

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-02-24

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (**MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Serek chrzanowy z koperkiem 80g (**MLE**), Ogórek 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Zupa porowo serowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**SOJ, MLE, SEL**), Potrawka z indyka w paprykowym trio 180g (**SEL**), Makaron penne 180g (**GLU, SOJ**), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 200g, Kompot z cukrem 300ml,

Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Polędwica drobiowa 40g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Rzepa biała 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20:00: Ort naturalny 150g 1szt (**MLE**), Wafle kukurydziane 2szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2328.49 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 80.93 g; Tłuszcz: 72.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 353.67 g; suma cukrów prostych: 85.59 g; Sól: 7.27 g; Błonnik pokarmowy: 40.98 g; Węglowodany przyswajalne: 312.69 g; WW: 31.28 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-02-25

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300ml (**MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Szynka orzech 40g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny śmietaną 12%tł. 400ml (**MLE, SEL**), Bitka schabowa pieczona 100g, Sos musztardowy 80ml (**JAJ, SOJ, MLE, GOR**), Ziemniaki 180g, Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 200g, Kompot z cukrem 300ml,

Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Pasta z tuńczyka z jajkiem 80g (**JAJ, RYB, SOJ, SEL, GOR**), Bukiet warzyw 100g, Herbata z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20:00: 200g 1szt (**MLE**), Biszkopty 5szt (**GLU, JAJ**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2384.11 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 98.05 g; Tłuszcz: 86.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.30 g; Węglowodany ogółem: 306.76 g; suma cukrów prostych: 90.80 g; Sól: 9.31 g; Błonnik pokarmowy: 31.43 g; Węglowodany przyswajalne: 275.34 g; WW: 27.66 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-02-26

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (**GLU, MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Pasta twarogowa a'la tatziki 80g (**MLE**), Sałatka z pomidora ze szczypiorkiem 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Fasolka po bretońsku 300g (**GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR**), Kajzerka 1szt (**GLU, MLE**), Kompot z cukrem 300ml, Jabłko 150g 1szt,

Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Szynka złota 40g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Ogórek kiszony 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20:00: Chleb baltonowski 30g (**GLU**), Serek topiony w plastrach 1szt (**MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2146.36 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 85.99 g; Tłuszcz: 50.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.69 g; Węglowodany ogółem: 356.14 g; suma cukrów prostych: 81.68 g; Sól: 12.87 g; Błonnik pokarmowy: 38.13 g; Węglowodany przyswajalne: 318.01 g; WW: 31.92 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-02-27

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

Śniadanie: Zupa mleczna z zacierkami 300ml (**GLU, JAJ, MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Schab bednarza 40g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Ogórek 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Zupa pejzanka z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Pierogi z mięsem z cebulką 300g 6szt (**GLU, SOJ, SEL**), Surówka z marchewki z chrzanem 200g, Kompot z cukrem 300ml, Pączek 1szt (**GLU, JAJ, MLE**),

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALE w dniu: 2025-02-27

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Pasta twarogowa z soczewicą czerwoną i suszonymi pomidorami 80g (**MLE**), Rzepa biała 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20:00 200g 1szt (**MLE**), Herbatniki 3szt (**GLU, JAJ, MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2606.45 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 108.25 g; Tłuszcz: 86.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.74 g; Węglowodany ogółem: 352.79 g; suma cukrów prostych: 96.82 g; Sól: 6.05 g; Błonnik pokarmowy: 35.09 g; Węglowodany przyswajalne: 317.70 g; WW: 31.83 Por;

Dla: SZPITALE w dniu: 2025-02-28

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (**MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Ser żółty 40g (**MLE**), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Żurek z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Ryba dorsz panierowana 100g (**GLU, JAJ, RYB**), Ziemniaki 180g, Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 200g, Kompot z cukrem 300ml,

Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Szyńka z piersi indyka 40g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Ogórek kiszony 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20:00 Ort naturalny 150g 1szt (**MLE**), Wafle kukurydziane 2szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2225.12 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 96.12 g; Tłuszcz: 69.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.22 g; Węglowodany ogółem: 313.36 g; suma cukrów prostych: 75.84 g; Sól: 8.50 g; Błonnik pokarmowy: 34.15 g; Węglowodany przyswajalne: 279.21 g; WW: 27.99 Por;

Dla: SZPITALE w dniu: 2025-03-01

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

Śniadanie: Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (**GLU, MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Szyńka bukowa 40g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Rzodkiewka 90g, Mix sałat 10g,

Obiad: Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Klopsik drobiowy po marokańsku 100g (**JAJ**), Sos z pomidorów pelati 80ml (**MLE**), Ryż biały na sypko 180g, Sałatka z buraczków i jabłka 200g, Kompot z cukrem 300ml,

Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Sałatka z brokuła, jajka i pomidora z majonezem 100g (**JAJ, SOJ, GOR**), Szyńka drobiowa 40g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Herbata z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20:00 Chleb baltonowski 30g (**GLU**), Serek topiony 50g 0.5szt (**MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2276.49 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 98.69 g; Tłuszcz: 75.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.40 g; Węglowodany ogółem: 317.76 g; suma cukrów prostych: 74.32 g; Sól: 7.34 g; Błonnik pokarmowy: 35.45 g; Węglowodany przyswajalne: 282.31 g; WW: 28.39 Por;

Dla: SZPITALE w dniu: 2025-03-02

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

Śniadanie: Kakao na mleku 300ml (**MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Paprykarz z makreli 80g (**SEL**), Ogórek kiszony 90g, Mix sałat 10g,

Obiad: Rosół z makaronem pszennym 400ml (**GLU, SOJ, SEL**), Rolada schabowa nadziewana szpinakiem 100g, Sos tymiankowy 80ml (**MLE**), Ziemniaki 180g, Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 200g, Kompot z cukrem 300ml,

Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Szyńka bankietowa 40g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Marchewka Juniorka 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20:00 Ort owocowy 150g 1szt (**MLE**), Krakersy 3szt (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2122.29 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 86.67 g; Tłuszcz: 60.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.62 g; Węglowodany ogółem: 307.61 g; suma cukrów prostych: 78.26 g; Sól: 16.57 g; Błonnik pokarmowy: 34.89 g; Węglowodany przyswajalne: 272.72 g; WW: 27.40 Por;