmowy: 19.49 g;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                    |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Żnin                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                     | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                             | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                        |
| niedziela 2025-04-27                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                 |
| Dieta: PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                 |
| zupa mleczna z kaszką manną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, twaróg z papryką 40g, masło 82% 15g, szynka wp 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, ogórek zielony 20g,                                                  | zupa rosół z makaronem 300g, woda mineralna n/ gazowana 200g, kurczak duszony 100g, surówka z kapusty pekińskiej 100g, ziemniaki 250g, sos 100ml,                                                 | szynkowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g, sałatka jarzynowa 100g, herbata b/cukru 250ml, ogórek zielony 80g, sałata 50g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>ciastka zbożowe z jagodami 50g,  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2108.01 kcal; Białko ogółem: 83.10 g; Tłuszcz: 75.28 g; Węglowodany ogółem: 297.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.29 g; sól: 2172.94 mg; suma cukrów prostych: 42.01 g; Błonnik pokarmowy: 25.73 g;  |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                 |
| niedziela 2025-04-27                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                 |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                 |
| zupa mleczna z kaszką manną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, serek grani naturalny 40g, masło 82% 15g, szynka wp 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,                                                     | Rosół z makaronem 300g, woda mineralna n/ gazowana 200g, kurczak duszony 100g, fasolka szparagowa 100g, ziemniaki 200g, sos 100ml,                                                                | szynkowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g, sałatka jarzynowa 100g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>ciastka zbożowe z jagodami 50g,         |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2170.30 kcal; Białko ogółem: 107.60 g; Tłuszcz: 71.16 g; Węglowodany ogółem: 300.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.02 g; sól: 2193.23 mg; suma cukrów prostych: 36.17 g; Błonnik pokarmowy: 29.00 g; |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                 |
| niedziela 2025-04-27                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                 |
| Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                 |
| zupa mleczna z kaszką manną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, twaróg z papryką 40g, masło 82% 15g, szynka wp 40g, pieczywo razowe 120g, pomidor 50g, papryka 50g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>jogurt naturalny 150g,                        | Zupa rosół z makaronem 300g, woda mineralna n/ gazowana 200g, kurczak duszony 100g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, ziemniaki 200g, sos 100ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>sok pomidorowy 100g, | szynkowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo razowe 120g, sałatka jarzynowa 100g, herbata b/cukru 250ml, ogórek zielony 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>ciastka zbożowe z jagodami 50g,                   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2172.48 kcal; Białko ogółem: 94.55 g; Tłuszcz: 67.25 g; Węglowodany ogółem: 322.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.05 g; sól: 1833.07 mg; suma cukrów prostych: 68.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.34 g;  |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                 |
| niedziela 2025-04-27                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                 |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                 |
| zupa mleczna z kaszką manną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, serek grani naturalny 80g, szynka drobiowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,                                                              | Zupa rosół z makaronem 300g, woda mineralna n/ gazowana 200g, kurczak duszony 100g, fasolka szparagowa 100g, ziemniaki 200g,                                                                      | szynkowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, sałatka jarzynowa 100g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>ciastka zbożowe z jagodami 50g,                        |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2123.57 kcal; Białko ogółem: 99.42 g; Tłuszcz: 59.35 g; Węglowodany ogółem: 323.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.79 g; sól: 2104.48 mg; suma cukrów prostych: 37.02 g; Błonnik pokarmowy: 28.65 g;  |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                 |
| niedziela 2025-04-27                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                 |
| Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                 |
| zupa mleczna z kaszką manną 150ml, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, serek grani naturalny 40g, masło 82% 15g, szynka wp 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,                                                     | Zupa rosół z makaronem 300ml, woda mineralna n/ gazowana 200g, kurczak duszony 100g, surówka wiosenna z kapusty pekińskiej 100g, ziemniaki 200g, sos 100ml,                                       | szynkowa 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g, sałatka jarzynowa 100g, herbata z cukrem 250ml, ogórek zielony 50g, sałata 50g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>ciastka zbożowe z jagodami 50g, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2109.99 kcal; Białko ogółem: 83.06 g; Tłuszcz: 76.61 g; Węglowodany ogółem: 294.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.08 g; sól: 2085.66 mg; suma cukrów prostych: 52.72 g; Błonnik pokarmowy: 24.54 g;  |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                 |

