

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-03-24

### 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 świderki 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: 200g 1szt (**MLE**), Wafle kukurydziane 2szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2345.87 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 79.69 g; Tłuszcz: 74.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.28 g; Węglowodany ogółem: 349.90 g; suma cukrów prostych: 85.12 g; Sól: 7.20 g; Błonnik pokarmowy: 40.65 g; Węglowodany przyswajalne: 309.24 g; WW: 30.98 Por; Glukoza: 9.45 g; Sacharoza: 45.75 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-03-25

### 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**), Szyńka 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 jajka z natką pietruszki 80g (**JAJ, SOJ, 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]: 2371.11 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 98.95 g; Tłuszcz: 86.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.30 g; Węglowodany ogółem: 308.26 g; suma cukrów prostych: 90.90 g; Sól: 9.38 g; Błonnik pokarmowy: 31.43 g; Węglowodany przyswajalne: 276.84 g; WW: 27.76 Por; Glukoza: 0.00 g; Sacharoza: 0.00 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-03-26

### 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 tzatziki 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 60g 1szt (**GLU, MLE**), Kompot z cukrem 300ml, Jabłko 150g 1szt,

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

Kolacja godz. 20:00: 100g 1szt (**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; Glukoza: 0.00 g; Sacharoza: 0.00 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-03-27

### 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,

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-03-27

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

Obiad: Zupa pejszanka z ziemniakami zabelana 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,

Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Pasta twarogowa z soczewicą czerwoną i suszonymi pomidorami 80g (**MLE**), Sałatka z białej rzepy i jabłka 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]: 3028.86 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 113.24 g; Tłuszcz: 99.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.36 g; Węglowodany ogółem: 428.48 g; suma cukrów prostych: 123.56 g; Sól: 5.21 g; Błonnik pokarmowy: 39.74 g; Węglowodany przyswajalne: 388.74 g; WW: 39.00 Por; Glukoza: 0.00 g; Sacharoza: 0.00 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-03-28

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszą manna 300ml (**GLU, 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 zabelany śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Kotlet rybny (smażony) 100g (**GLU, JAJ, RYB, SEL**), Ziemniaki 180g, Surówka z kiszonej kapusty z olejem rzepakowym 200g, Kompot z cukrem 300ml,

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

Kolacja godz. 20:00 200g 1szt (**MLE**), Wafle kukurydziane 2szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2273.78 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 92.22 g; Tłuszcz: 71.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 323.56 g; suma cukrów prostych: 75.31 g; Sól: 8.81 g; Błonnik pokarmowy: 32.36 g; Węglowodany przyswajalne: 291.20 g; WW: 29.17 Por; Glukoza: 0.00 g; Sacharoza: 0.00 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-03-29

### 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**), Szynka bukowa 40g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Rzodkiewka 90g, Mix sałat 10g,

Obiad: Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabelana śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Klopsik drobiowy po marokańsku 100g (**JAJ**), Sos z pomidorów pelati 80ml (**MLE**), Ryż biały na sypko 180g, Buraczki gotowane 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**), Szynka drobiowa 40g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Herbata z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20:00 200g 1szt (**GLU**), Serek topiony 50g 0.5szt (**MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2269.03 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 99.09 g; Tłuszcz: 76.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.54 g; Węglowodany ogółem: 313.16 g; suma cukrów prostych: 70.85 g; Sól: 8.18 g; Błonnik pokarmowy: 34.68 g; Węglowodany przyswajalne: 278.48 g; WW: 27.99 Por; Glukoza: 0.00 g; Sacharoza: 0.00 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-03-30

### 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**), Papykarz 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,

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-03-30

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

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

Kolacja godz. 20:00: Ort owocowy 150g 1szt (**MLE**), Krakery 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; Glukoza: 0.00 g; Sacharoza: 0.00 g;