

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALE w dniu: 2024-11-04

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 truskawkami 100g (**MLE**), Dżem 25g 1szt , Jabłko 150g 1szt , Herbata z cukrem 300ml ,

Obiad: Zupa z zielonego groszku po florencku z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Kofta drobiowa 100g , Sos pomidorowy 80ml (**MLE**), Kasza bulgur na sypko 180g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 150g , Kompot z cukrem 300ml , Banan 150g 1szt ,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Smalczyk z fasoli 60g , Polędwica drobiowa 30g , Ogórek kiszony 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cukrem 300ml ,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2910.37 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 108.47 g; Tłuszcz: 68.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.89 g; Węglowodany ogółem: 475.13 g; suma cukrów prostych: 165.31 g; Sól: 7.25 g; Błonnik pokarmowy: 47.44 g; WW: 47.76 Por;

Dla: SZPITALE w dniu: 2024-11-05

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300ml (**MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 50g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Szyńka orzech 40g , Pomidor 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cukrem 300ml ,

Obiad: Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami 400ml (**SEL**), Wieprzowina szarpana 180g (**SEL, SEZ**), Kluski śląskie 200g (**GLU, JAJ, SOJ**), Surówka z marchewki z chrzanem 150g , Kompot z cukrem 300ml , Mandarynka 130g 2szt ,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Pasta z jajka z natką pietruszki 60g (**JAJ, SOJ, GOR**), Polędwica miodowa 30g , Ogórek 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cukrem 300ml ,

Kolacja godz. 20:00: Ort naturalny 150g 1szt (**MLE**), Biszkopty 5szt (**GLU, JAJ**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2639.98 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 106.77 g; Tłuszcz: 85.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.35 g; Węglowodany ogółem: 373.85 g; suma cukrów prostych: 101.82 g; Sól: 8.68 g; Błonnik pokarmowy: 39.07 g; WW: 0.00 Por;

Dla: SZPITALE w dniu: 2024-11-06

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 , Szyńka cygańska 40g , Marchewka Juniorka 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cukrem 300ml ,

Obiad: Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Filet kurczaka pieczony 100g , Sos musztardowy 80ml (**JAJ, SOJ, MLE, GOR**), Kasza gryczana na sypko 180g , Surówka Colesław z olejem rzepakowym 150g , Kompot z cukrem 300ml , Koktajl jogurtowo truskawkowy 150ml (**MLE**),

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Ser żółty 30g (**MLE**), Polędwica z kurcząt 30g , Papryka świeża 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cukrem 300ml ,

Kolacja godz. 20:00: Ort owocowy 150g 1szt (**MLE**), Wafle kukurydziane 2szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2721.35 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 108.88 g; Tłuszcz: 92.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.66 g; Węglowodany ogółem: 364.56 g; suma cukrów prostych: 93.69 g; Sól: 7.78 g; Błonnik pokarmowy: 38.47 g; WW: 36.55 Por;

Dla: SZPITALE w dniu: 2024-11-07

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 , Twarożek ze szpinakiem 100g (**MLE**), Pomidor 90g , Sałata zielona 10g , Herbata z cukrem 300ml ,

Obiad: Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 100g (**GLU, JAJ**), Ziemniaki 180g , Buraczki gotowane 150g , Kompot z cukrem 300ml , Gruszka 150g 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALE w dniu: 2024-11-07

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Szynka drobiowa 30g (**GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR**), Pasta z wędliny i warzyw 60g (**GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR**), Ogórek 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20:00 200g 1szt (**MLE**), Herbatniki 3szt (**GLU, JAJ, MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2513.55 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 104.16 g; Tłuszcz: 75.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.34 g; Węglowodany ogółem: 359.04 g; suma cukrów prostych: 99.58 g; Sól: 9.75 g; Błonnik pokarmowy: 36.45 g; WW: 0.00 Por;

Dla: SZPITALE w dniu: 2024-11-08

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, Paprykarz z makreli 100g (**SEL**), Papryka świeża 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Zupa grochowa z ziemniakami 400ml (**SEL**), Kluski leniwe 300g, Sos jogurtowy z owocami 80g (**MLE**), Jabłka prażone 80g, Kompot z cukrem 300ml, Pomarańcza 150g 150g,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Serek almette 30g 1szt, Połędwica sopocka 50g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Ogórek kiszony 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20:00 Piernik 20g, Jogurt naturalny 150g 1szt (**MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2875.88 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 141.00 g; Tłuszcz: 97.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.46 g; Węglowodany ogółem: 407.23 g; suma cukrów prostych: 132.40 g; Sól: 9.37 g; Błonnik pokarmowy: 36.54 g; WW: 0.00 Por;

Dla: SZPITALE w dniu: 2024-11-09

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie: Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (**GLU, MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 50g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Szynka bankietowa 40g, Ogórek 90g, Mix sałat 10g,

Obiad: Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Karkówka pieczona 100g, Sos chrzanowy 80ml (**JAJ, SOJ, MLE, GOR**), Kasza pęczak na sytko 180g (**GLU**), Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem z olejem rzepakowym 150g, Kompot z cukrem 300ml, Winogrona 150g 150g,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Połędwica drobiowa 30g, Pasta twarogowo buraczkowa 60g (**MLE**), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2547.27 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 95.78 g; Tłuszcz: 87.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.86 g; Węglowodany ogółem: 346.18 g; suma cukrów prostych: 98.69 g; Sól: 6.23 g; Błonnik pokarmowy: 37.57 g; WW: 0.00 Por;

Dla: SZPITALE w dniu: 2024-11-10

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie: Kakao na mleku 300ml (**MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 50g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Schab po żydowsku 40g, Papryka świeża 90g, Mix sałat 10g,

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**GLU, SOJ, MLE, SEL**), Udka z kurczaka pieczone 120g (**SEL, GOR**), Ziemniaki 180g, Marchewka z groszkiem 150g, Kompot z cukrem 300ml, Ciasto drożdżowe 50g,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Sałatka bawarska 100g (**GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR**), Szynka gotowana 30g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2557.14 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 99.93 g; Tłuszcz: 81.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 359.82 g; suma cukrów prostych: 71.59 g; Sól: 7.25 g; Błonnik pokarmowy: 34.28 g; WW: 0.00 Por;