

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALE w dniu: 2025-04-07

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP WE/ Wegetariańska

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (**GLU, MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Pasta z twarogu z tuńczykiem 80g (**RYB, MLE**), Ogórek kiszony 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cukrem 300ml ,

Obiad: Zupa szczawiowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami, pieczarkami i cieciorką 300g (**GLU, SEL**), Surówka Colesław z olejem rzepakowym 200g , Kompot z cukrem 300ml ,

Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Pasta z białej fasoli z suszonymi śliwkami 80g (**SOJ**), Bukiet warzyw 90g , Herbata z cukrem 300ml , Mix sałat 10g ,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2392.86 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 83.12 g; Tłuszcz: 70.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 381.45 g; suma cukrów prostych: 79.09 g; Sól: 7.44 g; Błonnik pokarmowy: 51.93 g; Węglowodany przyswajalne: 329.53 g; WW: 33.11 Por; Glukoza: 7.85 g; Sacharoza: 49.72 g;

Dla: SZPITALE w dniu: 2025-04-08

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP WE/ Wegetariańska

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszą manna 300ml (**GLU, MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Hummus z brokułem 80g (**SOJ**), Ogórek 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cukrem 300ml ,

Obiad: Zupa fasolowa z ziemniakami 400ml (**SEL**), Tortilla z warzywami i serem mozzarella 2szt (**GLU, SOJ, SEL**), Sos pomidorowy 80ml (**MLE**), Surówka z marchewki z chrzanem 200g , Kompot z cukrem 300ml ,

Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Sałatka z kalafiora, pomidora i jajka z jogurtem naturalnym 2% tł. 100g (**JAJ, MLE**), Ser toffu 40g (**SOJ**), Herbata z cukrem 300ml ,

Kolacja godz. 20:00 Ort naturalny 150g 1szt (**MLE**), Herbatniki 3szt (**GLU, JAJ, MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2797.42 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 109.57 g; Tłuszcz: 85.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.01 g; Węglowodany ogółem: 436.98 g; suma cukrów prostych: 103.27 g; Sól: 6.89 g; Błonnik pokarmowy: 58.39 g; Węglowodany przyswajalne: 378.59 g; WW: 37.95 Por; Glukoza: 9.48 g; Sacharoza: 67.15 g;

Dla: SZPITALE w dniu: 2025-04-09

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP WE/ Wegetariańska

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (**MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Twarożek z oliwkami 80g (**MLE**), Rzodkiewka 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cukrem 300ml ,

Obiad: Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Makaron spaghetti z pomidorami i toffu 300g (**GLU, JAJ, SOJ**), 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 soi z suszonymi pomidorami 80g , Pomidor 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cukrem 300ml ,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2857.62 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 122.06 g; Tłuszcz: 88.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.94 g; Węglowodany ogółem: 402.30 g; suma cukrów prostych: 90.55 g; Sól: 7.30 g; Błonnik pokarmowy: 54.12 g; Węglowodany przyswajalne: 348.18 g; WW: 35.02 Por; Glukoza: 9.07 g; Sacharoza: 51.06 g;

Dla: SZPITALE w dniu: 2025-04-10

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP WE/ Wegetariańska

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszą kukurydziana 300ml (**MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Serek wiejski lekki z koperkiem 80g , Sałatka z białej rzepy i jabłka 90g , Sałata zielona 10g , Herbata z cukrem 300ml ,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny śmietaną 12%tł. 400ml (**MLE, SEL**), Krokiety z pieczarkami 2szt , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 200g , Kompot z cukrem 300ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-04-10

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP WE/ Wegetariańska

Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Pasta z soczewicy z warzywami 80g (**SOJ, SEL**), Ogórek 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cukrem 300ml,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2385.46 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 72.38 g; Tłuszcz: 88.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.11 g; Węglowodany ogółem: 334.37 g; suma cukrów prostych: 97.65 g; Sól: 6.25 g; Błonnik pokarmowy: 42.13 g; Węglowodany przyswajalne: 292.24 g; WW: 29.28 Por; Glukoza: 12.71 g; Sacharoza: 52.14 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-04-11

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP WE/ Wegetariańska

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300ml (**MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Jajko w jogurcie z koperkiem 2szt (**JAJ, MLE**), Marchewka Juniorka 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Zupa minestrone z ziemniakami 400ml (**SEL**), Ryba dorsz panierowana 100g (**GLU, JAJ, RYB**), 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**), Paszтет z cieciorci i warzyw 80g (**SOJ, SEL**), Ogórek kiszony 90g, Mix sałat 10g, 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]: 2613.69 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 120.71 g; Tłuszcz: 91.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.81 g; Węglowodany ogółem: 347.95 g; suma cukrów prostych: 78.77 g; Sól: 11.34 g; Błonnik pokarmowy: 41.95 g; Węglowodany przyswajalne: 306.00 g; WW: 30.81 Por; Glukoza: 6.66 g; Sacharoza: 52.02 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-04-12

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP WE/ Wegetariańska

Śniadanie: Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (**GLU, MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Serek homogenizowany z papryką i szczypiorkiem 80g (**MLE**), Pomidor 90g, Mix sałat 10g,

Obiad: Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400ml (**SEL**), Kotlety warzywne z soczewicą czerwoną 2szt (**SOJ, SEL**), Sos śmietanowo szpinakowy 80g (**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**), Pasta z fasoli z warzywami 80g (**SEL**), Sałatka z białej rzepy i jabłka 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20:00 Ort naturalny 150g 1szt (**MLE**), Biszkopty 5szt (**GLU, JAJ**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2577.23 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 89.68 g; Tłuszcz: 84.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 384.42 g; suma cukrów prostych: 91.13 g; Sól: 5.21 g; Błonnik pokarmowy: 53.29 g; Węglowodany przyswajalne: 331.13 g; WW: 33.14 Por; Glukoza: 8.38 g; Sacharoza: 59.03 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-04-13

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP WE/ Wegetariańska

Śniadanie: Kakao na mleku 300ml (**MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Hummus z dynią 80g (**SOJ**), Papryka świeża 90g, Mix sałat 10g,

Obiad: Bulion jarski z makaronem 400ml (**GLU, SOJ, SEL**), Gołąbek wegetariański z fasolą 150g 1szt (**SEL**), Sos pomidorowy 80ml (**MLE**), Ziemniaki 180g, Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 200g, Kompot z cukrem 300ml,

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

Kolacja godz. 20:00 Ort owocowy 150g 1szt (**MLE**), Pieczywo chrupkie 20g,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-04-13

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP WE/ Wegetariańska

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2369.03 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 89.23 g; Tłuszcz: 56.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.80 g; Węglowodany ogółem: 386.35 g; suma cukrów prostych: 81.60 g; Sól: 7.07 g; Błonnik pokarmowy: 55.99 g; Węglowodany przyswajalne: 330.35 g; WW: 33.13 Por; Glukoza: 9.83 g; Sacharoza: 41.53 g;