

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-04-15

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie:	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLE), Chleb baltonowski 60g (GLU), Chleb razowy 50g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Twarożek ze szpinakiem 100g (MLE), Papryka świeża 60g , Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Obiad:	Barszcz biały z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400ml (GLU, SOJ, MLE, SEL), Pulpety z indyka 100g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 80ml (MLE, SEL), Kasza pęczak na sypko 180g (GLU), Surówka z marchewki i pora z olejem rzepakowym 120g , Kompot z cukrem 300ml , Mandarynka 2szt ,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Sałatka z ryżu z tuńczyka i bukietu warzyw 100g (RYB), Polędwica sopočka 30g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR), Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Kolacja godz.20.00:	Kefir 200g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 2szt ,
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2841.77 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 115.81 g; Tłuszcz: 77.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.02 g; Węglowodany ogółem: 445.82 g; suma cukrów prostych: 94.08 g; Sól: 7.36 g; Błonnik pokarmowy: 50.04 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-04-16

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie:	Zupa mleczna z ryżem 300ml (MLE), Chleb baltonowski 60g (GLU), Chleb razowy 50g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Schab wiśniowy 40g , Ogórek 60g , Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Obiad:	Zupa porowo serowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (MLE, SEL), Filet kurczaka pieczony 100g , Sos pieczarkowy 80g (MLE), Ziemniaki 180g , Fasolka szparagowa duet z masłem i bułką 120g (GLU, JAJ), Kompot z cukrem 300ml , Banan 1szt 150g ,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Ser twarogowy w kawałku 60g (MLE), Polędwica z kurcząt 30g , Pomidor 60g , Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Kolacja godz.20.00:	Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Biszkopty 5szt (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2481.64 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 110.34 g; Tłuszcz: 66.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.14 g; Węglowodany ogółem: 379.00 g; suma cukrów prostych: 112.65 g; Sól: 6.89 g; Błonnik pokarmowy: 38.56 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-04-17

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie:	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 60g (GLU), Chleb razowy 50g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Serek homogenizowany z pomidorami 100g , Papryka świeża 60g , Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Obiad:	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (MLE, SEL, GOR), Chłopski garnek z wieprzowiną i kielbasą 300g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR), Kajzerka 1szt , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 120g , Kompot z cukrem 300ml , Pomarańcza 1szt 150g ,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Szynka złota 30g , Hummus klasyczny 60g (SOJ), Rzodkiewka 60g , Sałata zielona 10g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Kolacja godz.20.00:	Serek owocowy 150g 1szt , Herbatniki 3szt (GLU, JAJ, MLE),
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 3032.38 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 129.06 g; Tłuszcz: 91.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.96 g; Węglowodany ogółem: 445.26 g; suma cukrów prostych: 118.39 g; Sól: 9.40 g; Błonnik pokarmowy: 47.20 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-04-18

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-04-18

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie:	Zupa mleczna z zacierkami 300ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb baltonowski 60g (GLU), Chleb razowy 50g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Schab bednarza 40g, Ogórek 60g, Salata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Zupa pejszanka z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (MLE, SEL, GOR), Kartacze z mięsem 3szt (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 120g, Kompot z cukrem 300ml, Mus owocowy saszetka 1szt,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Jajko w jogurcie z koperkiem 1szt (JAJ, MLE), Szynka konserwowa 30g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR), Pomidor 60g, Salata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Kolacja godz.20.00:	Kefir 200g 1szt (MLE), Pieczywo chrupkie 20g,
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2960.14 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 114.49 g; Tłuszcz: 90.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 445.08 g; suma cukrów prostych: 115.47 g; Sól: 7.56 g; Błonnik pokarmowy: 44.83 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-04-19

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie:	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (MLE), Chleb baltonowski 60g (GLU), Chleb razowy 50g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Ser żółty 40g (MLE), Papryka świeża 60g, Salata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Zupa zacierkowa 400ml (GLU, JAJ, SEL), Ryba dorsz panierowana 100g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki 180g, Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 120g, Kompot z cukrem 300ml, Winogrona 150g,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Polędwica drobiowa 30g, Pasztet z soczewicy i warzyw 60g (GLU, JAJ, SOJ, SEL), Ogórek kiszony 60g, Salata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Kolacja godz.20.00:	Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Wafle kukurydziane 2szt,
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2736.10 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 108.15 g; Tłuszcz: 79.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.86 g; Węglowodany ogółem: 416.87 g; suma cukrów prostych: 99.02 g; Sól: 7.09 g; Błonnik pokarmowy: 42.08 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-04-20

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie:	Kawa z mlekiem 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 60g (GLU), Chleb razowy 50g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Szynka bukowa 40g, Pomidor 60g, Salata zielona 5g,
Obiad:	Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (MLE, SEL), Kurczak po hawajsku 180g (SEL), Ryż biały na sypko 180g, Sałatka z buraczków i jabłka 120g, Kompot z cukrem 300ml, Jabłko 1szt,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Twarożek z koperkiem 60g (MLE), Schab wiśniowy 30g, Ogórek 60g, Salata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Kolacja godz.20.00:	Sok pomidorowy 200ml 1szt, Herbatniki 3szt (GLU, JAJ, MLE),
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2495.13 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 98.62 g; Tłuszcz: 79.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.27 g; Węglowodany ogółem: 363.47 g; suma cukrów prostych: 111.10 g; Sól: 6.61 g; Błonnik pokarmowy: 35.66 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-04-21

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie:	Kakao 300ml (MLE), Chleb baltonowski 60g (GLU), Chleb razowy 50g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Kielbasa szynkowa 40g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Papryka świeża 60g, Salata zielona 5g,
------------	--

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-04-21

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Obiad: Rosół z makaronem pszennym 400g (**GLU, SOJ, SEL**), Zraz schabowy z szynką 100g (**GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR**), Ziemniaki 180g , Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 120g , Kompot z cukrem 300ml , Ciasto jogurtowe 50g ,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Pasta z ryby pieczonej z warzywami 60g (**RYB, SEL**), Szynka zrazowa 30g , Marchewka Juniorka 60g , Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2223.19 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 110.68 g; Tłuszcz: 63.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.05 g; Węglowodany ogółem: 319.33 g; suma cukrów prostych: 77.69 g; Sól: 6.19 g; Błonnik pokarmowy: 34.91 g;