

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-04-01

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

Śniadanie:	Kawa z mlekiem 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb baltonowski 60g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 50g ( <b>GLU</b> ), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Paszтет pieczony drobiowy 60g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Szyńka cygańska 30g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Ogórek kiszony 60g, Sałata zielona 5g, Cwikla z chrzanem 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Rosół z makaronem pszennym 400g ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Schab nadziewany morelą 100g, Sos pomarańczowy 80g ( <b>SEL, GOR</b> ), Kluski śląskie 200g ( <b>GLU</b> ), Kapusta modra z żurawiną 120g, Kompot z cukrem 300ml, Ciasto piaskowe 50g ( <b>GLU, JAJ</b> ),
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 60g ( <b>GLU</b> ), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Sałatka z brokuła, jajka i pomidora 100g ( <b>JAJ, SOJ, GOR</b> ), Szyńka złota 30g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Rzodkiewka 60g, Sałata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Kolacja godz.20.00:	Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>MLE</b> ), Herbatniki 3szt ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 3075.00 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 108.16 g; Tłuszcz: 97.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 460.92 g; suma cukrów prostych: 112.48 g; Sól: 8.91 g; Błonnik pokarmowy: 40.04 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-04-02

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

Śniadanie:	Zupa mleczna z kaszą manna 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb baltonowski 60g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 50g ( <b>GLU</b> ), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Twarożek z natką pietruszki 100g ( <b>MLE</b> ), Ogórek 60g, Sałata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Zupa kapuśniak z kwaszonej kapusty z ziemniakami 400ml ( <b>SEL</b> ), Bitka z kurczaka w paprykowym trio 100g, Ziemniaki 180g, Surówka z białej rzepy z jabłkiem z jogurtem 2% tł. 120g ( <b>MLE</b> ), Kompot z cukrem 300ml, Banan 1szt 150g,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 60g ( <b>GLU</b> ), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 60g, Szyńka bankietowa 30g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Papryka świeża 60g, Sałata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Kolacja godz.20.00:	Jogurt owocowy 150g 1szt ( <b>MLE</b> ), Biskopki 5szt ( <b>GLU, JAJ</b> ),
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2430.84 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 95.31 g; Tłuszcz: 67.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.23 g; Węglowodany ogółem: 380.96 g; suma cukrów prostych: 121.87 g; Sól: 5.17 g; Błonnik pokarmowy: 42.54 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-04-03

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

Śniadanie:	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml ( <b>MLE</b> ), Chleb baltonowski 60g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 50g ( <b>GLU</b> ), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Polędwica z kurcząt 40g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Pomidor 60g, Sałata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Zupa grochowa z ziemniakami 400ml ( <b>SEL</b> ), Gulasz z szynki wieprzowej 180g ( <b>SEL</b> ), Makaron penne 180g ( <b>GLU, SOJ</b> ), Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 120g, Kompot z cukrem 300ml, Kisiel z jabłkiem 200ml,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 60g ( <b>GLU</b> ), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Szyńka orzech 30g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Bukiet warzyw 60g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Kolacja godz.20.00:	Serek waniliowy 150g 1szt ( <b>MLE</b> ), Pieczywo chrupkie 20g,
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2625.87 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 120.35 g; Tłuszcz: 75.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.46 g; Węglowodany ogółem: 386.32 g; suma cukrów prostych: 97.92 g; Sól: 7.08 g; Błonnik pokarmowy: 41.50 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-04-04

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-04-04

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

Śniadanie:	Zupa mleczna z kaszą kukurydziana 300ml ( <b>MLE</b> ), Chleb baltonowski 60g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 50g ( <b>GLU</b> ), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Schab bednarza 40g, Ogórek 60g, Sałata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Krokiety z mięsem 2szt, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 120g, Kompot z cukrem 300ml, Mandarynka 2szt,
Kolacja:	Chleb baltonowski 150g ( <b>GLU</b> ), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Pasta z twarogu z tuńczykiem 60g ( <b>RYB, MLE</b> ), Polędwica sopocka 30g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Papryka świeża 60g, Sałata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Kolacja godz.20.00:	Kefir 200g 1szt ( <b>MLE</b> ), Krakеры 3szt ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</b> ),
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2481.66 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 109.10 g; Tłuszcz: 86.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.80 g; Węglowodany ogółem: 332.82 g; suma cukrów prostych: 95.78 g; Sól: 5.81 g; Błonnik pokarmowy: 34.42 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-04-05

