

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-17

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 150g 1szt , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Obiad:	Zupa z zielonego groszku po florencu z ziemniakami zabelana śmietaną 12% tł. 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 150g 150g ,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Szyntka gotowana 30g , Polędwica drobiowa 30g , Ogórek kiszony 60g , Mix sałat 10g , 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]: 2737.07 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 107.04 g; Tłuszcz: 66.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.35 g; Węglowodany ogółem: 448.34 g; suma cukrów prostych: 161.02 g; Sól: 7.21 g; Błonnik pokarmowy: 42.26 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-18

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 , Rukola 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Obiad:	Zupa porowo serowa z ziemniakami zabelana śmietaną 12% tł. 400ml (MLE, SEL), Bitka schabowa pieczona 100g , Sos pieczeniowy 80g (MLE), Makaron penne 180g (GLU, SOJ), 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 , Rukola 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Kolacja godz.20.00:	Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Biskopki 5szt (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2870.42 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 125.10 g; Tłuszcz: 88.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.20 g; Węglowodany ogółem: 402.54 g; suma cukrów prostych: 101.68 g; Sól: 8.15 g; Błonnik pokarmowy: 33.68 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-19

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 , Rukola 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Obiad:	Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400ml (SEL), Filet z kurczaka pieczony 100g , Sos pieczarkowy 80g (MLE), Kasza gryczana na sypko 180g , Mizeria z jogurtem 120g (MLE), 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 plasterkach 2szt (MLE), Polędwica z kurcząt 30g , Papryka świeża 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]: 2823.80 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 132.72 g; Tłuszcz: 84.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 403.60 g; suma cukrów prostych: 105.39 g; Sól: 6.71 g; Błonnik pokarmowy: 39.47 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-20

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-20

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, Szyunka 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, Arbuż 200g,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Smalczyk z fasoli 60g, Szyunka śląska 30g, 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]: 2409.74 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 98.05 g; Tłuszcz: 69.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.97 g; Węglowodany ogółem: 366.58 g; suma cukrów prostych: 94.50 g; Sól: 7.65 g; Błonnik pokarmowy: 37.47 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-21

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, Roszponka 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 400g (SEL), Pierogi z serem i truskawkami 300g 6szt (GLU, SOJ, SEL), Sos jogurtowy z owocami 80ml (MLE), Jabłka prażone 80g, Kompot z cukrem 300ml, Nektarynka 130g 1szt,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Paprykarz z makreli 60g (SEL), Polędwica sopočka 30g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR), Ogórek kiszony 60g, Roszponka 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]: 2920.41 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 121.51 g; Tłuszcz: 93.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.55 g; Węglowodany ogółem: 408.05 g; suma cukrów prostych: 108.49 g; Sól: 7.24 g; Błonnik pokarmowy: 35.06 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-22

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, Szyunka bankietowa 40g, Ogórek 60g, Mix sałat 10g,
Obiad:	Zupa z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (MLE, SEL), Szyunka pieczona 100g, Sos cebulowy 80g, Kasza pęczak na sypko 180g (GLU), Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 120g, Kompot z cukrem 300ml, Pomarańcza 150g 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, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Kolacja godz.20.00:	Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Krakery 3szt (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ),
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2304.28 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 105.20 g; Tłuszcz: 63.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.87 g; Węglowodany ogółem: 326.72 g; suma cukrów prostych: 80.92 g; Sól: 7.58 g; Błonnik pokarmowy: 32.43 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-23

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, Mix sałat 10g,
------------	--

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-06-23

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**), Ryż biały na sypko 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 , Salatka bawarska 100g (**GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR**), Szyunka gotowana 30g , Mix sałat 10g , 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]: 2523.85 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 99.47 g; Tłuszcz: 78.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.79 g; Węglowodany ogółem: 368.79 g; suma cukrów prostych: 66.75 g; Sól: 7.63 g; Błonnik pokarmowy: 30.93 g;