

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Żnin                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                               | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| piątek 2025-05-30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Dieta: PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Zupa mleczna z kaszką manną 150ml ( <b>BIA</b> , <b>GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> , <b>GLU</b> ), ser żółty 40g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), sałata 20g , rzodkiewka 80g ,                                    | zupa parzycha z ziemniakami 300kg ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ), burgery rybne z warzywami 100g ( <b>RYB</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g , fasolka szparagowa 100g ( <b>ROŚ</b> ), sos koperkowy 100ml ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ),                           | ser topiony 40g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno razowe 120g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), ser biały w kostce 40g ( <b>BIA</b> ), herbata b cukru 250ml , sałata 20g , papryka 80g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>jogurt naturalny 150g ( <b>BIA</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2131.04 kcal; Białko ogółem: 101.86 g; Tłuszcz: 82.22 g; Węglowodany ogółem: 272.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.32 g; sól: 2124.26 mg; suma cukrów prostych: 35.39 g; Błonnik pokarmowy: 28.77 g;                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| piątek 2025-05-30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Zupa mleczna z kaszką manną 150ml ( <b>BIA</b> , <b>GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> , <b>GLU</b> ), ser grani naturalny 40g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), pomidor 80g , sałata 20g ,                             | Zupa jarzynowa 300g ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ), Ryba gotowana 100g ( <b>RYB</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g , fasolka szparagowa 100g ( <b>ROŚ</b> ), sos koperkowy 100ml ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ),                                                     | ser biały w kostce 40g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno razowe 120g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), dżem 40g , herbata b/cukru 250ml , sałata 20g , pomidor 80g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>jogurt naturalny 150g ( <b>BIA</b> ),                        |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2118.90 kcal; Białko ogółem: 95.22 g; Tłuszcz: 65.26 g; Węglowodany ogółem: 312.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.14 g; sól: 2039.58 mg; suma cukrów prostych: 64.09 g; Błonnik pokarmowy: 27.47 g;                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| piątek 2025-05-30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml ( <b>BIA</b> , <b>GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> , <b>GLU</b> ), ser żółty 40g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), rzodkiewka 80g , sałata 20g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>wafle ryżowe 30g , | Zupa jarzynowa 300g ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ), Ryba gotowana 100g ( <b>RYB</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g , fasolka szparagowa 100g ( <b>BIA</b> , <b>ROŚ</b> ), sos koperkowy 100ml ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>kiwi 100g , | ser biały w kostce 40g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), pasta z soczewicy z warzywami 100g ( <b>JAJ</b> ), herbata b/cukru 250ml , sałata 20g , papryka 80g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>jogurt naturalny 150g ( <b>BIA</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2160.60 kcal; Białko ogółem: 107.02 g; Tłuszcz: 76.04 g; Węglowodany ogółem: 287.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.07 g; sól: 2256.72 mg; suma cukrów prostych: 35.70 g; Błonnik pokarmowy: 27.91 g;                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| piątek 2025-05-30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml ( <b>BIA</b> , <b>GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> , <b>GLU</b> ), ser grani naturalny 40g ( <b>BIA</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), pieczywo pszenno żytni 120g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), pomidor 80g , sałata 20g , pomidor 80g ,                                                 | Zupa ryżanka z ziemniakami 300g ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> , <b>ROŚ</b> ), Ryba gotowana 100g ( <b>RYB</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g , fasolka szparagowa 100g ( <b>BIA</b> , <b>ROŚ</b> ),                                                                | Marmolada 40g ( <b>DWU</b> ), pieczywo pszenno żytnie 120g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), pasta z soczewicy z warzywami 65g ( <b>BIA</b> ), herbata b/cukru 250ml , sałata 20g , pomidor 80g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>jogurt naturalny 150g ( <b>BIA</b> ),                                 |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2032.43 kcal; Białko ogółem: 107.76 g; Tłuszcz: 32.78 g; Węglowodany ogółem: 355.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.14 g; sól: 1896.83 mg; suma cukrów prostych: 74.21 g; Błonnik pokarmowy: 34.41 g;                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| piątek 2025-05-30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml ( <b>BIA</b> , <b>GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> , <b>GLU</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), ser grani naturalny 40g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenno żytnie 120g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), pomidor 80g , sałata 20g ,                                | Zupa jarzynowa 300g ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ), Ryba gotowana 100g ( <b>RYB</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g , fasolka szparagowa 100g ( <b>BIA</b> , <b>ROŚ</b> ), sos koperkowy 100ml ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ),                                        | ser topiony 40g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenno żytnie 120g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), herbata z cukrem 250ml , sałata 20g , pomidor 80g , ser żółty 40g ( <b>BIA</b> ), dżem 40g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>jogurt naturalny 150g ( <b>BIA</b> ),         |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2113.98 kcal; Białko ogółem: 99.89 g; Tłuszcz: 76.03 g; Węglowodany ogółem: 280.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.13 g; sól: 2131.29 mg; suma cukrów prostych: 45.87 g; Błonnik pokarmowy: 25.15 g;                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

Dietetyk

.....