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

Śniadanie:	Zupa mleczna z ryżem 300ml ( <b>MLE</b> ), Chleb baltonowski 60g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 50g ( <b>GLU</b> ), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Pasta z jajka z natką pietruszki 100g ( <b>JAJ, SOJ, GOR</b> ), Pomidor 60g, Sałata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Zupa minestrone z ziemniakami 400ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), Ryba dorsz panierowana 100g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ), Ziemniaki 180g, Surówka z kiszzonej kapusty 120g, Kompot z cukrem 300ml, Winogrona 150g,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 60g ( <b>GLU</b> ), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Serek topiony 50g 0.5szt ( <b>MLE</b> ), Szyunka cygańska 30g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Ogórek kiszony 60g, Sałata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Kolacja godz.20.00:	Kisiel 200ml, Wafle kukurydziane 2szt,
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2731.89 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 107.95 g; Tłuszcz: 92.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.50 g; Węglowodany ogółem: 387.73 g; suma cukrów prostych: 107.66 g; Sól: 9.43 g; Błonnik pokarmowy: 41.26 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-04-06

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

Śniadanie:	Kawa z mlekiem 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb baltonowski 60g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 50g ( <b>GLU</b> ), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Serek homogenizowany z koperkiem 100g ( <b>MLE</b> ), Papryka świeża 60g, Sałata zielona 5g,
Obiad:	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Filet kurczaka pieczony 100g, Sos musztardowy 80g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, GOR</b> ), Kasza gryczana na sypko 180g, Surówka z marchewki z chrzanem 120g ( <b>JAJ, SOJ, GOR</b> ), Kompot z cukrem 300ml, Koktajl jogurtowo bananowy 150ml ( <b>MLE</b> ),
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 60g ( <b>GLU</b> ), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Hummus z suszonymi pomidorami 60g ( <b>SOJ</b> ), Filet wędzony z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Ogórek 60g, Sałata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Kolacja godz.20.00:	Jogurt naturalny 150g 1szt ( <b>MLE</b> ), Pieczywo chrupkie 20g,
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2479.45 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 115.24 g; Tłuszcz: 71.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.45 g; Węglowodany ogółem: 367.97 g; suma cukrów prostych: 88.24 g; Sól: 5.13 g; Błonnik pokarmowy: 46.60 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-04-07

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

Śniadanie:	Kakao 300ml ( <b>MLE</b> ), Chleb baltonowski 60g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 50g ( <b>GLU</b> ), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Szyunka bankietowa 40g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Ogórek kiszony 60g, Sałata zielona 5g,
------------	---

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-04-07

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

Obiad: Zupa szczawiowa z ziemniakami zabelana śmietaną 12% tł. 400ml ( **MLE, SEL**), Gołąbek bez zawijania 150g 1szt , Sos pomidorowy 80g ( **GLU, SEL, GOR**), Ziemniaki 180g , Surówka z selera z ananasem i kukurydzą z majonezem 120g ( **JAJ, SOJ, SEL, GOR**), Kompot z cukrem 300ml , Ciasto marchewkowe 50g ( **GLU, JAJ**),

Kolacja: Chleb baltonowski 90g ( **GLU**), Chleb razowy 60g ( **GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Sałatka z kalafiora, pomidora, szynki i jajka 100g ( **GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR**), Polędwica drobiowa 30g ( **GLU, SOJ, SEL, GOR**), Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,

Kolacja godz.20.00: Jogurt owocowy 150g 1szt ( **MLE**), Biszkopty 5szt ( **GLU, JAJ**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2362.30 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 96.76 g; Tłuszcz: 71.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 352.49 g; suma cukrów prostych: 81.71 g; Sól: 7.23 g; Błonnik pokarmowy: 41.76 g;