

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-05-27

### 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 waniliowy 100g, Jabłko 1szt, Dżem 25g 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</b> ), Schab pieczony 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, Pasztet pieczony drobiowy 60g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), 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> ), Biszkopty 5szt ( <b>GLU, JAJ</b> ),
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 3094.72 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 114.06 g; Tłuszcz: 100.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.84 g; Węglowodany ogółem: 451.83 g; suma cukrów prostych: 170.71 g; Sól: 8.81 g; Błonnik pokarmowy: 38.11 g;

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-05-28

### 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> ), Filet z kurczaka panierowany z płatkami kukurydzianymi 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Ziemniaki 180g, Kapusta młoda zasmażana z pomidorami pelati 120g, 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]: 2528.21 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 98.43 g; Tłuszcz: 70.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.78 g; Węglowodany ogółem: 392.27 g; suma cukrów prostych: 118.49 g; Sól: 7.49 g; Błonnik pokarmowy: 35.81 g;

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-05-29

### 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, Twarożek z papryką i szczypiorkiem 100g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 60g, Sałata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Zupa kapuśniak z kwaszonej kapusty z ziemniakami 400ml ( <b>SEL</b> ), Sos bolognese z mięsa wieprzowego 180g ( <b>SEL</b> ), Makaron świderki 180g ( <b>GLU, SOJ</b> ), Surówka z selera z anansem i kukurydzą z majonezem 120g ( <b>JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ), Kompot z cukrem 300ml, Arbuź 200g,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy 60g ( <b>GLU</b> ), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Szynka orzech 30g, Szynka z piersi indyka 30g, Rzodkiewka 60g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Kolacja godz.20.00:	Jogurt owocowy 150g 1szt ( <b>MLE</b> ), Pieczywo chrupkie 20g,
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2382.38 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 101.79 g; Tłuszcz: 66.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.81 g; Węglowodany ogółem: 363.29 g; suma cukrów prostych: 95.24 g; Sól: 8.32 g; Błonnik pokarmowy: 37.01 g;

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-05-30

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALE w dniu: 2024-05-30

### 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:	Zupa botwinka z ziemniakami zabieleną śmietaną 12%tł. 400ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Krokietki z mięsem 2szt , Surówka Coleslaw z olejem rzepakowym 120g , Kompot z cukrem 300ml , Mandarynka 2szt ,
Kolacja:	Chleb baltonowski 150g ( <b>GLU</b> ), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Pasta z soczewicy z warzywami 60g ( <b>SOJ, SEL</b> ), Szynka śląska 30g , Papryka świeża 60g , Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Kolacja godz.20.00:	Kefir 200g 1szt ( <b>MLE</b> ), Krakery 3szt ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</b> ),
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2517.33 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 101.38 g; Tłuszcz: 88.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.86 g; Węglowodany ogółem: 346.81 g; suma cukrów prostych: 93.82 g; Sól: 7.80 g; Błonnik pokarmowy: 35.66 g;

Dla: SZPITALE w dniu: 2024-05-31

### 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>SEL</b> ), Ryba dorsz panierowana 100g ( <b>GLU, JAJ, RYB</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 , Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Szynka cygańska 30g , Ogórek kiszony 60g , Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Kolacja godz.20.00:	Serek owocowy 150g 1szt , Wafle kukurydziane 2szt ,
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2756.87 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 117.90 g; Tłuszcz: 102.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.05 g; Węglowodany ogółem: 357.00 g; suma cukrów prostych: 98.49 g; Sól: 8.35 g; Błonnik pokarmowy: 34.38 g;

Dla: SZPITALE w dniu: 2024-06-01

### 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 , Serek homogenizowany z koperkiem 100g , Papryka świeża 60g , Sałata zielona 5g ,
Obiad:	Żurek z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Bitka z kurczaka 100g , Sos musztardowy 80g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, GOR</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 180g ( <b>GLU</b> ), Surówka z marchewki z anansem i kukurydzą 120g , 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]: 2565.77 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 104.68 g; Tłuszcz: 81.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.58 g; Węglowodany ogółem: 371.49 g; suma cukrów prostych: 87.03 g; Sól: 6.63 g; Błonnik pokarmowy: 37.88 g;

Dla: SZPITALE w dniu: 2024-06-02

### 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 , Szynka bankietowa 40g , Rzodkiewka 60g , Sałata zielona 5g ,
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 białej rzepy z jabłkiem z jogurtem 2% tł. 120g ( <b>MLE</b> ), Kompot z cukrem 300ml , Ciasto jogurtowe 50g ,

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-06-02

### Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

#### IP 1/ Podstawowa

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Salátka z brokula, jajka i wędliny z majonezem 100g (**GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR**), Polędwica drobiowa 30g , Salata 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]: 2555.83 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 103.22 g; Tłuszcz: 81.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.61 g; Węglowodany ogółem: 370.53 g; suma cukrów prostych: 86.57 g; Sól: 7.56 g; Błonnik pokarmowy: 38.12 g;