

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-09-16

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 naturalny 100g, Jabłko 150g 1szt, Dżem 25g 1szt, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (MLE, SEL), Rolada schabowa nadziewana szpinakiem 100g, Sos ziołowy 80g (MLE), Ryż biały na sypko 180g, Surówka z czerwonej kapusty 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, Pasztet pieczony drobiowy 60g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Szynka złota 30g, Ogórek 90g, Rukola 10g, 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]: 3020.46 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 97.83 g; Tłuszcz: 92.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.08 g; Węglowodany ogółem: 436.98 g; suma cukrów prostych: 164.60 g; Sól: 8.02 g; Błonnik pokarmowy: 36.83 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-09-17

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), Rzepa biała 90g, Rukola 10g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), Filet z indyka pieczony 100g, Sos bazyliowy 80g (SEL, GOR), Ziemniaki 180g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 150g, Kompot z cukrem 300ml, Gruszka 1szt,
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 10g, 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]: 2523.85 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 105.05 g; Tłuszcz: 59.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.07 g; Węglowodany ogółem: 406.38 g; suma cukrów prostych: 104.65 g; Sól: 6.91 g; Błonnik pokarmowy: 41.76 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-09-18

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, Pasta z twarogu z tuńczykiem 100g (RYB, MLE), Rzodkiewka 90g, Szpinak baby 10g, 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 kokardki 180g (GLU, SOJ), Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 150g, Kompot z cukrem 300ml, Śliwki 100g 3szt,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Szynka orzech 30g, Szynka z piersi indyka 30g, Pomidor 90g, Szpinak baby 10g, 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]: 2477.77 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 106.10 g; Tłuszcz: 70.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.13 g; Węglowodany ogółem: 355.00 g; suma cukrów prostych: 87.75 g; Sól: 8.43 g; Błonnik pokarmowy: 35.16 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-09-19

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-09-19

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 90g, Salata zielona 10g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Obiad:	Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny śmietaną 12%tł. 400ml (MLE, SEL), Krokiety z mięsem 2szt, Surówka Coleslaw z olejem rzepakowym 150g, 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 90g, Salata zielona 10g, 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]: 2655.14 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 102.25 g; Tłuszcz: 94.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.35 g; Węglowodany ogółem: 353.82 g; suma cukrów prostych: 98.23 g; Sól: 7.85 g; Błonnik pokarmowy: 37.31 g;

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-09-20

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, Pasta z jajka z natką pietruszki 100g (JAJ, SOJ, GOR), Pomidor 90g, Roszponka 10g, 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 150g, Kompot z cukrem 300ml, Brzoskwinia 150g 1szt,
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Serek almette 30g 1szt, Szynka cygańska 50g, Rzepa biała 90g, Roszponka 10g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,
Kolacja godz.20.00:	Serek waniliowy 150g 1szt (MLE), Wafle kukurydziane 2szt,
Wartości odżywcze:	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2879.89 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 143.30 g; Tłuszcz: 102.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.96 g; Węglowodany ogółem: 365.43 g; suma cukrów prostych: 101.87 g; Sól: 7.35 g; Błonnik pokarmowy: 39.26 g;

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-09-21

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 90g, Szpinak baby 10g,
Obiad:	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400ml (SEL), Filet kurczaka pieczony 100g, Sos pieczarkowy 80g (MLE), Kasza gryczana na sypko 180g, Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150g, Kompot z cukrem 300ml, Koktajl bananowo malinowy 150ml (MLE),
Kolacja:	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 60g (GLU), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Ser żółty 30g (MLE), Filet wędzony z indyka 30g, Ogórek 90g, Szpinak baby 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]: 2630.52 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 106.53 g; Tłuszcz: 95.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.27 g; Węglowodany ogółem: 349.07 g; suma cukrów prostych: 93.79 g; Sól: 6.20 g; Błonnik pokarmowy: 40.58 g;

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-09-22

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 90g, Szpinak baby 10g,
Obiad:	Rosół z makaronem pszennym 400ml (GLU, SOJ, SEL), Befsztyk wieprzowy z cebulką (smażony) 100g (JAJ), Ziemniaki 180g, Mizeria z jogurtem 150g (MLE), Kompot z cukrem 300ml, Ciasto jogurtowe 50g,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-09-22

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Paszтет z ciecioriki i warzyw 60g (**SOJ, SEL**), Polędwica drobiowa 30g , Pomidor 90g , Szpinak baby 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]: 2407.24 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 107.02 g; Tłuszcz: 76.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.24 g; Węglowodany ogółem: 318.44 g; suma cukrów prostych: 78.07 g; Sól: 8.42 g; Błonnik pokarmowy: 26.63 g;