

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-03

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 oliwkami 100g (MLE), Pomidor 60g , Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Obiad:	Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (MLE, SEL), Filet z indyka pieczony 100g , Sos śmietanowo szpinakowy 80g (MLE), Ryż biały na sypko 180g , Surówka z kapusty czerwonej 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 , Szynka z kurcząt 30g , Polędwica sopocka 30g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR), Ogórek 60g , Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Kolacja godz.20.00:	Serek waniliowy 150g 1szt (MLE), Wafle ryżowe 2szt ,
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2456.78 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 120.60 g; Tłuszcz: 62.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 368.71 g; suma cukrów prostych: 108.62 g; Sól: 8.33 g; Błonnik pokarmowy: 32.03 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-04

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 , Schab wiśniowy 40g , Papryka świeża 60g , Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Obiad:	Zupa zacierkowa 400ml (GLU, JAJ, SEL), Kotlet pożarski (smażony) 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki 180g , Marchewka z groszkiem 120g , Kompot z cukrem 300ml , Truskawki 100g ,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Pasta z makreli i twarogu 60g (MLE), Polędwica miódowa 30g , Rzodkiewka 60g , Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Kolacja godz.20.00:	Kefir 200g 1szt (MLE), Herbatniki 3szt (GLU, JAJ, MLE),
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2610.93 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 107.63 g; Tłuszcz: 82.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 377.41 g; suma cukrów prostych: 95.33 g; Sól: 9.60 g; Błonnik pokarmowy: 35.51 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-05

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 , Ser żółty 40g (MLE), Pomidor 60g , Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Obiad:	Zupa krem z soczewicy zabieleną śmietaną 12% tł. z groszkiem ptysiowym 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Schab pieczony w sosie własnym 100g (MLE), Kopytka 200g , Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 120g , Kompot z cukrem 300ml , Jabłko 1szt ,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Serek topiony w plastrach 2szt (MLE), Szynka konserwowa 30g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR), Ogórek 60g , Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Kolacja godz.20.00:	Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Krakery 3szt (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ),
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2827.65 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 121.22 g; Tłuszcz: 81.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 414.02 g; suma cukrów prostych: 92.53 g; Sól: 7.71 g; Błonnik pokarmowy: 38.95 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-06

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 , Szynka złota 40g , Papryka świeża 60g , Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
------------	--

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-06-06

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Obiad: Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Filet z kurczaka panierowany z sezamem 100g (**GLU, JAJ, SEZ**), Ziemniaki 180g , Surówka kopenhaska z jogurtem naturalnym 2%tł. 120g (**MLE, GOR**), Kompot z cukrem 300ml , Banan 1szt 150g ,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Pasta z kurczaka wędzonego z twarogiem 60g , Szyńka bednarza 30g , Ogórek kiszony 60g , Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2462.38 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 97.55 g; Tłuszcz: 68.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.90 g; Węglowodany ogółem: 363.87 g; suma cukrów prostych: 112.58 g; Sól: 7.61 g; Błonnik pokarmowy: 34.68 g;

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-06-07

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 , Pasta z ryby pieczonej z warzywami 100g (**RYB, SEL**), Pomidor 60g , Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,

Obiad: Zupa grochowa z ziemniakami 400ml (**SEL**), Naleśniki z serem 2szt , Jabłka prażone 80g , Sos waniliowy 80g (**MLE**), Kompot z cukrem 300ml , Pomarańcza 1szt 150g ,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Jajko w jogurcie z koperkiem 1szt (**JAJ, MLE**), Szyńka cygańska 30g , Marchewka Juniorka 60g , Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,

Kolacja godz.20.00: Serek waniliowy 150g 1szt (**MLE**), Wafle kukurydziane 3szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2778.61 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 131.30 g; Tłuszcz: 74.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.83 g; Węglowodany ogółem: 413.62 g; suma cukrów prostych: 156.10 g; Sól: 8.21 g; Błonnik pokarmowy: 36.58 g;

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-06-08

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 , Serek homogenizowany z ogórkiem i szczypiorkiem 100g , Papryka świeża 60g , Sałata zielona 5g ,

Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Pieczeń rzymska 100g (**GLU, JAJ**), Sos chrzanowy 80g (**JAJ, SOJ, MLE, GOR**), Kasza gryczana na sypko 180g , Buraczki gotowane 120g , Kompot z cukrem 300ml , Koktail jogurtowo-owocowy b/c 200g (**MLE**),

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 60g , Kiełbasa szynkowa 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Ogórek 60g , Sałata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,

Kolacja godz.20.00: Jogurt naturalny 150g 1szt (**MLE**), Pieczywo chrupkie 20g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2738.71 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 113.06 g; Tłuszcz: 97.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.64 g; Węglowodany ogółem: 363.47 g; suma cukrów prostych: 88.39 g; Sól: 8.11 g; Błonnik pokarmowy: 38.98 g;

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-06-09

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie: Kakao 300ml (**MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 50g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Szyńka z piersi indyka 40g , Pomidor 60g , Sałata zielona 5g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-06-09

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabelana śmietaną 12% tł. 400ml (**GLU, SOJ, MLE, SEL**), Kotlet schabowy wieprzowy (smażony) 100g (**GLU, JAJ**), Ziemniaki 180g , Kapusta młoda zasmażana z koperkiem 120g , Kompot z cukrem 300ml , Ciasto drożdżowe 50g ,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Ser żółty 30g (**MLE**), Szynka zrazowa 30g , Ogórek kiszony 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]: 2422.26 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 96.37 g; Tłuszcz: 75.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 335.96 g; suma cukrów prostych: 70.86 g; Sól: 7.58 g; Błonnik pokarmowy: 30.67 g;