

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-24

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 waniliowy 100g, Jabłko 150g 1szt, Dżem 25g 1szt, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Zupa krem z białych warzyw zabieleny śmietaną 12% tł. z groszkiem ptysiowym 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Rolada schabowa nadziewana szpinakiem 100g, Sos ziołowy 80g (MLE), Kasza bulgur na sypko 180g, Surówka z czerwonej kapusty 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, Pasztet pieczony drobiowy 60g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Szynka złota 30g, Ogórek 60g, Szpinak baby 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Kolacja godz.20.00:	Serek owocowy 150g 1szt, Biskopki 5szt (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 3091.16 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 105.34 g; Tłuszcz: 104.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.95 g; Węglowodany ogółem: 450.96 g; suma cukrów prostych: 164.53 g; Sól: 8.83 g; Błonnik pokarmowy: 39.21 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-25

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 drobiowa 40g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR), Papryka świeża 60g, Rukola 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), Filet z kurczaka pieczony 100g, Sos bazyliowy 80g (SEL, GOR), Ziemniaki 180g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 120g, Kompot z cukrem 300ml, Banan 150g,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Sałatka z kalafiora, pomidora, szynki i jajka 100g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR), Szynka bankietowa 30g, Rukola 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Kolacja godz.20.00:	Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Herbatniki 3szt (GLU, JAJ, MLE),
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2579.83 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 107.39 g; Tłuszcz: 58.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.20 g; Węglowodany ogółem: 417.04 g; suma cukrów prostych: 119.59 g; Sól: 6.85 g; Błonnik pokarmowy: 38.64 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-26

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, Twarożek z papryką i szczypiorkiem 100g (MLE), Pomidor 60g, Rukola 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (MLE, SEL), Sos bolognese z mięsa wieprzowego 180g (SEL), Makaron świderki 180g (GLU, SOJ), Surówka z młodej kapusty z marchewką i koperkiem z olejem rzepakowym 120g, Kompot z cukrem 300ml, Arbuzy 200g 200g,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Szynka orzech 30g, Szynka z piersi indyka 30g, Rzodkiewka 60g, Rukola 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Kolacja godz.20.00:	Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Pieczywo chrupkie 20g,
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2461.20 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 102.11 g; Tłuszcz: 66.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.80 g; Węglowodany ogółem: 365.64 g; suma cukrów prostych: 97.71 g; Sól: 5.68 g; Błonnik pokarmowy: 37.19 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-27

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-27

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 , Schab bednarza 40g , Ogórek 60g , Salata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Obiad:	Zupa botwinka z ziemniakami zabelana śmietaną 12%tł. 400ml (MLE, SEL), Krokiety z mięsem 2szt , Surówka Coleslaw z olejem rzepakowym 120g , Kompot z cukrem 300ml , Jablko 150g 1szt ,
Kolacja:	Chleb baltonowski 150g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Pasta z soczewicy z warzywami 60g (SOJ, SEL), Szynka śląska 30g , Papryka świeża 60g , Salata zielona 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Kolacja godz.20.00:	Kefir 200g 1szt (MLE), Krakery 3szt (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ),
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2609.96 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 101.06 g; Tłuszcz: 92.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.16 g; Węglowodany ogółem: 347.95 g; suma cukrów prostych: 94.53 g; Sól: 6.39 g; Błonnik pokarmowy: 35.77 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-28

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 , Pasta z jajka z natką pietruszki 100g (JAJ, SOJ, GOR), Pomidor 60g , Roszponka 5g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Obiad:	Zupa minestrone z ziemniakami 400ml (SEL), Ryba dorsz panierowana 100g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki 180g , Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 120g , Kompot z cukrem 300ml , Brzoskwinia 150g 1szt ,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Ser żółty 30g (MLE), Szynka cygańska 30g , Rzodkiewka 60g , Roszponka 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]: 2637.45 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 118.52 g; Tłuszcz: 92.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.32 g; Węglowodany ogółem: 349.70 g; suma cukrów prostych: 88.30 g; Sól: 7.14 g; Błonnik pokarmowy: 36.10 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-29

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 koperkiem 100g , Papryka świeża 60g , Mix sałat 10g ,
Obiad:	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana śmietaną 12% tł. 400ml (MLE, SEL), Filet kurczaka pieczony 100g , Sos musztardowy 80g (JAJ, SOJ, MLE, GOR), Kasza gryczana na sypko 180g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 120g , Kompot z cukrem 300ml , Koktajl jogurtowo bananowy 150ml (MLE),
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Hummus z suszonymi pomidorami 60g (SOJ), Filet wędzony z indyka 30g , Ogórek 60g , Mix sałat 10g , 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]: 2567.56 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 110.34 g; Tłuszcz: 80.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.51 g; Węglowodany ogółem: 363.60 g; suma cukrów prostych: 88.78 g; Sól: 6.91 g; Błonnik pokarmowy: 39.35 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-06-30

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie:	Kakao 300ml (MLE), Chleb baltonowski 60g (GLU), Chleb razowy 50g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Szynka bankietowa 40g , Ogórek kiszony 60g , Mix sałat 10g ,
Obiad:	Rosół z makaronem pszennym 400ml (GLU, SOJ, SEL), Gołąbek bez zawijania z ryżem brązowym 150g 1szt , Sos pomidorowy 80g (MLE), Ziemniaki 180g , Surówka z pora z majonezem 120g (JAJ, SOJ, GOR), Kompot z cukrem 300ml , Ciasto jogurtowe 50g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-06-30

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Sałatka z brokuła, jajka i wędliny z jogurtem naturalnym 2%tł. 100g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR**), Polędwica drobiowa 30g , Mix sałat 10g , 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]: 2645.42 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 103.53 g; Tłuszcz: 85.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.42 g; Węglowodany ogółem: 365.38 g; suma cukrów prostych: 82.64 g; Sól: 8.15 g; Błonnik pokarmowy: 37.96 g;