

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Żnin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-01-05		
Dieta: PODSTAWOWA		
zupa mleczna z ryżem 300ml ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> ), twarożek z papryką 30g , masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), ser żółty 30g ( <b>BIA</b> ), pomidor 50g , rzodkiewka 30g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), jajka sadzone 1szt ( <b>JAJ</b> ), sos musztardowy 100ml ( <b>GLU, DWU, GOR</b> ), ziemniaki pure z masłem 250g ( <b>BIA</b> ), buraki z jabłkiem 170g ,	pasta z ryby ze szczypiotrkiem 30g ( <b>RYB, SEL, DWU</b> ), ser topiony 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), pomidor 50g , ogórek zielony 25g , herbata z cukrem 200ml , <b>Posiłek nocny:</b> mus owocowy 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2014.57 kcal; Białko ogółem: 66.97 g; Tłuszcz: 95.25 g; Węglowodany ogółem: 240.23 g; Witamina C: 120.91 mg; Wapń: 912.51 mg; Sód: 4644.43 mg; Żelazo: 9.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.03 g; Cholesterol: 524.50 mg; Błonnik pokarmowy: 18.34 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Żnin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-01-06		
Dieta: PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), połędwica drobiowa 30g, ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ), papryka 100g,	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, DWU, GOR</b> ), pieczeń wieprzowa 100g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), sos pieczeniowy 100g ( <b>GLU</b> ), kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU</b> ), kapusta modra na ciepło 200g ( <b>GLU</b> ),	szynkowa regionalna 30g ( <b>BIA, GLU, SOJ, SEL</b> ), ser topiony 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), pomidor 100g, herbata z cukrem 200ml, <b>Posiłek nocny:</b> ciastka zbożowe z jagodami 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1979.19 kcal; Białko ogółem: 78.45 g; Tłuszcz: 97.96 g; Węglowodany ogółem: 214.92 g; Witamina C: 285.55 mg; Wapń: 767.96 mg; Sód: 5162.20 mg; Żelazo: 8.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.90 g; Cholesterol: 250.43 mg; Błonnik pokarmowy: 19.13 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Żnin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-01-07		
Dieta: PODSTAWOWA		
zupa mleczna z budyniem 300g ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> ), parówka 60g ( <b>GLU, MIĘ, DWU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), połędwica drobiowa 50g , pomidor 50g , ogórek zielony 50g , pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ),	Rosół z makaronem 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), ćwiartka z kurczaka duszona 100g ( <b>SOJ, SEL,</b> <b>GOR</b> ), sos pieczeniowy 100g ( <b>GLU</b> ), ziemniaki pure z masłem 250g ( <b>BIA</b> ), surówka z białej z marchewką i z pestkami dyni 100g ,	połędwica drobiowa 30g , masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), herbata z cukrem 200ml , sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL,</b> <b>DWU, GOR</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo warzywny 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2036.69 kcal; Białko ogółem: 60.86 g; Tłuszcz: 73.81 g; Węglowodany ogółem: 302.23 g; Witamina C: 125.88 mg; Wapń: 563.51 mg; Sód: 3453.91 mg; Żelazo: 8.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.20 g; Cholesterol: 251.28 mg; Błonnik pokarmowy: 22.00 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Żnin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-01-08		
Dieta: PODSTAWOWA		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> ), pasta z ryby ze szczypiotrkiem 30g ( <b>RYB, SEL, DWU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), polędwica drobiowa 30g , jabłko 150g , pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ),	Barszcz ukraiński 300ml ( <b>GLU, SEL, DWU, ROŚ</b> ), placki ziemniaczane 200g ( <b>GLU, JAJ</b> ), farsz warzywny 150g ( <b>SOJ, SEL, DWU, GOR</b> ),	pasztet drobiowy 30g , polędwica sopočka 30g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), rzodkiewka 50g , herbata z cukrem 200ml , ogórek kiszony 50g , <b>Posiłek nocny:</b> owsianka z truskawką 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2144.62 kcal; Białko ogółem: 76.12 g; Tłuszcz: 70.05 g; Węglowodany ogółem: 328.50 g; Witamina C: 73.77 mg; Wapń: 723.58 mg; Sód: 6842.66 mg; Żelazo: 11.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.50 g; Cholesterol: 377.44 mg; Błonnik pokarmowy: 29.18 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Żnin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-01-09		
Dieta: PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml ( <b>BIA</b> , <b>GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynkowa regionalna 30g ( <b>BIA</b> , <b>GLU</b> , <b>SOJ</b> , <b>SEL</b> ), pomidor 50g , sałata 10g ,	Zupa kalafiorowa z kaszką manną 300ml ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> , <b>SEL</b> , <b>DWU</b> ), Filet z kurczaka panierowany 100g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), ziemniaki pure z masłem 250g ( <b>BIA</b> ), surówka z warzyw mieszanych i pestkami dyni 110g ( <b>SEL</b> ),	połędwica drobiowa 50g , sałatka makaronowa z brokułem 100g , masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> , <b>DWU</b> , <b>ZIA</b> ), pomidor 25g , rzodkiewka 25g , herbata z cukrem 200ml , <b>Posiłek nocny:</b> sok jabłkowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2021.88 kcal; Białko ogółem: 91.72 g; Tłuszcz: 72.12 g; Węglowodany ogółem: 290.81 g; Witamina C: 372.91 mg; Wapń: 868.36 mg; Sód: 7093.02 mg; Żelazo: 15.04 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.06 g; Cholesterol: 651.96 mg; Błonnik pokarmowy: 41.86 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Żnin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-01-10		Dieta: PODSTAWOWA
