

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALE w dniu: 2024-08-05

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 90g , Rukola 10g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Obiad:	Zupa ogórkowa 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 150g , Kompot z cukrem 300ml , Arbuz 200g 1szt ,
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 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]: 2551.54 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 106.72 g; Tłuszcz: 68.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.53 g; Węglowodany ogółem: 384.10 g; suma cukrów prostych: 94.17 g; Sól: 6.51 g; Błonnik pokarmowy: 40.32 g;

Dla: SZPITALE w dniu: 2024-08-06

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 , Schab wiśniowy 40g , Ogórek 90g , Rukola 10g , 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 150g (GLU, JAJ), Kompot z cukrem 300ml , Sliwki 150g 2szt ,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Twarożek z natką pietruszki 60g (MLE), Polędwica z kurczątką 30g , Pomidor 90g , Rukola 10g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Kolacja godz.20.00:	Jogurt naturalny 150g 1szt (MLE), Biskwopty 5szt (GLU, JAJ),
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2501.13 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 100.95 g; Tłuszcz: 80.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.98 g; Węglowodany ogółem: 354.44 g; suma cukrów prostych: 100.21 g; Sól: 6.98 g; Błonnik pokarmowy: 35.92 g;

Dla: SZPITALE w dniu: 2024-08-07

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 90g , Szpinak baby 10g , 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 150g , 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), Ogórek małosolny 90g , Szpinak baby 10g , 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]: 2912.25 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 116.28 g; Tłuszcz: 89.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.43 g; Węglowodany ogółem: 432.70 g; suma cukrów prostych: 114.27 g; Sól: 7.84 g; Błonnik pokarmowy: 44.72 g;

Dla: SZPITALE w dniu: 2024-08-08

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-08-08

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 zabieleną 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 1szt (JAJ), Szyunka 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]: 2752.14 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 111.76 g; Tłuszcz: 93.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.69 g; Węglowodany ogółem: 370.99 g; suma cukrów prostych: 108.53 g; Sól: 6.97 g; Błonnik pokarmowy: 33.91 g;

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-08-09

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:	Barszcz biały z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400ml (GLU, SOJ, 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]: 2737.14 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 117.55 g; Tłuszcz: 85.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 388.86 g; suma cukrów prostych: 93.19 g; Sól: 8.76 g; Błonnik pokarmowy: 42.55 g;

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-08-10

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 bukowa 40g, Pomidor 90g, Szpinak baby 10g,
Obiad:	Zupa brukselkowa z ziemniakami zabieleną 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 almette 30g 1szt, Schab wiśniowy 50g, 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]: 2390.05 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 89.69 g; Tłuszcz: 70.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.94 g; Węglowodany ogółem: 367.69 g; suma cukrów prostych: 107.03 g; Sól: 6.21 g; Błonnik pokarmowy: 37.08 g;

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-08-11

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), Rzepa biała 90g, Szpinak baby 10g,
------------	--

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-08-11

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**), Ziemniaki 200g , Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 150g , Kompot z cukrem 300ml , Ciasto piaskowe 50g 50Por ,

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**), Papryka świeża 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]: 2663.23 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 126.18 g; Tłuszcz: 86.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.98 g; Węglowodany ogółem: 346.19 g; suma cukrów prostych: 83.83 g; Sól: 8.04 g; Błonnik pokarmowy: 37.14 g;