

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-09-02

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), Potrawka z indyka 180g (SEL), Kasza pęczak na sytko 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]: 2476.90 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 83.98 g; Tłuszcz: 70.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.32 g; Węglowodany ogółem: 383.77 g; suma cukrów prostych: 95.98 g; Sól: 5.91 g; Błonnik pokarmowy: 41.70 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-09-03

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 ziemniaczana 400ml (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 , Śliwki 100g 2szt ,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Serek almette 30g 1szt , Polędwica z kurczątką 50g , Pomidor 90g , Rukola 10g , 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]: 2454.51 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 99.88 g; Tłuszcz: 79.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.40 g; Węglowodany ogółem: 345.50 g; suma cukrów prostych: 88.45 g; Sól: 7.41 g; Błonnik pokarmowy: 34.08 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-09-04

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 kiełbasą 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), Rzepa biała 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]: 2921.25 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 115.70 g; Tłuszcz: 89.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.40 g; Węglowodany ogółem: 434.62 g; suma cukrów prostych: 117.27 g; Sól: 8.84 g; Błonnik pokarmowy: 42.68 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-09-05

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 ,
------------	---

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-09-05

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

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 1szt (**JAJ**), 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]: 2742.81 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 111.10 g; Tłuszcz: 92.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 370.00 g; suma cukrów prostych: 107.90 g; Sól: 5.97 g; Błonnik pokarmowy: 33.88 g;

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-09-06

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 , Paszтет z soczewicy i warzyw 100g (**JAJ, SOJ, SEL**), Papryka świeża 90g , Roszponka 10g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,

Obiad: Barszcz biały z ziemniakami zabelany 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 kiszony 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: 2024-09-07

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 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]: 2414.83 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 93.74 g; Tłuszcz: 71.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.31 g; Węglowodany ogółem: 367.90 g; suma cukrów prostych: 107.03 g; Sól: 6.56 g; Błonnik pokarmowy: 37.08 g;

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-09-08

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 ,

Obiad: Rosół z makaronem pszennym 400ml (**GLU, SOJ, SEL**), Bitka schabowa pieczona 100g , Sos ziołowy 80g (**MLE**), Ziemniaki 200g , Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 150g , Kompot z cukrem 300ml , Ciasto piaskowe 50g 1Por ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-09-08

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Szyńka z piersi indyka 30g , Pasztet 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]: 2712.98 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 121.06 g; Tłuszcz: 95.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.51 g; Węglowodany ogółem: 342.35 g; suma cukrów prostych: 82.00 g; Sól: 7.46 g; Błonnik pokarmowy: 36.13 g;