zupa mleczna z ryżem 300ml ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> ), pasta z ryby ze szczypiotrkiem 30g ( <b>RYB, SEL, DWU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka konserwowa 30g, ogórek zielony 40g, sałata 10g,	Zupa pieczarkowa z kaszą jęczmienna 300ml ( <b>GLU, SEL, DWU</b> ), pierogi z mięsem i okrasą 300g ( <b>GLU, JAJ</b> ), szpinak 150g ( <b>BIA, GLU</b> ),	twarożek z zieleniną 50 30g ( <b>BIA</b> ), polędwica drobiowa 30g, masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), pomidor 50g, ogórek zielony 50g, herbata z cukrem 200ml, <b>Posiłek nocny:</b> mus owocowy 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2330.10 kcal; Białko ogółem: 107.78 g; Tłuszcz: 85.64 g; Węglowodany ogółem: 340.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 442.61 g; Sód: 1870.76 mg; Cholesterol: 6253.55 mg; Błonnik pokarmowy: 20.48 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Żnin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-01-11		
Dieta: PODSTAWOWA		
zupa mleczna z budyniem 300g ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> ), pasta jajeczna z zieleniną 30g ( <b>BIA, JAJ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), polędwica drobiowa 30g , pomidor 50g , rzodkiewka 50g , pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ),	Zupa marchewkowa z lanymi kluseczkami 300g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ), kotlet mielony drobiowy z cebulką 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ziemniaki pure z masłem 250g ( <b>BIA</b> ), sałatka z ogórka kiszzonego 100g ,	sałatka ryżowa z szynką i kukurydzą 110g ( <b>BIA, GLU, SOJ, SEL</b> ), parówka 30g ( <b>GLU, MIĘ, DWU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), pomidor 70g , sałata 30g , herbata z cukrem 200ml , <b>Posiłek nocny:</b> ciastka zbożowe z jagodami 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2303.86 kcal; Białko ogółem: 67.10 g; Tłuszcz: 89.08 g; Węglowodany ogółem: 330.27 g; Witamina C: 91.86 mg; Wapń: 614.15 mg; Sód: 3083.16 mg; Żelazo: 10.52 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.37 g; Cholesterol: 510.36 mg; Błonnik pokarmowy: 24.15 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Żnin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-01-12		
Dieta: PODSTAWOWA		
zupa mleczna z ryżem 300ml ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> ), twarożek z papryką 30g , masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), dżem 20g , jabłko 150g , pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ),	zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty z ziemniakami 300g ( <b>SEL</b> ), Ryba gotowana 100g ( <b>RYB</b> ), ziemniaki pure z masłem 250g ( <b>BIA</b> ), sos grecki 150g ( <b>SEL, DWU</b> ),	pomidor 50g , rzodkiewka 50g , ser topiony 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), pomidor 50g , herbata z cukrem 200ml , pasztet drobiowy 30g , <b>Posiłek nocny:</b> deser z maślanką 170g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1945.67 kcal; Białko ogółem: 68.24 g; Tłuszcz: 76.59 g; Węglowodany ogółem: 271.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.68 g; Sód: 1932.16 mg; Cholesterol: 232.11 mg; Błonnik pokarmowy: 26.96 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Żnin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-01-13		
Dieta: PODSTAWOWA		
zupa mleczna z kaszką manną 300ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> ), szynkowa regionalna 30g ( <b>BIA, GLU, SOJ, SEL</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), mandarynka 1szt, pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), kopytka dyniowe 200g, sos serowy 100g ( <b>BIA, GLU</b> ), surówka z kapusty modrej z marchewką i pestkami dyni 100g,	połędwica drobiowa 30g, masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), pomidor 50g, sałatka makaronowa z marchewką i kukurydzą 100g ( <b>DWU</b> ), herbata z cukrem 200ml, kiwi 100g, <b>Posiłek nocny:</b> mus owocowy 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1934.44 kcal; Białko ogółem: 67.61 g; Tłuszcz: 65.08 g; Węglowodany ogółem: 286.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.78 g; Sód: 2368.91 mg; Cholesterol: 469.87 mg; Błonnik pokarmowy: 18.99 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Żnin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-01-14		
Dieta: PODSTAWOWA		
zupa mleczna z budyniem 300g ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>BIA</b> ), kielbasa śląska 30g ( <b>BIA, GLU, SOJ, SEL, DWU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynkowa regionalna 50g ( <b>BIA,</b> <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), pomidor 30g , ogórek zielony 30g , pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ),	Rosół z makaronem 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), kurczak gotowany 100g , sos naturalny-lekki 100g ( <b>GLU</b> ), ryż na sypko 150g , bukiet warzyw 100g ,	ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ), polędwica drobiowa 30g , masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ,</b> <b>DWU, ZIA</b> ), pomidor 30g , sałata 20g , herbata z cukrem 200ml , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo warzywny 200ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2115.40 kcal; Białko ogółem: 64.28 g; Tłuszcz: 59.86 g; Węglowodany ogółem: 345.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.48 g; Sód: 2161.09 mg; Cholesterol: 150.48 mg; Błonnik pokarmowy: 18.36 g;		