

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-04-21

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**), Paszтет z ciecioriki i warzyw 100g (**SOJ, SEL**), Ogórek kiszony 90g, Sałata zielona 10g, Ćwikła z chrzanem 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,

Obiad: Bulion jarski z makaronem 400ml (**GLU, SOJ, SEL**), Gulasz sojowy z warzywami 180g (**SOJ, SEL**), Kluski śląskie 180g (**GLU, JAJ, SOJ**), Kapusta biała zasmażana z koperkiem 200g, Kompot z cukrem 300ml, Ciasto piaskowe 50g (**GLU, JAJ**),

Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Sałatka z brokuła, jajka i pomidora z jogurtem naturalnym 2% tł. 100g (**JAJ, MLE**), Serek topiony w plastrach 2szt (**MLE**), Rzodkiewka 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2810.37 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 93.51 g; Tłuszcz: 88.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 427.96 g; suma cukrów prostych: 105.50 g; Sól: 10.71 g; Błonnik pokarmowy: 48.90 g; Węglowodany przyswajalne: 379.06 g; WW: 38.04 Por; Glukoza: 11.39 g; Sacharoza: 67.78 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-04-22

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**), Pasta z fasoli z warzywami 80g (**SEL**), Ogórek 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Zapiekanka z ziemniaków i warzyw z ciecierzycą 300g (**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**), Serek homogenizowany z koperkiem 80g (**MLE**), Pomidor 90g, Herbata z cukrem 300ml, Mix sałat 10g,

Kolacja godz. 20:00: Serek owocowy 150g 1szt (**MLE**), Biskopki 5szt (**GLU, JAJ**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2560.08 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 101.54 g; Tłuszcz: 55.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.53 g; Węglowodany ogółem: 423.92 g; suma cukrów prostych: 95.40 g; Sól: 4.60 g; Błonnik pokarmowy: 55.38 g; Węglowodany przyswajalne: 368.54 g; WW: 37.03 Por; Glukoza: 8.40 g; Sacharoza: 59.01 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-04-23

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 twarogowa a'la tzatziki 80g (**MLE**), Sałatka z pomidora ze szczypiorkiem 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Fasolka po bretońsku bez mięsa 300g, 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**), Hummus klasyczny 80g (**SOJ**), 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]: 2450.35 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 98.23 g; Tłuszcz: 51.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.09 g; Węglowodany ogółem: 423.99 g; suma cukrów prostych: 83.49 g; Sól: 11.58 g; Błonnik pokarmowy: 51.15 g; Węglowodany przyswajalne: 372.84 g; WW: 37.44 Por; Glukoza: 7.76 g; Sacharoza: 47.68 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-04-24

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP WE/ Wegetariańska

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-04-24

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP WE/ Wegetariańska

Śniadanie: Zupa mleczna z zacierkami 300ml (**GLU, JAJ, MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 80g, Rzepa biała 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Zupa ryżanka z natką pietruszki 400ml (**SEL**), Pierogi z kapustą i pieczarką 300g 6szt (**GLU, SOJ, SEL**), Surówka z marchewki i pora 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**), Ogórek 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]: 2824.28 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 103.50 g; Tłuszcz: 102.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.87 g; Węglowodany ogółem: 380.16 g; suma cukrów prostych: 103.05 g; Sól: 5.22 g; Błonnik pokarmowy: 41.88 g; Węglowodany przyswajalne: 338.29 g; WW: 33.94 Por; Glukoza: 9.71 g; Sacharoza: 65.01 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-04-25

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**), Ser żółty 40g (**MLE**), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną 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**), Paszтет warzywny 80g (**JAJ, SEL**), Papryka świeża 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20:00 200g 1szt (**MLE**), Jogurt naturalny 150g 1szt (**MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2319.88 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 88.18 g; Tłuszcz: 72.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.00 g; Węglowodany ogółem: 337.65 g; suma cukrów prostych: 77.99 g; Sól: 10.13 g; Błonnik pokarmowy: 34.61 g; Węglowodany przyswajalne: 303.03 g; WW: 30.34 Por; Glukoza: 5.43 g; Sacharoza: 51.38 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-04-26

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**), Pasta z soczewicy z warzywami 80g (**SOJ, SEL**), Rzodkiewka 90g, Mix sałat 10g,

Obiad: Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Risotto z warzywami i fasolą 300g (**SEL**), 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 ziemniaczana z pomidorem i brokułem z jogurtem naturalnym 2%tł. 100g (**MLE**), Wędlina sojowa 40g, Herbata z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20:00 200g 1szt (**MLE**), Chleb baltonowski 30g (**GLU**), Serek topiony 50g 0.5szt (**MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2732.34 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 115.46 g; Tłuszcz: 82.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 422.30 g; suma cukrów prostych: 70.89 g; Sól: 5.85 g; Błonnik pokarmowy: 56.61 g; Węglowodany przyswajalne: 366.45 g; WW: 36.77 Por; Glukoza: 5.61 g; Sacharoza: 48.32 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-04-27

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**), Paprykarz z makreli 80g (**SEL**), Ogórek kiszony 90g, Mix sałat 10g,

Obiad: Zupa neapolitanka z łazankami 400ml (**GLU, SOJ, MLE, SEL**), Leczo warzywne z soczewicą 180g (**SOJ**), Ziemniaki 180g, Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 200g, Kompot z cukrem 300ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-04-27

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP WE/ Wegetariańska

Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Hummus z papryką 80g (**SOJ**),
Marchewka Juniorka 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cukrem 300ml ,

Kolacja godz. 20.00: Orzechy 3szt (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ**), Jogurt owocowy 150g 1szt (**MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2352.03 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 81.51 g; Tłuszcz: 64.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 366.73 g; suma cukrów prostych: 84.42 g; Sól: 8.16 g; Błonnik pokarmowy: 45.26 g; Węglowodany przyswajalne: 321.47 g; WW: 32.35 Por; Glukoza: 11.75 g; Sacharoza: 43.40 g;