

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALE w dniu: 2025-01-27

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (**MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 50g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Serek chrzanowy z koperkiem 80g (**MLE**), Papryka świeża 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Zupa szczawiowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Potrawka z indyka w paprykowym trio 180g (**SEL**), Makaron świderki 180g (**GLU, SOJ**), Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 200g, Kompot z cukrem 300ml,

Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Polędwica drobiowa 40g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), 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]: 2151.34 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 73.05 g; Tłuszcz: 59.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.97 g; Węglowodany ogółem: 336.02 g; suma cukrów prostych: 82.58 g; Sól: 6.38 g; Błonnik pokarmowy: 36.75 g; Węglowodany przyswajalne: 299.26 g; WW: 30.01 Por;

Dla: SZPITALE w dniu: 2025-01-28

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300ml (**MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Szynka orzech 40g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny śmietaną 12%tł. 400ml (**MLE, SEL**), Bitka schabowa pieczona 100g, Sos musztardowy 80ml (**JAJ, SOJ, MLE, GOR**), Ziemniaki 180g, Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 200g, Kompot z cukrem 300ml,

Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Pasta z jajka z natką pietruszki 80g (**JAJ, SOJ, GOR**), Bukiet warzyw 100g, 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]: 2375.97 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 98.89 g; Tłuszcz: 86.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 307.43 g; suma cukrów prostych: 90.03 g; Sól: 9.18 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 g; Węglowodany przyswajalne: 276.58 g; WW: 27.79 Por;

Dla: SZPITALE w dniu: 2025-01-29

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (**GLU, MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Pasta twarogowa a'la tzatziki 80g (**MLE**), Sałatka z pomidora ze szczypiorkiem 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Fasolka po bretońsku 300g (**GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR**), Kajzerka 1szt (**GLU, MLE**), Kompot z cukrem 300ml, Jabłko 150g 1szt,

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

Kolacja godz. 20:00: Chleb baltonowski 30g (**GLU**), Serek topiony w plastrach 1szt (**MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2264.56 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 94.95 g; Tłuszcz: 48.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.62 g; Węglowodany ogółem: 384.94 g; suma cukrów prostych: 85.20 g; Sól: 15.82 g; Błonnik pokarmowy: 45.48 g; Węglowodany przyswajalne: 339.45 g; WW: 34.10 Por;

Dla: SZPITALE w dniu: 2025-01-30

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

Obiad: Zupa pejzanka z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Pierogi z mięsem z cebulką 300g 6szt (**GLU, SOJ, SEL**), Surówka z marchewki z chrzanem 200g, Kompot z cukrem 300ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: SZPITALE w dniu: 2025-01-30

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Pasta z kurczaka wędzonego z twarogiem 80g (**MLE**), Pomidor 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]: 2607.14 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 107.88 g; Tłuszcz: 86.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.74 g; Węglowodany ogółem: 353.27 g; suma cukrów prostych: 98.00 g; Sól: 4.92 g; Błonnik pokarmowy: 34.74 g; Węglowodany przyswajalne: 318.53 g; WW: 31.92 Por;

Dla: SZPITALE w dniu: 2025-01-31

Oddział: SZPITAL IPIN SOBIESKIEGO

IP 1/ Podstawowa

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (**MLE**), Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Ser żółty 40g (**MLE**), Rzepa biała 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 300ml,

Obiad: Żurek z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Ryba dorsz panierowana 100g (**GLU, JAJ, RYB**), Ziemniaki 180g, Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 200g, Kompot z cukrem 300ml,

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2226.54 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 96.41 g; Tłuszcz: 69.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.23 g; Węglowodany ogółem: 312.30 g; suma cukrów prostych: 76.77 g; Sól: 8.47 g; Błonnik pokarmowy: 32.84 g; Węglowodany przyswajalne: 279.46 g; WW: 28.03 Por;

Dla: SZPITALE w dniu: 2025-02-01

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

Obiad: Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (**MLE, SEL**), Klopsik drobiowy po marokańsku 100g (**JAJ**), Sos z pomidorów pelati 80ml (**MLE**), Ryż biały na sypko 180g, Sałatka z buraczków i jabłka 200g, Kompot z cukrem 300ml,

Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Sałatka z brokuła, jajka i pomidora z majonezem 100g (**JAJ, SOJ, GOR**), Schab wiśniowy 40g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Herbata z cukrem 300ml,

Kolacja godz. 20:00 Chleb baltonowski 30g (**GLU**), Polędwica drobiowa 30g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2178.62 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 95.58 g; Tłuszcz: 69.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 309.65 g; suma cukrów prostych: 74.06 g; Sól: 6.89 g; Błonnik pokarmowy: 34.47 g; Węglowodany przyswajalne: 275.17 g; WW: 27.65 Por;

Dla: SZPITALE w dniu: 2025-02-02

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**), Paprykarz z makreli 80g (**SEL**), Ogórek kiszony 90g, Mix sałat 10g,

Obiad: Rosół z makaronem pszennym 400ml (**GLU, SOJ, SEL**), Kotlet schabowy wieprzowy (smażony) 100g (**GLU, JAJ**), Ziemniaki 180g, Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 200g, Kompot z cukrem 300ml,

Kolacja: Chleb baltonowski 60g (**GLU**), Chleb razowy 60g (**GLU**), Masło extra 82% 10g (**MLE**), Szyńka z piersi indyka 40g (**GLU, SOJ, SEL, GOR**), Marchewka Juniorka 90g, Mix sałat 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]: 2199.40 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 85.68 g; Tłuszcz: 69.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.93 g; Węglowodany ogółem: 306.74 g; suma cukrów prostych: 78.75 g; Sól: 5.91 g; Błonnik pokarmowy: 34.34 g; Węglowodany przyswajalne: 272.40 g; WW: 27.48 Por;