

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-09

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

Obiad: Zupa szczawiowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Rolada schabowa nadziewana warzywami 100g (**SEL**), 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**), Szynka złota 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), 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]: 2854.98 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 92.68 g; Tłuszcz: 78.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.43 g; Węglowodany ogółem: 432.79 g; suma cukrów prostych: 155.76 g; Sól: 7.87 g; Błonnik pokarmowy: 37.93 g; WW: 43.40 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-10

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, SEL, GOR**), Ogórek kiszony 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (**GLU, SEL**), Bitka z kurczaka 100g, Sos bazyliowy 80ml (**SEL**), Ziemniaki 180g, Surówka z pora, marchewki i jabłka 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**), Szynka bankietowa 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), 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]: 2649.27 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 105.44 g; Tłuszcz: 72.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.03 g; Węglowodany ogółem: 404.79 g; suma cukrów prostych: 104.37 g; Sól: 8.76 g; Błonnik pokarmowy: 39.05 g; WW: 40.53 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-11

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, Szynka orzech 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Szynka z piersi indyka 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), 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]: 2578.36 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 106.45 g; Tłuszcz: 70.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.64 g; Węglowodany ogółem: 378.40 g; suma cukrów prostych: 108.43 g; Sól: 7.69 g; Błonnik pokarmowy: 34.29 g; WW: 37.97 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-12

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 (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Bukiet warzyw 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-12

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami zabelany śmietaną 12%tł. 400ml (**MLE, SEL**), Krokiety z mięsem 2szt , Surówka Coleslaw z olejem rzepakowym 150g , Kompot z cukrem 300ml , Jabłko 150g 1szt ,

Kolacja: Chleb baltonowski 150g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt , Pasta z soczewicy z warzywami 60g (**SOJ, SEL**), Szynka śląska 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), 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]: 2651.42 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 103.26 g; Tłuszcz: 94.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.29 g; Węglowodany ogółem: 352.87 g; suma cukrów prostych: 95.39 g; Sól: 8.18 g; Błonnik pokarmowy: 38.22 g; WW: 35.52 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-13

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 (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), 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]: 2722.64 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 135.64 g; Tłuszcz: 90.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 360.12 g; suma cukrów prostych: 100.37 g; Sól: 11.65 g; Błonnik pokarmowy: 36.77 g; WW: 36.02 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-14

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 (**MLE**), 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 (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), 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]: 2530.51 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 102.86 g; Tłuszcz: 89.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.70 g; Węglowodany ogółem: 342.21 g; suma cukrów prostych: 98.54 g; Sól: 6.56 g; Błonnik pokarmowy: 39.77 g; WW: 34.33 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-15

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 (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), 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 , Drożdżówka z jabłkiem 1szt (**GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEZ**),

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-15

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2504.94 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 111.02 g; Tłuszcz: 83.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 324.42 g; suma cukrów prostych: 71.50 g; Sól: 9.54 g; Błonnik pokarmowy: 31.00 g; WW: 32.48 Por;