

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Żnin                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                      | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>poniedziałek 2025-10-06</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| zupa mleczna z ryżem 150ml ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), polędwica drobiowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pasta ze strączków z twarogiem 40g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), pieczywo pszenno-żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g , rzodkiewka 20g ,                                                        | Zupa jarzynowa 300g ( <b>GLU, SEL, ROŚ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , pierogi ze szpinakiem 200g ( <b>GLU, JAJ</b> ), surówka z selera i marchewki 100g ( <b>BIA, SEL</b> ),                                                                                                     | szynkowa wp 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo pszenno-żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta z ryby ze szczypiorkiem 40g ( <b>RYB, SEL</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 80g , sałata 20g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>jogurt naturalny 150g ( <b>BIA</b> ),                                                            |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2137.67 kcal; Białko ogółem: 92.72 g; Tłuszcz: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 403.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.02 g; sól: 2011.41 mg; suma cukrów prostych: 47.87 g; Błonnik pokarmowy: 32.60 g;                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>poniedziałek 2025-10-06</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Zupa mleczna z ryżem 150ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynka 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pasta ze strączków z twarogiem 40g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), pieczywo przenno razowe 120g ( <b>GLU, JAJ, SEZ</b> ), sałata 20g , pomidor 80g ,                                                              | Zupa jarzynowa 300g ( <b>GLU, SEL, ROŚ</b> ), pierogi ze szpinakiem 200g ( <b>GLU, JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , surówka z selera i marchewki 100g ( <b>BIA, SEL</b> ),                                                                                                     | szynkowa wp 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta z ryby 40g ( <b>RYB, SEL</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 80g , sałata 20g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>jogurt naturalny 150g ( <b>BIA</b> ),                                                                    |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2142.67 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz: 35.69 g; Węglowodany ogółem: 391.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.82 g; sól: 2348.32 mg; suma cukrów prostych: 42.76 g; Błonnik pokarmowy: 35.61 g;                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>poniedziałek 2025-10-06</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> ), polędwica drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pasta ze strączków z twarogiem 40g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 200g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałata 20g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>wafle ryżowe 30g , | Zupa jarzynowa 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), kurczak gotowany 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , surówka z selera i marchewki 100g ( <b>BIA, SEL</b> ), sos 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>nektarynka 1szt , | szynkowa wp 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta z ryby ze szczypiorkiem 40g ( <b>RYB, SEL</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 80g , sałata 20g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>jogurt naturalny 150g ( <b>BIA</b> ),                                                   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2251.12 kcal; Białko ogółem: 84.70 g; Tłuszcz: 35.89 g; Węglowodany ogółem: 421.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.93 g; sól: 2060.37 mg; suma cukrów prostych: 51.89 g; Błonnik pokarmowy: 30.30 g;                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>poniedziałek 2025-10-06</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Zupa mleczna z ryżem 150ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynka drobiowa 50g , masło 82% 5g ( <b>BIA</b> ), pasta ze strączków z twarogiem 40g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), pieczywo mieszane pszenno-żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), rzodkiewka 50g , pomidor 50g ,                                   | Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g ( <b>GLU, SEL, ROŚ</b> ), pierogi ze szpinakiem 200g ( <b>GLU, JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , surówka z selera i marchewki 100g ( <b>BIA, SEL</b> ),                                                                                       | szynkowa wp 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta z ryby 40g ( <b>RYB, SEL</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 80g , sałata 20g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>mus warzywno owocowy 100g ,                                                 |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2031.61 kcal; Białko ogółem: 82.67 g; Tłuszcz: 45.96 g; Węglowodany ogółem: 352.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.25 g; sól: 2249.68 mg; suma cukrów prostych: 37.17 g; Błonnik pokarmowy: 34.75 g;                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>poniedziałek 2025-10-06</b> <b>Dieta: DIETA PEDIATRYCZNA PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Zupa mleczna z ryżem 150ml ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), polędwica drobiowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pasta ze strączków z twarogiem 50g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałata 20g , pomidor 100g , masło 82% tłuszczu 15g ( <b>BIA</b> ),           | surówka z selera i marchewki 100g ( <b>BIA, SEL</b> ),<br>Zupa jarzynowa 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), pierogi ze szpinakiem 200g ( <b>GLU, JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g ,                                                                                                       | szynkowa wp 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta z ryby ze szczypiorkiem 40g ( <b>RYB, SEL</b> ), herbata b/cukru 250ml , ogórek zielony 80g , rzodkiewka 20g , masło 82% tłuszczu 15g ( <b>BIA</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>jogurt naturalny 150g ( <b>BIA</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2026.40 kcal; Białko ogółem: 81.59 g; Tłuszcz: 49.98 g; Węglowodany ogółem: 339.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.96 g; sól: 2319.65 mg; suma cukrów prostych: 37.94 g; Błonnik pokarmowy: 31.40 g;                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

Jadłospisy dla oddziałów

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

Dietetyk

.....