

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-05-20

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 z truskawkami 100g (MLE), Dżem 25g 1szt , Jabłko 1szt , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Obiad:	Zupa krem z dyni zabieleny śmietaną 12% tł. z grzankami 400ml (MLE, SEL), Pulpet drobiowy 100g (JAJ), Sos pomidorowy 80g (MLE), Kasza bulgur na sypko 180g , Surówka z selera z ananasem i kukurydzą z majonezem 120g (JAJ, SOJ, SEL, GOR), Kompot z cukrem 300ml , Banan 1szt 150g ,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Szyntka gotowana 30g , Polędwica drobiowa 30g , Ogórek kiszony 60g , 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]: 2900.34 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 105.24 g; Tłuszcz: 81.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 460.45 g; suma cukrów prostych: 169.40 g; Sól: 7.42 g; Błonnik pokarmowy: 47.38 g;

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-05-21

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 , Szyntka orzech 40g , Pomidor 60g , Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Obiad:	Zupa neapolitanka z łazankami 400ml (GLU, SOJ, MLE, SEL), Bitka schabowa pieczona 100g , Sos pieczeniowy 80g (MLE), Ziemniaki 180g , Surówka z marchewki z chrzanem 120g (JAJ, SOJ, GOR), Kompot z cukrem 300ml , Drożdżówka z jabłkiem 1szt (GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEZ),
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Pasta z jajka i wędliny 60g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR), Polędwica miodowa 30g , Ogórek 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]: 2755.55 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 122.06 g; Tłuszcz: 78.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 409.56 g; suma cukrów prostych: 104.21 g; Sól: 8.57 g; Błonnik pokarmowy: 42.05 g;

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-05-22

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie:	Zupa mleczna z kaszą manna 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 60g (GLU), Chleb razowy 50g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Pasta z twarogu z tuńczykiem 100g (RYB, MLE), Rzodkiewka 60g , Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Obiad:	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 400g (SEL), Filet z kurczaka pieczony 100g , Sos pieczarkowy 80g (MLE), Kasza gryczana na sypko 180g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 120g , Kompot z cukrem 300ml , Koktajl jogurtowo truskawkowy 150ml (MLE),
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Serek topiony w plastrach 2szt (MLE), Polędwica z kurcząt 30g , Papryka świeża 60g , Sałata zielona 5g , 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]: 2773.32 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 123.15 g; Tłuszcz: 89.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.68 g; Węglowodany ogółem: 388.69 g; suma cukrów prostych: 115.76 g; Sól: 13.00 g; Błonnik pokarmowy: 38.37 g;

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-05-23

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-05-23

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie:	Zupa mleczna z kaszą kukurydziana 300ml (MLE), Chleb baltonowski 60g (GLU), Chleb razowy 50g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Szynka gotowana 40g, Ogórek 60g, Sałata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (MLE, SEL), Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 180g, Buraczki gotowane 120g, Kompot z cukrem 300ml, Mandarynka 2szt,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Smalczyk z fasoli 60g, Kiełbasa szynkowa 30g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pomidor 60g, Sałata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Kolacja godz.20.00:	Kefir 200g 1szt (MLE), Wafle kukurydziane 2szt,
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2742.79 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 100.46 g; Tłuszcz: 96.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 389.73 g; suma cukrów prostych: 89.91 g; Sól: 10.60 g; Błonnik pokarmowy: 43.93 g;

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-05-24

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, Ser żółty 40g (MLE), Papryka świeża 60g, Sałata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), Kluski leniwe 300g, Sos jogurtowy z owocami 80ml (MLE), Jabłka prażone 80g, Kompot z cukrem 300ml, Winogrona 150g,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Paprykarz z makreli 60g (SEL), Polędwica sopocka 30g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR), Ogórek kiszony 60g, Sałata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Kolacja godz.20.00:	Pieczywo chrupkie 20g, Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE),
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2947.91 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 112.29 g; Tłuszcz: 97.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 423.41 g; suma cukrów prostych: 118.34 g; Sól: 6.82 g; Błonnik pokarmowy: 36.53 g;

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-05-25

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 bankietowa 40g, Ogórek 60g, Sałata zielona 5g,
Obiad:	Zupa z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (MLE, SEL), Wieprzowina duszona 100g, Sos cebulowy 80g, Kasza pęczak na sypko 180g (GLU), Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 120g, Kompot z cukrem 300ml, Pomarańcza 1szt 150g,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Polędwica drobiowa 30g, Ser twarogowy w kawałku 60g (MLE), Pomidor 60g, Sałata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Kolacja godz.20.00:	Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Krakersy 3szt (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ),
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2314.33 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 105.45 g; Tłuszcz: 66.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 341.11 g; suma cukrów prostych: 86.38 g; Sól: 10.75 g; Błonnik pokarmowy: 38.52 g;

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-05-26

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie:	Kakao 300ml (MLE), Chleb baltonowski 60g (GLU), Chleb razowy 50g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Schab po żydowsku 40g, Papryka świeża 60g, Sałata zielona 5g,
------------	--

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-05-26

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**GLU, SOJ, MLE, SEL**), Udka z kurczaka pieczone 120g (**SEL, GOR**), Ziemniaki 180g , Marchewka z groszkiem 120g , Kompot z cukrem 300ml , Ciasto drożdżowe 50g ,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Sałatka bawarska 100g (**GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR**), Szyunka gotowana 30g , Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,

Kolacja godz.20.00: Wafle ryżowe 3szt , Kefir 200g 1szt (**MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2446.84 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 97.40 g; Tłuszcz: 69.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.45 g; Węglowodany ogółem: 374.29 g; suma cukrów prostych: 78.25 g; Sól: 10.26 g; Błonnik pokarmowy: 35.83 g;