

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-11-11

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, Serek homogenizowany naturalny 100g, Jabłko 150g 1szt, Dżem 25g 1szt, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Zupa dyniowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Rolada schabowa nadziewana szpinakiem 100g, Sos ziołowy 80ml (**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, Ser żółty 30g (**MLE**), Szyunka złota 30g, Ogórek 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20:00k owocowy 150g 1szt, Pieczywo chrupkie 20g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2756.15 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 90.14 g; Tłuszcz: 76.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.99 g; Węglowodany ogółem: 412.35 g; suma cukrów prostych: 154.59 g; Sól: 7.40 g; Błonnik pokarmowy: 35.45 g; WW: 41.38 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-11-12

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 drobiowa 40g (**GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR**), Ogórek kiszony 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Zupa fasolowa z ziemniakami 400ml (**SEL**), Bitka z kurczaka 100g, Sos bazyliowy 80ml (**SEL, GOR**), Ziemniaki 180g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 150g, Kompot z cukrem 300ml, Gruszka 150g 1szt,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Sałatka z kalafiora, pomidora i jajka z jogurtem naturalnym 2% tł. 100g (**JAJ, MLE**), Szyunka bankietowa 30g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20:00ort naturalny 150g 1szt (**MLE**), Herbatniki 3szt (**GLU, JAJ, MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2563.88 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 108.11 g; Tłuszcz: 68.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.57 g; Węglowodany ogółem: 392.38 g; suma cukrów prostych: 104.31 g; Sól: 9.66 g; Błonnik pokarmowy: 41.37 g; WW: 39.26 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-11-13

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, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Zupa koperkowa 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, Banan 150g 1szt,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Szyunka orzech 30g, Szyunka z piersi indyka 30g, Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2569.93 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 106.09 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.28 g; Węglowodany ogółem: 378.06 g; suma cukrów prostych: 108.46 g; Sól: 7.77 g; Błonnik pokarmowy: 35.03 g; WW: 0.00 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-11-14

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, Bukiet warzyw 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z 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, Jabłko 150g 1szt,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-11-14

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Kolacja: Chleb baltonowski 150g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Pasta z soczewicy z warzywami 60g (**SOJ, SEL**), Szynka śląska 30g, Ogórek 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cukrem 300ml,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2653.06 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 102.21 g; Tłuszcz: 94.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.34 g; Węglowodany ogółem: 353.32 g; suma cukrów prostych: 98.06 g; Sól: 7.85 g; Błonnik pokarmowy: 37.21 g; WW: 0.00 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-11-15

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, Jajko w jogurcie z koperkiem 2szt (**JAJ, MLE**), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Zupa minestrone z ziemniakami 400ml (**SEL**), Ryba dorsz panierowana 100g (**GLU, JAJ, RYB**), Ziemniaki 180g, Surówka z kiszanej kapusty z olejem rzepakowym 150g, Kompot z cukrem 300ml, Mandarynka 130g 2szt,

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2737.56 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 134.42 g; Tłuszcz: 92.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.38 g; Węglowodany ogółem: 359.37 g; suma cukrów prostych: 100.09 g; Sól: 8.84 g; Błonnik pokarmowy: 36.95 g; WW: 0.00 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-11-16

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

Obiad: Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400ml (**SEL**), Filet kurczaka pieczony 100g, Sos pieczarkowy 80ml (**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, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20:00 200g 1szt (**MLE**), Biszkopty 5szt (**GLU, JAJ**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2507.13 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 101.90 g; Tłuszcz: 87.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.05 g; Węglowodany ogółem: 340.93 g; suma cukrów prostych: 89.26 g; Sól: 6.61 g; Błonnik pokarmowy: 40.77 g; WW: 0.00 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-11-17

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, Szynka bankietowa 40g, Ogórek kiszony 90g, Mix sałat 10g,

Obiad: Rosół z makaronem pszennym 400ml (**GLU, SOJ, SEL**), Befszyk wieprzowy z cebulką (smażony) 100g (**JAJ**), Ziemniaki 180g, Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 150g, Kompot z cukrem 300ml, Ciasto jogurtowe 50g,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Serek almette 30g 1szt, Polędwica drobiowa 50g, Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20:00 200g 1szt (**MLE**), Pieczywo chrupkie 20g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2473.91 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 108.59 g; Tłuszcz: 81.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.55 g; Węglowodany ogółem: 323.54 g; suma cukrów prostych: 79.51 g; Sól: 10.51 g; Błonnik pokarmowy: 30.03 g; WW: 0.00 Por;