

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-07-08

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, Rukola 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Zupa szczawiowa z ziemniakami zabiela 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), Rukola 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]: 2520.55 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 105.46 g; Tłuszcz: 67.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.41 g; Węglowodany ogółem: 379.59 g; suma cukrów prostych: 91.08 g; Sól: 6.12 g; Błonnik pokarmowy: 38.73 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-07-09

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 zabiela 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, Twarożek z natką pietruszki 60g (MLE), Polędwica z kurczątką 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]: 2540.96 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 104.84 g; Tłuszcz: 70.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.14 g; Węglowodany ogółem: 382.81 g; suma cukrów prostych: 111.69 g; Sól: 6.95 g; Błonnik pokarmowy: 33.79 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-07-10

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, Szpinak baby 5g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Zupa koperkowa z ziemniakami zabiela 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, Nektarynka 130g 1szt,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Szynka złota 30g, Hummus klasyczny 60g (SOJ), Rzodkiewka 60g, Szpinak baby 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]: 2879.32 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 114.85 g; Tłuszcz: 88.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.33 g; Węglowodany ogółem: 428.06 g; suma cukrów prostych: 112.10 g; Sól: 7.78 g; Błonnik pokarmowy: 43.47 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-07-11

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-07-11

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 90g, Sałata zielona 10g, 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 150g, 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 90g, Sałata zielona 10g, 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]: 2716.41 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: SZPITAL w dniu: 2024-07-12

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, Pasztet z soczewicy i warzyw 100g (JAJ, SOJ, SEL), Papryka świeża 90g, Roszponka 10g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Zupa brokułowa z ziemniakami zabelana śmietaną 12% tł. 400ml (MLE, SEL), Ryba dorsz panierowana 100g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki 180g, Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 150g, Kompot z cukrem 300ml, Brzoskwinia 150g 1szt,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Polędwica drobiowa 30g, Ser żółty 30g (MLE), Ogórek małosolny 90g, Roszponka 10g, 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]: 2674.28 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 112.91 g; Tłuszcz: 80.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.83 g; Węglowodany ogółem: 386.61 g; suma cukrów prostych: 81.77 g; Sól: 7.92 g; Błonnik pokarmowy: 40.26 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-07-13

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 90g, Szpinak baby 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 150g, 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 90g, Szpinak baby 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]: 2340.20 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 82.51 g; Tłuszcz: 71.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.36 g; Węglowodany ogółem: 358.76 g; suma cukrów prostych: 101.03 g; Sól: 7.07 g; Błonnik pokarmowy: 35.49 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-07-14

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie:	Kakao 300ml (MLE), Chleb baltonowski 60g (GLU), Chleb razowy 50g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Pasta z ryby pieczonej z warzywami 100g (RYB, SEL), Papryka świeża 90g, Szpinak baby 10g,
------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-07-14

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 150g, Kompot z cukrem 300ml, Ciasto piaskowe 50g 50g,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Szynka z piersi indyka 30g, Paszтет pieczony drobiowy 60g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Marchewka Juniorka 90g, Szpinak baby 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]: 2823.17 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 132.37 g; Tłuszcz: 102.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 340.48 g; suma cukrów prostych: 80.56 g; Sól: 9.04 g; Błonnik pokarmowy: 32.07 g;