

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-10-21

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 oliwkami 100g (**MLE**), Rzodkiewka 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cukrem 300ml ,
- Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Bigos z kapusty z mięsem i kielbasą 300g (**GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR**), Ziemniaki 180g , Kompot z cukrem 300ml , Banan 150g 1szt ,
- Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Paszтет pieczony drobiowy 60g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Polędwica sopocka 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Ogórek 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cukrem 300ml ,
- Kolacja godz. 20:00: Ciastko owocowy 150g 1szt , Wafle ryżowe 2szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2654.82 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 101.08 g; Tłuszcz: 80.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 369.45 g; suma cukrów prostych: 109.26 g; Sól: 12.50 g; Błonnik pokarmowy: 38.52 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-10-22

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 , Schab wiśniowy 40g , Pomidor 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cukrem 300ml ,
- Obiad: Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Pulpet drobiowy 100g (**JAJ**), Sos koperkowy 80g (**MLE**), Ryż biały na sypko 180g , Marchewka z groszkiem 150g , Kompot z cukrem 300ml , Mandarynka 2szt ,
- Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Pasta z makreli i twarogu 60g (**MLE**), Polędwica miodowa 30g , Papryka świeża 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cukrem 300ml ,
- Kolacja godz. 20:00: Ciastko 200g 1szt (**MLE**), Herbatniki 3szt (**GLU, JAJ, MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2654.62 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 108.05 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.70 g; Węglowodany ogółem: 387.62 g; suma cukrów prostych: 107.05 g; Sól: 8.50 g; Błonnik pokarmowy: 36.98 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-10-23

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 , Ser żółty 50g (**MLE**), Ogórek 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cukrem 300ml ,
- Obiad: Zupa dyniowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Wieprzowina szarpana 180g (**SEL, SEZ**), Kopytka 200g , Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 150g , Kompot z cukrem 300ml , Jabłko 150g 1szt ,
- Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Sałatka jarzynowa 100g (**JAJ, SOJ, SEL, GOR**), Szyunka konserwowa 30g (**GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR**), Pomidor 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cukrem 300ml ,
- Kolacja godz. 20:00: Ciastko naturalny 150g 1szt (**MLE**), Biszkopty 5szt (**GLU, JAJ**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2862.57 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 107.90 g; Tłuszcz: 89.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.10 g; Węglowodany ogółem: 421.52 g; suma cukrów prostych: 102.25 g; Sól: 9.00 g; Błonnik pokarmowy: 43.74 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-10-24

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 , Szyunka złota 40g , Ogórek kiszony 90g , Sałata zielona 10g , Herbata z cytryną i cukrem 300ml ,
- Obiad: Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (**GLU, SEL**), Filet z kurczaka pieczony 100g , Sos estragonowy 80g (**MLE**), Ziemniaki 180g , Surówka kopenhaska z jogurtem naturalnym 2%tł. 150g (**MLE, GOR**), Kompot z cukrem 300ml , Gruszka 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-10-24

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Pasta z kurczaka wędzonego z twarogiem 60g, Szynka bednarza 30g, Papryka świeża 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20:00: Ort owocowy 150g 1szt (**MLE**), Krakеры 3szt (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2434.56 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 103.07 g; Tłuszcz: 67.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.04 g; Węglowodany ogółem: 353.25 g; suma cukrów prostych: 102.30 g; Sól: 8.26 g; Błonnik pokarmowy: 36.23 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-10-25

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, Pasta z ryby pieczonej z warzywami 100g (**RYB, SEL**), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Zupa fasolowa z ziemniakami 400ml (**SEL**), Naleśniki z serem 2szt, Jabłka prażone 80g, Sos waniliowy 80g (**MLE**), Kompot z cukrem 300ml, Pomarańcza 150g 150g,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Jajko w jogurcie z koperkiem 1szt (**JAJ, MLE**), Szynka cygańska 30g, Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20:00: Wafle 200g 1szt (**MLE**), Wafle kukurydziane 2szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2675.74 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 114.67 g; Tłuszcz: 72.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.51 g; Węglowodany ogółem: 397.05 g; suma cukrów prostych: 144.78 g; Sól: 7.87 g; Błonnik pokarmowy: 36.38 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-10-26

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 ogórkiem i szczypiorkiem 100g, Papryka świeża 90g, Mix sałat 10g,

Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Pieczeń rzymska 100g (**GLU, JAJ**), Sos chrzanowy 80g (**JAJ, SOJ, MLE, GOR**), Kasza gryczana na sypko 180g, Buraczki gotowane 150g, Kompot z cukrem 300ml, Koktail jogurtowo-owocowy b/c 200g 200g (**MLE**),

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 60g, Kielbasa szynkowa 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Ogórek 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20:00: Ort naturalny 150g 1szt (**MLE**), Pieczywo chrupkie 20g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2738.48 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 114.71 g; Tłuszcz: 94.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 370.95 g; suma cukrów prostych: 93.03 g; Sól: 7.18 g; Błonnik pokarmowy: 40.82 g;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-10-27

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie: Kakao 300ml (**MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 50g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Szynka z piersi indyka 40g, Pomidor 90g, Mix sałat 10g,

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem białym zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Kotlet schabowy wieprzowy (smażony) 100g (**GLU, JAJ**), Ziemniaki 180g, Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 120g, Kompot z cukrem 300ml, Ciasto drożdżowe 50g,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Ser żółty 30g (**MLE**), Szynka zrazowa 30g, Ogórek kiszony 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20:00: Ort owocowy 150g 1szt (**MLE**), Krakеры 3szt (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ**),

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-10-27

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2501.15 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 101.00 g; Tłuszcz: 81.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.09 g; Węglowodany ogółem: 338.15 g; suma cukrów prostych: 71.92 g; Sól: 8.26 g; Błonnik pokarmowy: 31.28 g;