

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-02

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**), Pałki z kurczaka pieczone 2szt, 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 (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Ogórek 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]: 3106.70 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 121.37 g; Tłuszcz: 84.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.76 g; Węglowodany ogółem: 476.43 g; suma cukrów prostych: 166.82 g; Sól: 5.31 g; Błonnik pokarmowy: 47.44 g; WW: 47.89 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-03

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 (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Zupa kapuśniak z kiszzonej 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 (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Ogórek kiszony 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2674.58 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 107.96 g; Tłuszcz: 89.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 371.19 g; suma cukrów prostych: 99.44 g; Sól: 9.51 g; Błonnik pokarmowy: 38.95 g; WW: 37.20 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-04

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 (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Rzodkiewka 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 kurczątką 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), 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]: 2715.68 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 108.32 g; Tłuszcz: 93.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 361.28 g; suma cukrów prostych: 90.93 g; Sól: 7.15 g; Błonnik pokarmowy: 37.65 g; WW: 36.18 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-05

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, Jabłko 150g 1szt,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-05

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, 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]: 2648.17 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 106.79 g; Tłuszcz: 80.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.06 g; Węglowodany ogółem: 378.47 g; suma cukrów prostych: 115.99 g; Sól: 10.03 g; Błonnik pokarmowy: 36.49 g; WW: 38.01 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-06

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

Obiad: Zupa grochowa z ziemniakami 400ml (**SEL**), Pierogi z serem 300g 6szt (**GLU, SOJ, SEL**), Sos jogurtowy z owocami 80g (**MLE**), Jabłka prażone 80g, Kompot z cukrem 300ml, Pomarańcza 150g 150szt,

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. 21:00 Ciasteczko chrupkie 20g, Jogurt naturalny 150g 1szt (**MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 13512.38 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 329.40 g; Tłuszcz: 143.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.98 g; Węglowodany ogółem: 2938.93 g; suma cukrów prostych: 2056.00 g; Sól: 11.06 g; Błonnik pokarmowy: 462.09 g; WW: 287.28 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-07

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 (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), 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 sypko 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 (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), 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]: 2574.70 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 97.06 g; Tłuszcz: 89.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.91 g; Węglowodany ogółem: 346.44 g; suma cukrów prostych: 98.63 g; Sól: 6.05 g; Błonnik pokarmowy: 37.57 g; WW: 34.79 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-08

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 (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), 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, Ziemniaki 180g, Marchewka z groszkiem 150g, Kompot z cukrem 300ml, Ciasto drożdżowe 50g (**GLU, JAJ**),

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

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-08

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2498.24 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 97.52 g; Tłuszcz: 79.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.71 g; Węglowodany ogółem: 351.90 g; suma cukrów prostych: 71.57 g; Sól: 7.27 g; Błonnik pokarmowy: 34.05 g; WW: 35.23 Por;