

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-09-30

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), Ogórek 90g , Rukola 10g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Obiad:	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana śmietaną 12% tł. 400ml (MLE, SEL), Pulpety z indyka 100g (JAJ), Sos koperkowy 80g (MLE), Kasza pęczak na sypko 180g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 150g , Kompot z cukrem 300ml , Arbuż 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]: 2532.64 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 106.09 g; Tłuszcz: 68.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.46 g; Węglowodany ogółem: 380.21 g; suma cukrów prostych: 90.91 g; Sól: 6.53 g; Błonnik pokarmowy: 38.74 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-10-01

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 kiszony 90g , Rukola 10g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Obiad:	Barszcz czerwony z ziemniakami zabelany 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 , Śliwki 100g 2szt ,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Pasta z fasoli z warzywami 60g (SEL, GOR), Polędwica z kurczątką 30g , Pomidor 90g , Rukola 10g , 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]: 2560.71 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 100.21 g; Tłuszcz: 82.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.83 g; Węglowodany ogółem: 367.55 g; suma cukrów prostych: 91.03 g; Sól: 9.04 g; Błonnik pokarmowy: 41.05 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-10-02

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 , Pasta z makreli i twarogu 100g (MLE), Papryka świeża 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Obiad:	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana śmietaną 12% tł. 400ml (MLE, SEL), Chłopski garnek z wieprzowiną i kielbasą 300g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR), Kajzerka 1szt , Surówka wielowarzywna 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), Marchewka talarki mix 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
Kolacja godz.20.00:	Jogurt owocowy 150g 1szt (MLE), Herbatniki 3szt (GLU, JAJ, MLE),
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 3134.50 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 129.02 g; Tłuszcz: 98.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.84 g; Węglowodany ogółem: 438.42 g; suma cukrów prostych: 117.76 g; Sól: 10.25 g; Błonnik pokarmowy: 45.51 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-10-03

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-10-03

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, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Zupa peyzanka 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), Szynka konserwowa 30g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR), Pomidor 90g, Mix sałat 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: SZPITAL w dniu: 2024-10-04

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:	Żurek z ziemniakami zabieleny 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 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]: 2710.89 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 117.86 g; Tłuszcz: 84.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.29 g; Węglowodany ogółem: 382.35 g; suma cukrów prostych: 86.68 g; Sól: 9.60 g; Błonnik pokarmowy: 42.02 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-10-05

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, Mix sałat 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 homogenizowany z natką pietruszki 60g, Schab wiśniowy 30g, Ogórek 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Kolacja godz.20.00:	Serek waniliowy 150g 1szt (MLE), Herbatniki 3szt (GLU, JAJ, MLE),
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2553.83 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 109.44 g; Tłuszcz: 75.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.78 g; Węglowodany ogółem: 377.40 g; suma cukrów prostych: 117.33 g; Sól: 6.18 g; Błonnik pokarmowy: 35.98 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-10-06

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), Rzodkiewka 90g, Szpinak baby 10g,
------------	---

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-10-06

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Obiad:	Rosół z makaronem pszennym 400ml (GLU, SOJ, SEL), Bitka schabowa pieczona 100g , Sos ziołowy 80g (MLE), Ziemniaki 180g , Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 150g , Kompot z cukrem 300ml , Ciasto piaskowe 50g 1Por ,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Szyńka z piersi indyka 30g , Pasztecik 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]: 2677.70 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 120.43 g; Tłuszcz: 95.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.46 g; Węglowodany ogółem: 333.84 g; suma cukrów prostych: 79.50 g; Sól: 7.44 g; Błonnik pokarmowy: 34.60 g;