

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-04-29

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

Śniadanie:	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb baltonowski 60g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 50g ( <b>GLU</b> ), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Serek homogenizowany naturalny kg 100g, Jabłko 1szt, Dżem 1szt, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Zupa krem z białych warzyw zabieleny śmietaną 12% tł. z groszkiem ptysiowym 400ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Rolada schabowa nadziewana szpinakiem 100g, Sos ziołowy 80g ( <b>MLE</b> ), Ryż biały na sypko 180g, Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 120g, Kompot z cukrem 300ml, Mus owocowy saszetka 1szt
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 60g ( <b>GLU</b> ), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Polędwica z kurcząt 30g, Szynka złota 30g, Ogórek 60g, Sałata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Kolacja godz.20.00:	Serek waniliowy 150g 1szt ( <b>MLE</b> ), Biskopty 5szt ( <b>GLU, JAJ</b> ),
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2736.55 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 109.36 g; Tłuszcz: 82.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.82 g; Węglowodany ogółem: 409.96 g; suma cukrów prostych: 136.64 g; Sól: 6.77 g; Błonnik pokarmowy: 43.67 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-04-30

### 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, Szynka drobiowa 40g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ), Papryka świeża 60g, Sałata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Bitka z kurczaka 100g, Sos bazyliowy 80g ( <b>SEL, GOR</b> ), 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, Sałatka z kalafiora, pomidora, szynki i jajka 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ), Szynka bankietowa 30g, 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]: 2668.08 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 102.74 g; Tłuszcz: 80.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.46 g; Węglowodany ogółem: 403.16 g; suma cukrów prostych: 125.27 g; Sól: 8.49 g; Błonnik pokarmowy: 39.90 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-05-01

### 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, Ser żółty 40g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 60g, Sałata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Sos bolognese z mięsa wieprzowego 180g ( <b>SOJ, SEL</b> ), Makaron spaghetti 180g ( <b>GLU, SOJ</b> ), Surówka Colesław z olejem rzepakowym 120g, Kompot z cukrem 300ml, Jabłko 1szt,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 60g ( <b>GLU</b> ), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Szynka orzech 30g, Pasztet pieczony drobiowy 60g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), Rzodkiewka 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]: 2921.72 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 123.78 g; Tłuszcz: 98.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 405.93 g; suma cukrów prostych: 98.78 g; Sól: 8.28 g; Błonnik pokarmowy: 39.97 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-05-02

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALE w dniu: 2024-05-02

### 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> ), Krokietki 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, ORZ, 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> ), Krakersy 3szt ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</b> ),
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2432.04 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 102.95 g; Tłuszcz: 86.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.87 g; Węglowodany ogółem: 326.88 g; suma cukrów prostych: 96.38 g; Sól: 12.24 g; Błonnik pokarmowy: 33.49 g;

Dla: SZPITALE w dniu: 2024-05-03

### 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 szczawiowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100g ( <b>RYB</b> ), Sos koperkowy 80ml ( <b>MLE</b> ), Ziemniaki 180g , Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 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 , 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]: 2959.06 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 118.88 g; Tłuszcz: 110.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.41 g; Węglowodany ogółem: 393.15 g; suma cukrów prostych: 107.86 g; Sól: 9.42 g; Błonnik pokarmowy: 41.69 g;

Dla: SZPITALE w dniu: 2024-05-04

### 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 , Papryka świeża 60g , Sałata zielona 5g ,
Obiad:	Zupa jarzynowa 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 , 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]: 2645.13 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 113.54 g; Tłuszcz: 86.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 376.64 g; suma cukrów prostych: 90.03 g; Sól: 5.80 g; Błonnik pokarmowy: 45.71 g;

Dla: SZPITALE w dniu: 2024-05-05

### 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 , Ogórek kiszony 60g , Sałata zielona 5g ,
------------	---

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-05-05

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

Obiad:	Rosół z makaronem pszennym 400ml ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ), Gołąbek bez zawijania z ryżem brązowym 150g 1szt , Sos pomidorowy 80g ( <b>MLE</b> ), Ziemniaki 180g , Surówka z selera z ananasem i kukurydzą z majonezem 120g ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ), Kompot z cukrem 300ml , Ciasto jogurtowe 50g ,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 60g ( <b>GLU</b> ), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Sałatka z brokuła, jajka i wędliny 100g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ), Polędwica drobiowa 30g , Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Kolacja godz.20.00:	Jogurt owocowy 150g 1szt ( <b>MLE</b> ), Biszkopty 5szt ( <b>GLU, JAJ</b> ),
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2419.19 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 99.21 g; Tłuszcz: 71.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.97 g; Węglowodany ogółem: 366.07 g; suma cukrów prostych: 84.65 g; Sól: 11.36 g; Błonnik pokarmowy: 45.03 g;