

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-10

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 rzodkiewką i szczypiorkiem 100g (MLE), Papryka świeża 60g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Obiad:	Zupa szczawiowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (MLE, SEL), Pulpety z indyka 100g (JAJ), Sos koperkowy 80ml (MLE), Kasza pęczak na sypko 180g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 120g , Kompot z cukrem 300ml , Arbuz 200g 200g ,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Sałatka z ryżu brązowego z tuńczyka i bukietu warzyw 100g (RYB), Polędwica sopocka 30g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR), Mix sałat 10g , 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]: 2472.15 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 105.60 g; Tłuszcz: 67.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.41 g; Węglowodany ogółem: 379.88 g; suma cukrów prostych: 91.18 g; Sól: 6.12 g; Błonnik pokarmowy: 38.87 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-11

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 , Schab wiśniowy 40g , Ogórek 60g , Rukola 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Obiad:	Zupa botwinka 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 150g 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 , Rukola 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]: 2391.48 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 101.14 g; Tłuszcz: 63.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.53 g; Węglowodany ogółem: 364.41 g; suma cukrów prostych: 113.36 g; Sól: 5.72 g; Błonnik pokarmowy: 34.02 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-12

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 , Rukola 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Obiad:	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (MLE, SEL), Chłopski garnek z wieprzowiną i kielbasą 300g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR), Kajzerka 1szt , Surówka z młodej kapusty z marchewką i koperkiem z olejem rzepakowym 120g , Kompot z cukrem 300ml , Pomarańcza 150g 150g ,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Szynka złota 30g , Hummus klasyczny 60g (SOJ), Rzodkiewka 60g , Rukola 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]: 2879.64 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 114.88 g; Tłuszcz: 88.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.33 g; Węglowodany ogółem: 428.12 g; suma cukrów prostych: 112.12 g; Sól: 7.78 g; Błonnik pokarmowy: 43.50 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-13

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-06-13

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, Sałata zielona 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Zupa pejszanka z ziemniakami zabelana śmietaną 12% tł. 400ml (MLE, SEL), Pierogi z mięsem z cebulką 300g 6szt (GLU, SOJ, SEL), Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 120g, Kompot z cukrem 300ml, Mus owocowy saszetka 100g 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, Sałata 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]: 2666.41 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 110.77 g; Tłuszcz: 91.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 364.82 g; suma cukrów prostych: 104.65 g; Sól: 6.89 g; Błonnik pokarmowy: 32.11 g;

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-06-14

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, Roszponka 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), Ryba dorsz panierowana 100g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki 180g, Surówka z kiszanej kapusty z olejem rzepakowym 120g, Kompot z cukrem 300ml, Winogrona 150g 150g,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Polędwica drobiowa 30g, Pasztet z soczewicy i warzyw 60g (JAJ, SOJ, SEL), Ogórek kiszony 60g, Roszponka 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]: 2735.15 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 112.66 g; Tłuszcz: 80.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.91 g; Węglowodany ogółem: 402.55 g; suma cukrów prostych: 96.65 g; Sól: 7.92 g; Błonnik pokarmowy: 39.92 g;

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-06-15

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, Mix sałat 10g,
Obiad:	Zupa brukselkowa z ziemniakami zabelana 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 150g 1szt,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Serek topiony 50g 0.5szt (MLE), Schab wiśniowy 30g, Ogórek 60g, Mix sałat 10g, 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]: 2338.92 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 82.40 g; Tłuszcz: 71.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.36 g; Węglowodany ogółem: 358.53 g; suma cukrów prostych: 100.95 g; Sól: 7.07 g; Błonnik pokarmowy: 35.38 g;

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-06-16

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, Mix sałat 10g,
------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-06-16

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Obiad:	Rosół z makaronem pszennym 400ml (GLU, SOJ, SEL), Zraz schabowy z szynką 100g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR), Sos ziołowy 80g (MLE), Kluski śląskie 200g (GLU, JAJ, SOJ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 120g, Kompot z cukrem 300ml, Ciasto piaskowe 50g 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, Mix sałaty 10g, 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]: 2651.07 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 117.10 g; Tłuszcz: 86.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.13 g; Węglowodany ogółem: 350.70 g; suma cukrów prostych: 77.41 g; Sól: 8.48 g; Błonnik pokarmowy: 32.33 g;