

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-01-06

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 naturalny 100g (**MLE**), Dżem 25g 1szt, Jabłko 150g 1szt, Herbata z cukrem 300ml,
- Obiad: Zupa porowo serowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**SOJ, MLE, SEL**), Pałki z kurczaka pieczone 220g 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, Pasta z fasoli z warzywami 60g (**SEL**), 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]: 3189.91 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 124.11 g; Tłuszcz: 101.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 455.63 g; suma cukrów prostych: 159.50 g; Sól: 6.41 g; Błonnik pokarmowy: 46.46 g; WW: 45.83 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-01-07

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

- Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300ml (**MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**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 kiszanej kapusty z ziemniakami 400ml (**SEL**), Wieprzowina szarpana 180g (**SEL, SEZ**), Kopytka 180g, Surówka z selera, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150g (**SEL**), Kompot z cukrem 300ml, Mandarynka 130g 2szt,
- Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**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]: 2524.69 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 110.28 g; Tłuszcz: 77.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 358.75 g; suma cukrów prostych: 99.05 g; Sól: 9.35 g; Błonnik pokarmowy: 41.67 g; WW: 36.00 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-01-08

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

- Śniadanie: Zupa mleczna z kaszą manna 300ml (**GLU, MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Szyńka cygańska 40g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Rzodkiewka 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,
- Obiad: Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400ml (**SEL**), Filet kurczaka pieczony 90g, Sos pieczarkowy 80ml (**MLE**), Kasza gryczana na sypko 180g, Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 200g, Kompot z cukrem 300ml,
- Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Jajko 2szt (**JAJ**), 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]: 2583.78 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 108.65 g; Tłuszcz: 83.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.97 g; Węglowodany ogółem: 350.94 g; suma cukrów prostych: 87.99 g; Sól: 5.89 g; Błonnik pokarmowy: 39.67 g; WW: 35.31 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-01-09

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

- Śniadanie: Zupa mleczna z kaszą kukurydziana 300ml (**MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Twarożek ze szpinakiem 80g (**MLE**), Pomidor 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-01-09

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Obiad: Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Pulpet wieprzowy 90g (**JAJ**), Sos estragonowy 80ml (**MLE**), Ziemniaki 180g, Buraczki gotowane 200g, Kompot z cukrem 300ml,

Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Pasta z wędliny i warzyw 80g (**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]: 2354.44 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 95.03 g; Tłuszcz: 64.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.73 g; Węglowodany ogółem: 353.27 g; suma cukrów prostych: 105.81 g; Sól: 9.18 g; Błonnik pokarmowy: 34.60 g; WW: 35.54 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-01-10

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie: Zupa mleczna z zacierkami 300ml (**GLU, JAJ, MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Pasta z ryby pieczonej z warzywami 80g (**RYB, SEL**), Papryka świeża 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Zupa grochowa z ziemniakami 400ml (**SEL**), Kluski leniwe 300g, Sos jogurtowy z owocami 80g (**MLE**), Jabłka prażone 80g, Kompot z cukrem 300ml,

Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Połędwica sopocka 40g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Ogórek kiszony 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20.00 200g 1szt (**MLE**), Jogurt naturalny 150g 1szt (**MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2498.70 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 114.41 g; Tłuszcz: 71.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 359.11 g; suma cukrów prostych: 97.25 g; Sól: 7.41 g; Błonnik pokarmowy: 33.78 g; WW: 36.07 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-01-11

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie: Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (**GLU, MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Szyntka 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 90g, Sos chrzanowy 80ml (**JAJ, SOJ, MLE, GOR**), Kasza pęczak na sypko 180g (**GLU**), Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem z olejem rzepakowym 200g, Kompot z cukrem 300ml,

Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Pasta twarogowo buraczkowa 80g (**MLE**), Pomidor 90g, Mix sałat 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]: 2334.09 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 89.36 g; Tłuszcz: 80.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.39 g; Węglowodany ogółem: 313.40 g; suma cukrów prostych: 79.06 g; Sól: 5.25 g; Błonnik pokarmowy: 36.69 g; WW: 31.43 Por;

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-01-12

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie: Kakao na mleku 300ml (**MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), 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**), Udko z kurczaka pieczone 120g, Ziemniaki 180g, Marchewka z groszkiem 200g, Kompot z cukrem 300ml,

Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Szyntka gotowana 40g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Sałatka jarzynowa z majonezem 100g (**JAJ, SOJ, SEL, GOR**), Herbata z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20.00 200g 1szt (**MLE**), Kukurudziane 2szt, Kefir 200g 1szt (**MLE**),

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITAL w dniu: 2025-01-12

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2393.57 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 95.95 g; Tłuszcz: 77.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 334.84 g; suma cukrów prostych: 76.59 g; Sól: 6.94 g; Błonnik pokarmowy: 39.77 g; WW: 33.54 Por;