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Żnin                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                     | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                     | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                   |
| <b>poniedziałek 2025-04-28</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                            |
| zupa mleczna z budyniem 150g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, polędwica drobiowa 40g, masło 82% 15g, twaróg waniliowy 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,                                                      | Zupa parzycha z ziemniakami 300g, kęski drobiowe w warzywach 200g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g,                                       | ser żółty 40g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, szynkowa 40g, herbata b cukru 250ml, papryka 80g, ogórek zielony 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>jogurt naturalny 150g,              |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2030.43 kcal; Białko ogółem: 108.09 g; Tłuszcz: 59.91 g; Węglowodany ogółem: 280.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.22 g; sól: 2296.70 mg; suma cukrów prostych: 45.69 g; Błonnik pokarmowy: 19.67 g; |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                            |
| <b>poniedziałek 2025-04-28</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                            |
| zupa mleczna z budyniem 150g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, polędwica drobiowa 40g, masło 82% 15g, twaróg waniliowy 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,                                                      | Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml, kęski drobiowe w warzywach 200g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g,                                     | pasta z warzyw z koperkiem 100g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, szynkowa 50g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>jogurt naturalny 150g,    |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2023.55 kcal; Białko ogółem: 102.28 g; Tłuszcz: 52.22 g; Węglowodany ogółem: 306.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.51 g; sól: 2283.93 mg; suma cukrów prostych: 44.75 g; Błonnik pokarmowy: 24.26 g; |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                            |
| <b>poniedziałek 2025-04-28</b> <b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                            |
| zupa mleczna z budyniem 300g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, polędwica drobiowa 40g, masło 82% 15g, twaróg z papryka 40g, pieczywo razowe 120g, ogórek zielony 80g, sałata 20g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Kisiel z tartym jabłkiem 200g,      | Zupa parzycha z ziemniakami 300g, kęski drobiowe w warzywach 200g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g,<br><b>Podwieczorek:</b><br>kiwi 100g, | pasta z warzyw z koperkiem 100g, masło 82% 15g, pieczywo razowe 120g, szynkowa regionalna 40g, herbata b/cukru 250ml, papryka 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>jogurt naturalny 150g,          |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2087.86 kcal; Białko ogółem: 57.66 g; Tłuszcz: 53.64 g; Węglowodany ogółem: 364.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.56 g; sól: 1847.36 mg; suma cukrów prostych: 91.55 g; Błonnik pokarmowy: 24.43 g;  |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                            |
| <b>poniedziałek 2025-04-28</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                            |
| zupa mleczna z budyniem 150g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, polędwica drobiowa 40g, twaróg waniliowy 150g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,                                                                    | Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml, kęski drobiowe w warzywach 200g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 250g,                                     | szynkowa 40g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pasta z warzyw z koperkiem 100g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>jogurt naturalny 150g,                   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2021.26 kcal; Białko ogółem: 122.05 g; Tłuszcz: 34.31 g; Węglowodany ogółem: 322.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.79 g; sól: 2216.39 mg; suma cukrów prostych: 49.03 g; Błonnik pokarmowy: 22.26 g; |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                            |
| <b>poniedziałek 2025-04-28</b> <b>Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                            |
| zupa mleczna z budyniem 150g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml, polędwica drobiowa 40g, masło 82% 15g, twaróg waniliowy 150g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pomidor 80g, sałata 20g,                                                     | Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml, kęski drobiowe w warzywach 200g, woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, sos 100ml,                          | szynkowa 50g, masło 82% 15g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g, pasta z warzywami z koperkiem 100g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>jogurt naturalny 150g, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2037.73 kcal; Białko ogółem: 116.49 g; Tłuszcz: 41.52 g; Węglowodany ogółem: 316.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.96 g; sól: 2068.59 mg; suma cukrów prostych: 49.16 g; Błonnik pokarmowy: 22.07 g; |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                            |