

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Żnin                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                        | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>środa 2025-06-25</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), twaróg z papryką 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 , ogórek zielony 20g ,                                          | Zupa fasolowa 300ml ( <b>GLU, SEL, ROŚ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , jajka sadzone 1szt ( <b>JAJ</b> ), sos koperkowy 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ), marchewka z groszkiem 100g ( <b>BIA, ROŚ</b> ),                                                   | szynkowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka ryżowa z kurczakiem 100g ( <b>BIA, JAJ, DWU</b> ), herbata b/cukru 250ml , ogórek zielony 80g , sałata 50g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>ciastka zbożowe z jagodami 50g ( <b>GLU, JAJ</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2198.71 kcal; Białko ogółem: 79.03 g; Tłuszcz: 85.87 g; Węglowodany ogółem: 306.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.80 g; sól: 2430.53 mg; suma cukrów prostych: 41.87 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 g;                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>środa 2025-06-25</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml ( <b>BIA, GLU</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, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g , sałata 20g ,                                             | Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), marchew gotowana 100g ( <b>BIA</b> ), sos koperkowy 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),                                                                                | szynkowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka ryżowa z kurczakiem 100g ( <b>BIA, JAJ, DWU</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 80g , sałata 20g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>ciastka zbożowe z jagodami 50g ( <b>GLU, JAJ</b> ),         |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2048.14 kcal; Białko ogółem: 76.57 g; Tłuszcz: 69.18 g; Węglowodany ogółem: 305.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.85 g; sól: 1952.47 mg; suma cukrów prostych: 45.54 g; Błonnik pokarmowy: 28.33 g;                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>środa 2025-06-25</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), twaróg z papryką 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 50g , papryka 50g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>jogurt naturalny 150g ( <b>BIA</b> ), | Zupa fasolowa 300ml ( <b>GLU, SEL, ROŚ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), marchewka z groszkiem 100g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), sos koperkowy 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>sok pomidorowy 100g , | szynkowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka z ciemnym ryżem 100g ( <b>BIA, JAJ, DWU</b> ), herbata b/cukru 250ml , ogórek zielony 80g , sałata 20g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>ciastka zbożowe z jagodami 50g ( <b>GLU, JAJ</b> ),                       |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2397.39 kcal; Białko ogółem: 88.33 g; Tłuszcz: 83.74 g; Węglowodany ogółem: 357.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.09 g; sól: 1996.50 mg; suma cukrów prostych: 54.75 g; Błonnik pokarmowy: 37.50 g;                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>środa 2025-06-25</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 180ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), serek grani naturalny 80g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g , sałata 20g ,                                                                     | Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), marchewka gotowana 100g ( <b>BIA</b> ), sos koperkowy 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),                                                                              | szynkowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka ryżowa z kurczakiem 100g ( <b>BIA, JAJ, DWU</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 80g , sałata 20g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>ciastka zbożowe z jagodami 50g ( <b>GLU, JAJ</b> ),                                       |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2003.15 kcal; Białko ogółem: 84.30 g; Tłuszcz: 55.65 g; Węglowodany ogółem: 315.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.00 g; sól: 2037.03 mg; suma cukrów prostych: 37.62 g; Błonnik pokarmowy: 27.94 g;                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>środa 2025-06-25</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 150ml ( <b>BIA, GLU</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, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g , sałata 20g ,                                             | Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), marchewka z groszkiem 100g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), sos koperkowy 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),                                                                      | szynkowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka ryżowa z kurczakiem 100g ( <b>BIA, JAJ, DWU</b> ), herbata z cukrem 250ml , ogórek zielony 50g , sałata 50g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>ciastka zbożowe z jagodami 50g ( <b>GLU, JAJ</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2057.29 kcal; Białko ogółem: 76.77 g; Tłuszcz: 68.25 g; Węglowodany ogółem: 307.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.71 g; sól: 2092.54 mg; suma cukrów prostych: 45.34 g; Błonnik pokarmowy: 26.67 g;                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

Jadłospisy dla oddziałów

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

Dietetyk

.....