

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Żnin                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                  | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>niedziela 2025-06-01</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| zupa mleczna z budyniem 150g ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), twaróg z rzodkiewką 40g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka wp 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g, sałata 20g,                                                                               | rosół z makaronem 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), kurczak gotowany 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, surówka z selera i marchewki 100g ( <b>SEL</b> ), sos 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),                                                          | polędwica drobiowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, DWU, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml, ogórek zielony 50g, pomidor 50g, <b>Posiłek nocny:</b> owsianka 100g ( <b>GLU</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2059.74 kcal; Białko ogółem: 80.96 g; Tłuszcz: 62.79 g; Węglowodany ogółem: 318.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.19 g; sól: 2097.44 mg; suma cukrów prostych: 60.76 g; Błonnik pokarmowy: 28.61 g;                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>niedziela 2025-06-01</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| zupa mleczna z budyniem 150g ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), serek grani naturalny 40g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), Szynka wp 40g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g, sałata 20g,                                                                                  | Zupa rosół z makaronem 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), kurczak gotowany 100g ( <b>BIA</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, sałata z jogurtem 100g ( <b>BIA</b> ), sos 100g ( <b>GLU, SEL</b> ),                                                                           | polędwica drobiowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL</b> ), herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g, <b>Posiłek nocny:</b> owsianka 100g ( <b>GLU</b> ),                   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2067.79 kcal; Białko ogółem: 86.26 g; Tłuszcz: 67.21 g; Węglowodany ogółem: 296.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.75 g; sól: 2340.40 mg; suma cukrów prostych: 52.93 g; Błonnik pokarmowy: 20.00 g;                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>niedziela 2025-06-01</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| zupa mleczna z budyniem 150g ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), twaróg z rzodkiewką 40g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka wp 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g, sałata 20g, <b>II Śniadanie:</b> sałatka z jaja i fasolki szparagowej z brokulem 100g ( <b>JAJ, ROŚ</b> ), | Rosół z makaronem 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), kurczak gotowany 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, mizeria 100g ( <b>BIA</b> ), sos 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), <b>Podwieczorek:</b> ryż ciemny na mleku z owocami 100g ( <b>BIA</b> ), | polędwica drobiowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, DWU, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml, ogórek zielony 80g, sałata 20g, <b>Posiłek nocny:</b> owsianka 100g ( <b>GLU</b> ),                   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2264.83 kcal; Białko ogółem: 86.70 g; Tłuszcz: 92.27 g; Węglowodany ogółem: 292.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.89 g; sól: 2183.79 mg; suma cukrów prostych: 57.70 g; Błonnik pokarmowy: 21.53 g;                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>niedziela 2025-06-01</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| zupa mleczna z budyniem 150g ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), twaróg waniliowy 40g ( <b>BIA</b> ), szynka wp 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 100g, sałata 20g,                                                                                                               | rosół z makaronem 300g ( <b>GLU, SEL, ROŚ</b> ), kurczak gotowany 100g ( <b>BIA</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, sałata z jogurtem 100g ( <b>BIA</b> ), sos 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),                                                                          | polędwica drobiowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), marmolada 40g ( <b>BIA</b> ), herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g, <b>Posiłek nocny:</b> owsianka 100g ( <b>GLU</b> ),                                                               |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2055.21 kcal; Białko ogółem: 94.71 g; Tłuszcz: 58.29 g; Węglowodany ogółem: 304.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.16 g; sól: 2591.86 mg; suma cukrów prostych: 66.13 g; Błonnik pokarmowy: 19.98 g;                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>niedziela 2025-06-01</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| zupa mleczna z budyniem 150g ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), twaróg z rzodkiewką 40g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka wp 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g, sałata 20g,                                                                               | rosół z makaronem 300g ( <b>GLU, SEL, ROŚ</b> ), kurczak gotowany 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, surówka z selera i marchewki 100g ( <b>SEL</b> ), sos 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),                                                     | polędwica drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, DWU, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml, sałata 20g, pomidor 80g, <b>Posiłek nocny:</b> owsianka 100g ( <b>GLU</b> ),         |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2074.93 kcal; Białko ogółem: 83.26 g; Tłuszcz: 88.37 g; Węglowodany ogółem: 262.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.89 g; sól: 2123.81 mg; suma cukrów prostych: 55.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.03 g;                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Żnin     |                       |                          |
|---------------------------|-----------------------|--------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |

Dietetyk

.....