

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-04-14

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP WE/ Wegetariańska

- Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (**MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Pasta z makreli i twarogu 80g (**MLE**), Ogórek 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,
- Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Bigos z kapusty i pieczarek 300g (**SEL**), Ziemniaki 180g, Kompot z cukrem 300ml,
- Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Pasta z pieczonej papryki z serem feta 80g (**MLE**), Surówka z selera z ananase i kukurydzą z majonezem 90g (**JAJ, SOJ, SEL, GOR**), Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,
- Kolacja godz. 20:00: 200g 1szt (**MLE**), Wafle ryżowe 2szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2003.48 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 70.32 g; Tłuszcz: 53.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.24 g; Węglowodany ogółem: 317.68 g; suma cukrów prostych: 85.07 g; Sól: 7.41 g; Błonnik pokarmowy: 39.83 g; Węglowodany przyswajalne: 277.85 g; WW: 27.95 Por; Glukoza: 8.44 g; Sacharoza: 49.79 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-04-15

### 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**), Serek wiejski lekki z koperkiem 80g, Rzepa biała 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,
- Obiad: Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Burger buraczany 100g (**JAJ**), Ziemniaki 180g, Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 200g, Kompot z cukrem 300ml,
- Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 80g, Pomidor 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]: 2094.24 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 69.20 g; Tłuszcz: 59.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 340.07 g; suma cukrów prostych: 86.69 g; Sól: 6.59 g; Błonnik pokarmowy: 41.87 g; Węglowodany przyswajalne: 298.19 g; WW: 30.02 Por; Glukoza: 9.52 g; Sacharoza: 52.07 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-04-16

### 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**), Serek homogenizowany z rzodkiewką i koperkiem 80g (**MLE**), Ogórek kiszony 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,
- Obiad: Zupa z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Makaron świderki z pomidorami i soczewicą 300g (**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**), Ser mozzarella 40g (**SOJ**), Sałatka z ryżu brązowego z tuńczyka i bukietu warzyw 100g (**RYB**), Herbata z cukrem 300ml,
- Kolacja godz. 20:00: Ort naturalny 150g 1szt (**MLE**), Biskopki 5szt (**GLU, JAJ**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2456.94 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 90.05 g; Tłuszcz: 80.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 365.63 g; suma cukrów prostych: 92.53 g; Sól: 9.39 g; Błonnik pokarmowy: 37.83 g; Węglowodany przyswajalne: 327.81 g; WW: 32.79 Por; Glukoza: 8.42 g; Sacharoza: 54.72 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-04-17

### 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**), Smalczyk z fasoli 80g, Pomidor 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cukrem 300ml,
- Obiad: Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (**GLU, SEL**), Kotlety warzywne z soczewicą czerwoną 2szt (**SOJ, SEL**), Ziemniaki 180g, Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 200g, Kompot z cukrem 300ml,

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALE w dniu: 2025-04-17

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP WE/ Wegetariańska

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2394.35 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 83.43 g; Tłuszcz: 52.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.65 g; Węglowodany ogółem: 405.90 g; suma cukrów prostych: 92.01 g; Sól: 4.99 g; Błonnik pokarmowy: 50.97 g; Węglowodany przyswajalne: 354.92 g; WW: 35.64 Por; Glukoza: 9.47 g; Sacharoza: 55.65 g;

Dla: SZPITALE w dniu: 2025-04-18

### 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**), Pasta z ryby pieczonej z warzywami 80g (**RYB, SEL**), Rzepa biała 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 400g (**SOJ, SEL**), Naleśniki z serem 2szt, Jabłka prażone 80g, Sos waniliowy 80ml (**MLE**), 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, Herbata z cukrem 300ml, Mix sałat 10g,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2563.19 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 104.33 g; Tłuszcz: 70.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.43 g; Węglowodany ogółem: 381.15 g; suma cukrów prostych: 136.41 g; Sól: 7.33 g; Błonnik pokarmowy: 33.51 g; Węglowodany przyswajalne: 347.64 g; WW: 34.85 Por; Glukoza: 6.55 g; Sacharoza: 96.72 g;

Dla: SZPITALE w dniu: 2025-04-19

### 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**), Twarożek z natką pietruszki 80g (**MLE**), Pomidor 90g, Mix sałat 10g,

Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Kaszotto z kaszy gryczanej z warzywami, pieczarkami i serem feta 300g (**MLE, SEL**), 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 białej fasoli z suszonymi pomidorami 80g, Ogórek 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]: 2284.75 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 90.85 g; Tłuszcz: 74.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.41 g; Węglowodany ogółem: 333.56 g; suma cukrów prostych: 66.46 g; Sól: 10.06 g; Błonnik pokarmowy: 44.01 g; Węglowodany przyswajalne: 289.55 g; WW: 28.94 Por; Glukoza: 7.07 g; Sacharoza: 34.98 g;

Dla: SZPITALE w dniu: 2025-04-20

### 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**), Ser żółty 30g (**MLE**), Wędlina sojowa 30g, Sałatka jarzynowa z majonezem 100g (**JAJ, SOJ, SEL, GOR**), Jajko w sosie tatarskim 1szt (**JAJ, SOJ, GOR**), Papryka świeża 90g, Sałata zielona 10g,

Obiad: Żurek z jajkiem i ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400ml (**JAJ, MLE, SEL**), Burger buraczany 100g (**JAJ**), Ziemniaki opiekane 180g, Surówka z marchewki z chrzanem 200g, Kompot z cukrem 300ml, Ciasto - sernik 50g (**GLU, JAJ**), Ciasto - mazurek wielkanocny 50g (**GLU, JAJ**),

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-04-20

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP WE/ Wegetariańska

Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Sałatka z fasolą czerwoną, ryżem, ananasem i kukurydzą z majonezem 100g (**JAJ, SOJ, GOR**), Ser mozzarella 60g (**SOJ**), Sałata lodowa z pomidorkami cherry i sosem vinegret 100g (**SEL**), Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,

Kolacja godz. 20.00: Ryżowe 2szt , Kefir 200g 1szt (**MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 3128.65 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 119.22 g; Tłuszcz: 122.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.77 g; Węglowodany ogółem: 425.13 g; suma cukrów prostych: 99.55 g; Sól: 7.92 g; Błonnik pokarmowy: 50.53 g; Węglowodany przyswajalne: 375.18 g; WW: 37.79 Por; Glukoza: 11.02 g; Sacharoza: 54.54 g;