

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Żnin                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                    | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>sobota 2025-07-05</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| zupa mleczna z ryżem 150ml ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), metka łososiowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), twaróg ze szczypiorkiem 40g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 70g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ogórek zielony 50g , pomidor 50g ,                                 | Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, DWU</b> ), pierogi z serem i jogurtem . 200g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g ,                                                                                               | połędwica drobiowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta ze strączków 40g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), herbata b cukru 200ml , rzodkiewka 80g , sałata 20g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>mus warzywno owocowy 100g ,  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2159.64 kcal; Białko ogółem: 103.74 g; Tłuszcz: 91.02 g; Węglowodany ogółem: 248.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 54.97 g; sól: 1739.58 mg; suma cukrów prostych: 39.74 g; Błonnik pokarmowy: 18.15 g;                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>sobota 2025-07-05</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| zupa mleczna z ryżem 150ml ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynka wp 40g ( <b>BIA, GLU, DWU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), twaróg waniliowy 150g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałata 20g , pomidor 80g ,                                               | Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), pierogi z serem i jogurtem . 200g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g ,                                                                                                    | połędwica drobiowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta ze strączków 40g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), herbata b cukru 200ml , pomidor 80g , sałata 20g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>mus warzywno owocowy 100g ,     |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2153.48 kcal; Białko ogółem: 116.00 g; Tłuszcz: 83.61 g; Węglowodany ogółem: 252.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.76 g; sól: 1646.26 mg; suma cukrów prostych: 41.34 g; Błonnik pokarmowy: 20.60 g;                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>sobota 2025-07-05</b> <b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| zupa mleczna z ryżem 150ml ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), Szynka wp 40g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), twaróg ze szczypiorkiem 70g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ogórek zielony 20g , pomidor 80g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>sok pomidorowy 100g , | Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), gulasz drobiowy 150g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , ryż ciemny na sypko 150g , surówka z kapusty białej 100g ( <b>ROŚ</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>kiwi 100g , | połędwica drobiowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Pasta ze strączków z jajem 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), herbata b cukru 200ml , rzodkiewka 80g , sałata 20g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>mus warzywno owocowy 100g ,           |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2281.93 kcal; Białko ogółem: 93.46 g; Tłuszcz: 84.39 g; Węglowodany ogółem: 318.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.07 g; sól: 2027.04 mg; suma cukrów prostych: 36.81 g; Błonnik pokarmowy: 33.40 g;                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>sobota 2025-07-05</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| zupa mleczna z ryżem 150ml ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), połędwica drobiowa 60g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), twaróg waniliowy 60g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałata 20g , pomidor 80g ,                                                                     | Zupa brokułowa z ziemniakami 400ml ( <b>GLU, SEL</b> ), pierogi z serem i jogurtem . 100g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g ,                                                                                                    | połędwica drobiowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta ze strączków 100g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), herbata b/cukru 200ml , pomidor 80g , sałata 20g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>mus warzywno owocowy 100g ,                                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2085.76 kcal; Białko ogółem: 100.38 g; Tłuszcz: 49.86 g; Węglowodany ogółem: 340.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.22 g; sól: 2086.48 mg; suma cukrów prostych: 60.97 g; Błonnik pokarmowy: 35.96 g;                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>sobota 2025-07-05</b> <b>Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| zupa mleczna z ryżem 150ml ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), Szynka wp 40g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), twaróg ze szczypiorkiem 40g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ogórek zielony 20g , pomidor 80g ,                                 | Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), pierogi z serem i jogurtem . 200g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g ,                                                                                                    | połędwica drobiowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pasta ze strączków 100g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), herbata b cukru 200ml , rzodkiewka 80g , sałata 20g , pieczywo mieszane pszenno razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>mus warzywno owocowy 100g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2176.90 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz: 83.91 g; Węglowodany ogółem: 286.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.64 g; sól: 1994.98 mg; suma cukrów prostych: 36.47 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g;                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

Jadłospisy dla oddziałów

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

Dietetyk

.....