

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Żnin		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-07-12</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
zupa mleczna z kaszką manną 150ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> ), pasta z ryby z soczewicą 40g ( <b>RYB, SEL, DWU, ROŚ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynkowa 40g ( <b>BIA, GLU, SOJ, SEL</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), pomidor 80g, rzodkiewka 20g,	Grochówka z ziemniakami 300ml ( <b>SOJ, SEL, GOR, ROŚ</b> ), jajka sadzone 1szt ( <b>JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki pure 200g ( <b>BIA</b> ), mizeria 100g ( <b>SOJ, SEL, GOR</b> ), sos koperkowy 100ml ( <b>GLU</b> ),	szynka drobiowa 40g ( <b>BIA, GLU, SOJ, MLE, SEL, DWU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), sałatka ryżowa z brokułami 100g, herbata z cukrem 250ml, papryka 80g, sałata 20g, <b>Posiłek nocny:</b> ciastka zbożowe z jagodami 50g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2189.63 kcal; Białko ogółem: 86.98 g; Tłuszcz: 89.12 g; Węglowodany ogółem: 291.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.63 g; sól: 1884.99 mg; suma cukrów prostych: 34.43 g; Błonnik pokarmowy: 33.07 g;		
<b>piątek 2024-07-12</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
zupa mleczna z kaszką manną 150ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> ), pasta z ryby z soczewicą 40g ( <b>RYB, SEL, DWU, ROŚ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynkowa 40g ( <b>BIA, GLU, SOJ, SEL</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), pomidor 80g, sałata 20g,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 500ml ( <b>GLU, SEL</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki pure 200g ( <b>BIA</b> ), mizeria 100g ( <b>SOJ, SEL, GOR</b> ), sos koperkowy 100ml ( <b>GLU</b> ), marchewka seler gotowana 100g ( <b>GLU</b> ),	szynka drobiowa 40g ( <b>BIA, GLU, SOJ, MLE, SEL, DWU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), sałatka ryżowa z brokułami 100g, herbata z cukrem 250ml, pomidor 80g, sałata 20g, <b>Posiłek nocny:</b> ciastka zbożowe z jagodami 50g ( <b>GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2034.14 kcal; Białko ogółem: 83.36 g; Tłuszcz: 58.39 g; Węglowodany ogółem: 322.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.80 g; sól: 1923.27 mg; suma cukrów prostych: 46.74 g; Błonnik pokarmowy: 32.50 g;		
<b>piątek 2024-07-12</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
zupa mleczna z kaszką manną 150ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> ), pasta z ryby z soczewicą 40g ( <b>RYB, SEL, DWU, ROŚ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynkowa 40g ( <b>BIA, GLU, SOJ, SEL</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), pomidor 80g, sałata 20g, <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g ( <b>BIA</b> ),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 500ml ( <b>GLU, SEL</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki pure 200g ( <b>BIA</b> ), mizeria 100g ( <b>SOJ, SEL, GOR</b> ), sos koperkowy 100ml ( <b>GLU</b> ), marchewka seler gotowana 100g ( <b>GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> jabłko pieczone z cynamonem 150g,	szynka drobiowa 40g ( <b>BIA, GLU, SOJ, MLE, SEL, DWU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), sałatka z ciemnym ryżem i brokułami 100g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g, <b>Posiłek nocny:</b> ciastka zbożowe z jagodami 50g ( <b>GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2172.22 kcal; Białko ogółem: 90.20 g; Tłuszcz: 62.61 g; Węglowodany ogółem: 346.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.24 g; sól: 1800.53 mg; suma cukrów prostych: 57.10 g; Błonnik pokarmowy: 37.42 g;		
<b>piątek 2024-07-12</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>		
zupa mleczna z kaszką manną 150ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> ), pasta z ryby z soczewicą 40g ( <b>RYB, SEL, DWU, ROŚ</b> ), masło 82% 10g ( <b>BIA</b> ), szynkowa 40g ( <b>BIA, GLU, SOJ, SEL</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), pomidor 80g, sałata 20g,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 500ml ( <b>GLU</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki pure 200g ( <b>BIA</b> ), sos koperkowy 100ml ( <b>GLU</b> ), marchewka seler gotowana 100g ( <b>GLU, SEL</b> ),	szynka drobiowa 40g ( <b>BIA, GLU, SOJ, MLE, SEL, DWU</b> ), masło 82% 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ, DWU, ZIA</b> ), sałatka ryżowa z brokułami 100g, herbata z cukrem 250ml, pomidor 80g, sałata 20g, <b>Posiłek nocny:</b> ciastka zbożowe z jagodami 50g ( <b>GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2004.19 kcal; Białko ogółem: 90.45 g; Tłuszcz: 47.22 g; Węglowodany ogółem: 340.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.00 g; sól: 1852.14 mg; suma cukrów prostych: 42.63 g; Błonnik pokarmowy: 40.04 g;		

Dietetyk

.....