

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Żnin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-06-26 Dieta: PODSTAWOWA		
zupa mleczna z budyniem 150g (BIA), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), jajko gotowane 1szt (JAJ), masło 82% 15g (BIA), szynka wp 40g (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ), sałata 20g , papryka 80g ,	pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), pieczeń wp 100g (BIA, GLU), woda mineralna n/ gazowana 200g , kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU), surówka z kapusty białej 100g , sos 100ml (GLU, SEL),	szynka drobiowa 40g (BIA), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ), sałatka jarzynowa 100g (JAJ, SEL, DWU, GOR, ROŚ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 80g , ogórek zielony 20g , Posiłek nocny: mus warzywno owocowy 50g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2331.57 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 103.93 g; Węglowodany ogółem: 267.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.08 g; sól: 1991.06 mg; suma cukrów prostych: 53.87 g; Błonnik pokarmowy: 21.07 g;		
czwartek 2025-06-26 Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
zupa mleczna z budyniem 150g (BIA), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), szynka wp 40g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ), pomidor 80g , sałata 20g , jajko gotowane 1szt (JAJ),	pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), pieczeń wp 100g (BIA, GLU), woda mineralna n/ gazowana 200g , kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU), warzywa gotowane 100g (BIA, SEL), sos 100ml ,	szynka drobiowa 40g (BIA), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ), sałatka jarzynowa 100g (JAJ, SEL, DWU, GOR, ROŚ), pomidor 80g , sałata 20g , Posiłek nocny: mus warzywno owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2230.10 kcal; Białko ogółem: 100.59 g; Tłuszcz: 100.06 g; Węglowodany ogółem: 256.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.63 g; sól: 2021.02 mg; suma cukrów prostych: 44.80 g; Błonnik pokarmowy: 26.07 g;		
czwartek 2025-06-26 Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
zupa mleczna z budyniem 150g (BIA), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), szynka wp 40g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), rzodkiewka 50g , pomidor 40g , II Śniadanie: kiwi 100g ,	pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300ml (GLU, JAJ, SEL), pieczeń wp 100g (BIA, GLU), woda mineralna n/ gazowana 200g , kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU), surówka z kapusty białej z koperkiem 100g , sos 100ml , Podwieczorek: sałata z pomidorem i sosem vinaigrette 100g ,	szynka drobiowa 40g (BIA), masło 82% 15g (BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), sałatka jarzynowa 100g (JAJ, SEL, DWU, GOR, ROŚ), herbata b/cukru 250ml , ogórek zielony 50g , pomidor 50g , Posiłek nocny: mus warzywno owocowy 50g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2280.70 kcal; Białko ogółem: 92.78 g; Tłuszcz: 97.26 g; Węglowodany ogółem: 280.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.57 g; sól: 1933.36 mg; suma cukrów prostych: 51.04 g; Błonnik pokarmowy: 23.44 g;		
czwartek 2025-06-26 Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU		
zupa mleczna z budyniem 150g (BIA), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), szynka wp 40g (BIA, GLU), jajko gotowane 1szt (JAJ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ), pomidor 100g , sałata 20g ,	pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), filet gotowany 120g (BIA), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki z koperkiem 200g , warzywa gotowane 100g (BIA, SEL),	szynka drobiowa 40g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 125g (GLU, JAJ), dżem 50g , herbata b/cukru 250ml , pomidor 80g , Posiłek nocny: mus owocowo warzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2108.42 kcal; Białko ogółem: 106.29 g; Tłuszcz: 65.29 g; Węglowodany ogółem: 297.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.39 g; sól: 2549.06 mg; suma cukrów prostych: 62.36 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;		
czwartek 2025-06-26 Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA		
zupa mleczna z budyniem 150g (BIA), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), szynka wp 40g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ), papryka 80g , sałata 20g ,	pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), pieczeń wp 100g (BIA, GLU), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g , warzywa gotowane 100g (BIA, SEL), sos 100ml ,	szynka drobiowa 40g (BIA), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ), sałatka jarzynowa 100g (JAJ, SEL, DWU), herbata b/cukru 250ml , papryka 80g , sałata 20g , Posiłek nocny: mus warzywno owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2246.36 kcal; Białko ogółem: 87.01 g; Tłuszcz: 93.10 g; Węglowodany ogółem: 292.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.41 g; sól: 2002.90 mg; suma cukrów prostych: 49.83 g; Błonnik pokarmowy: 29.16 g;		

Dietetyk

.....