

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-16

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**), Papryka świeża 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: Ciasto owocowy 150g 1szt, Wafle ryżowe 2szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2667.42 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 101.45 g; Tłuszcz: 80.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.64 g; Węglowodany ogółem: 371.26 g; suma cukrów prostych: 112.25 g; Sól: 9.49 g; Błonnik pokarmowy: 38.17 g; WW: 37.17 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-17

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 (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), 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 80ml (**MLE**), Kasza jęczmienna na sypko 180g (**GLU**), Marchewka z groszkiem 150g, Kompot z cukrem 300ml, Pomarańcza 150g 1szt,
- Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Pasta z makreli i twarogu 60g (**MLE**), Polędwica miodowa 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Ogórek kiszony 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,
- Kolacja godz. 20:00: Ciasto 200g 1szt (**MLE**), Herbatniki 3szt (**GLU, JAJ, MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2710.65 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 108.92 g; Tłuszcz: 81.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.49 g; Węglowodany ogółem: 392.79 g; suma cukrów prostych: 106.50 g; Sól: 8.21 g; Błonnik pokarmowy: 40.26 g; WW: 39.36 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-18

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 z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Wieprzowina szarpana 180g (**SEL, SEZ**), Ryż biały na sypko 180g, Surówka z pora, marchewki i jabłka 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 makaronowa z szynką i warzywami 150g (**GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR**), Szynka konserwowa 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,
- Kolacja godz. 20:00: Tort naturalny 150g 1szt (**MLE**), Biszkopty 5szt (**GLU, JAJ**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2785.07 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 108.87 g; Tłuszcz: 90.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.03 g; Węglowodany ogółem: 398.53 g; suma cukrów prostych: 110.69 g; Sól: 7.03 g; Błonnik pokarmowy: 45.37 g; WW: 39.99 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-19

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 złota 40g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Ogórek kiszony 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-19

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Obiad: Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (**GLU, SEL**), Filet z kurczaka pieczony 100g, Sos estragonowy 80ml (**MLE**), Ziemniaki 180g, Surówka kopenhaska z jogurtem naturalnym 2%tł. 150g (**MLE, GOR**), Kompot z cukrem 300ml, Gruszka 150g 1szt,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Pasta twarogowa z warzywami i suszonymi pomidorami 60g (**MLE, SEL**), Szyńka bednarza 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Papryka świeża 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cukrem 300ml,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2480.18 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 104.35 g; Tłuszcz: 61.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.02 g; Węglowodany ogółem: 378.27 g; suma cukrów prostych: 95.60 g; Sól: 8.23 g; Błonnik pokarmowy: 38.40 g; WW: 37.80 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-20

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 z ciecierzycy z ziemniakami 400g (**SOJ, SEL**), Naleśniki z serem 2szt, Jabłka prażone 80g, Sos waniliowy 80ml (**MLE**), Kompot z cukrem 300ml, Mandarynka 130g 2szt,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Jajko w jogurcie z koperkiem 1szt (**JAJ, MLE**), Szyńka cygańska 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 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]: 2712.24 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 113.87 g; Tłuszcz: 75.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.70 g; Węglowodany ogółem: 400.52 g; suma cukrów prostych: 151.12 g; Sól: 8.03 g; Błonnik pokarmowy: 36.93 g; WW: 40.27 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-21

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 rzodkiewką i koperkiem 100g (**MLE**), 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 80ml (**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]: 2643.74 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 108.48 g; Tłuszcz: 92.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.03 g; Węglowodany ogółem: 356.32 g; suma cukrów prostych: 92.71 g; Sól: 6.96 g; Błonnik pokarmowy: 40.17 g; WW: 35.79 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-22

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, Szyńka z piersi indyka 40g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Pomidor 90g, Mix sałat 10g,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALA w dniu: 2024-12-22

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabelana śmietaną 12% tł. 400ml (**GLU, SOJ, MLE, SEL**), Kotlet schabowy wieprzowy (smażony) 100g (**GLU, JAJ**), Ziemniaki 180g , Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 150g , Kompot z cukrem 300ml , Ciasto drożdżowe 50g (**GLU, JAJ**),

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2585.69 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 103.89 g; Tłuszcz: 89.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.04 g; Węglowodany ogółem: 340.11 g; suma cukrów prostych: 75.96 g; Sól: 7.79 g; Błonnik pokarmowy: 32.03 g; WW: 34.10 Por;