

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-23

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, Polędwica sopocka 40g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Papryka świeża 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Pulpety z indyka 100g (**JAJ**), Sos pietruszkowy 80ml (**MLE**), Kasza pęczak na sypko 180g (**GLU**), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 150g, Kompot z cukrem 300ml, Winogrona 150g 150g,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Polędwica drobiowa 50g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Serek almette 30g 1szt, Ogórek 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]: 2568.32 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 107.31 g; Tłuszcz: 73.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 374.77 g; suma cukrów prostych: 99.72 g; Sól: 7.07 g; Błonnik pokarmowy: 37.86 g; WW: 37.71 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-24

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, Twarożek 100g (**MLE**), Dżem 25g 1szt, Rzodkiewka 90g, Sałata zielona 10g,

Obiad: Barszcz wigilijny 400ml (**SEL**), Uszka z kapusta i grzybami 80g (**GLU, JAJ, MLE**), Ryba dorsz po grecku 180g (**GLU, RYB, SEL**), Ziemniaki 180g, Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 150g, Kompot z cukrem 300ml, Pomarańcza 150g 1szt,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Pierogi wigilijne 3szt (**GLU, SOJ, SEL**), Miruna zapiekana ze śmietaną z suszonymi pomidorami 100g (**RYB, MLE**), Śledź po kaszubsku 80g (**RYB**), Sałatka jarzynowa z majonezem 100g (**JAJ, SOJ, SEL, GOR**), Pomidor 90g, Sałata zielona 10g, Ciasto - makowiec 50g (**GLU, JAJ**), Herbata z cytryną i cukrem 300ml,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 4072.67 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 164.41 g; Tłuszcz: 168.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 85.06 g; Węglowodany ogółem: 489.92 g; suma cukrów prostych: 281.92 g; Sól: 479.83 g; Błonnik pokarmowy: 46.63 g; WW: 44.79 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-25

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, Paszтет ze śliwką 60g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Baleron 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Ogórek kiszony 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,

Obiad: Rosół z makaronem pszennym 400ml (**GLU, SOJ, SEL**), Zraz schabowy z szynką pieczony 100g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Kluski śląskie 200g (**GLU, JAJ, SOJ**), Sos pieczeniowy 80ml (**MLE**), Kapusta modra z żurawiną 150g, Kompot z cukrem 300ml, Ciasto - sernik 50g (**GLU, JAJ**),

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Sałatka z kurczakiem wędzonym, ryżem, ananasem i kukurydzą z majonezem 100g (**JAJ, SOJ, GOR**), Kielbasa żywiecka 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Papryka świeża 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2974.05 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 126.22 g; Tłuszcz: 105.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.67 g; Węglowodany ogółem: 395.72 g; suma cukrów prostych: 92.28 g; Sól: 8.51 g; Błonnik pokarmowy: 32.70 g; WW: 39.73 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-26

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-26

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, Szyunka pieczona 40g, Pomidor 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,

Obiad: Żurek z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Roladka z indyka nadziewana pieczarkami 100g (**JAJ**), Sos majerankowy 80ml (**MLE**), Ziemniaki 180g, Buraczki gotowane 150g, Ciasto - piernik 50g (**GLU, JAJ**), Kompot z cukrem 300ml,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Schab po warszawsku 80g, Szyunka z kurczątkami 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Ogórek 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną i cukrem 300ml,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2425.76 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 110.02 g; Tłuszcz: 64.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.05 g; Węglowodany ogółem: 350.61 g; suma cukrów prostych: 87.85 g; Sól: 6.42 g; Błonnik pokarmowy: 35.83 g; WW: 35.17 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-27

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, Szyunka farmerska 40g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Papryka świeża 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Zupa szczawiowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Kotlety warzywne z ciecierzycą 1szt (**SOJ, SEL**), Sos pieczarkowy 80ml (**MLE**), Ziemniaki 180g, Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 150g, Kompot z cukrem 300ml, Gruszka 150g 1szt,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Polędwica drobiowa 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Ser żółty 30g (**MLE**), Ogórek kiszony 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]: 2620.02 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 111.79 g; Tłuszcz: 80.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.19 g; Węglowodany ogółem: 375.09 g; suma cukrów prostych: 90.72 g; Sól: 8.77 g; Błonnik pokarmowy: 40.14 g; WW: 37.50 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-28

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, Szyunka bukowa 40g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Pomidor 90g, Mix sałat 10g,

Obiad: Zupa brukselkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Kurczak po hawajsku 180g (**SEL**), Ryż biały na sypko 180g, Surówka z 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, Serek homogenizowany z koperkiem 60g (**MLE**), Schab wiśniowy 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Ogórek 90g, Mix sałat 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]: 2463.00 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 100.22 g; Tłuszcz: 69.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.80 g; Węglowodany ogółem: 375.84 g; suma cukrów prostych: 116.50 g; Sól: 5.76 g; Błonnik pokarmowy: 35.84 g; WW: 37.69 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-29

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, Papyrkarz z makreli 100g (**SEL**), Rzodkiewka 90g, Mix sałat 10g,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-29

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**GLU, SOJ, MLE, SEL**), Bitka schabowa pieczona 100g , Sos musztardowy 80ml (**JAJ, SOJ, MLE, GOR**), Ziemniaki 180g , Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem 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 , Szyńka z piersi indyka 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Pasztet pieczony drobiowy 60g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Papryka świeża 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cukrem 300ml ,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 3228.48 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 121.73 g; Tłuszcz: 122.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.42 g; Węglowodany ogółem: 410.62 g; suma cukrów prostych: 100.74 g; Sól: 8.18 g; Błonnik pokarmowy: 37.69 g; WW: 41.10 Por;