

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-30

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**), Pulpet drobiowy 100g (**JAJ**), Sos koperkowy 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 kiszony 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]: 2901.65 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 108.16 g; Tłuszcz: 70.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.60 g; Węglowodany ogółem: 469.51 g; suma cukrów prostych: 163.01 g; Sól: 7.01 g; Błonnik pokarmowy: 46.91 g; WW: 47.20 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2024-12-31

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 białej kapusty z ziemniakami 400ml (**SEL**), Gulasz z szynki wieprzowej 180g (**SEL**), Makaron świderki 180g (**GLU, SOJ**), Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 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 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2476.01 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 102.88 g; Tłuszcz: 74.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.75 g; Węglowodany ogółem: 358.89 g; suma cukrów prostych: 98.82 g; Sól: 17.54 g; Błonnik pokarmowy: 33.55 g; WW: 35.92 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-01-01

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 pomidorami 100g (**MLE**), Papryka świeża 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Filet z kurczaka panierowany 100g (**GLU, JAJ**), Ziemniaki 180g, Surówka Coleslaw z olejem rzepakowym 150g, Kompot z cukrem 300ml, Pomarańcza 150g 1szt,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Szyńka złota 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Sałatka bawarska 150g (**GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR**), Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2822.01 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 112.91 g; Tłuszcz: 84.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.78 g; Węglowodany ogółem: 406.76 g; suma cukrów prostych: 96.81 g; Sól: 9.15 g; Błonnik pokarmowy: 44.02 g; WW: 40.79 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-01-02

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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALE w dniu: 2025-01-02

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Obiad: Zupa z soczewicy z ziemniakami 400g (**SEL**), Pierogi z mięsem z cebulką 300g 6szt (**GLU, SOJ, SEL**), Surówka z marchewki z chrzanem 150g, Kompot z cukrem 300ml, Mus owocowy saszetka 100g 1szt,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Serek topiony 50g 0.5szt (**MLE**), Szynka konserwowa 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Pomidor 90g, Sałata zielona 10g, Herbatka z cukrem 300ml,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2889.33 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 115.35 g; Tłuszcz: 98.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.47 g; Węglowodany ogółem: 390.15 g; suma cukrów prostych: 121.47 g; Sól: 7.00 g; Błonnik pokarmowy: 33.87 g; WW: 39.25 Por;

Dla: SZPITALE w dniu: 2025-01-03

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 twarogowa z warzywami i suszonymi pomidorami 100g (**MLE, SEL**), Papryka świeża 90g, Mix sałat 10g, Herbatka z cukrem 300ml,

Obiad: Barszcz biały z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400ml (**GLU, SOJ, MLE, SEL**), Ryba dorsz panierowana 100g (**GLU, JAJ, RYB**), Ziemniaki 180g, Surówka z kiszzonej kapusty 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, Herbatka z cukrem 300ml,

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

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: SZPITALE w dniu: 2025-01-04

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

Obiad: Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Potrawka z kurczaka w paprykowym trio 180g (**SEL**), Ryż biały na sypko 180g, Sałatka z buraczków i jabłka 150g, Kompot z cukrem 300ml, Jabłko 150g 1szt,

Kolacja: Chleb baltonowski 90g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Margaryna słoneczna 15g 1szt, Jajko 1szt (**JAJ**), Schab wieśniowy 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Ogórek 90g, Mix sałat 10g, Herbatka z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20:00 Czek waniliowy 150g 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: SZPITALE w dniu: 2025-01-05

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, Paprykarz z makreli 100g (**SEL**), Papryka świeża 90g, Mix sałat 10g,

Obiad: Rosół z makaronem pszennym 400ml (**GLU, SOJ, SEL**), Bitka schabowa pieczona 100g, Sos ziołowy 80ml (**MLE**), Ziemniaki 180g, Sałatka z ogórka kiszzonego 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, Szynka z piersi indyka 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Pasztet pieczony drobiowy 60g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Marchewka Juniorka 90g, Mix sałat 10g, Herbatka z cukrem 300ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-01-05

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 3039.03 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 117.07 g; Tłuszcz: 113.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.98 g; Węglowodany ogółem: 387.65 g; suma cukrów prostych: 91.73 g; Sól: 10.72 g; Błonnik pokarmowy: 34.08 g; WW: 38.94 Por;