

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2023-11-25 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Szyunka bartnika 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Ogórek kiszony 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa grysikowa 400g (GLU, SEL), potrawka z kurczaka 120g (GLU, SEL), Marchew oprószana 120g (GLU), ziemniaki gotowane 200g., Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1 szt,	chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Dżem 50g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2504.58 kcal; Białko ogółem: 76.08 g; białko zwierzęce: 37.62 g; Tłuszcz: 46.20 g; Węglowodany ogółem: 471.68 g; Sód: 2591.68 mg; Potas: 5552.17 mg; Magnez: 451.40 mg; Wapń: 421.21 mg; Żelazo: 10.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2572.67 ug; Błonnik pokarmowy: 31.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.72 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.23 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 12.74 g; suma cukrów prostych: 141.92 g;		
sobota 2023-11-25 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300g (MLE), Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Szyunka bartnika 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), pomidor 50g, Herbata 250ml,	zupa grysikowa 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Potrawka z kurczaka 180g (GLU, SEL), marchew oprószana 100g (GLU), ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1 szt,	Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Dżem 50g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2349.50 kcal; Białko ogółem: 76.57 g; białko zwierzęce: 42.83 g; Tłuszcz: 43.86 g; Węglowodany ogółem: 435.64 g; Sód: 4362.56 mg; Potas: 5666.67 mg; Magnez: 450.15 mg; Wapń: 470.75 mg; Żelazo: 9.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2405.44 ug; Błonnik pokarmowy: 29.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.40 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.40 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 12.37 g; suma cukrów prostych: 142.82 g;		
sobota 2023-11-25 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300g (MLE), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Szyunka bartnika 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Ogórek kiszony 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa grysikowa 400g (GLU, SEL), potrawka z kurczaka 120g (GLU, SEL), sałata zielona 80g (GOR), ziemniaki gotowane 200g., Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1 szt,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), wieprzowinka w galarecie 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2699.44 kcal; Białko ogółem: 93.57 g; białko zwierzęce: 55.79 g; Tłuszcz: 68.67 g; Węglowodany ogółem: 455.20 g; Sód: 2793.52 mg; Potas: 5928.62 mg; Magnez: 534.02 mg; Wapń: 715.09 mg; Żelazo: 11.59 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 823.47 ug; Błonnik pokarmowy: 33.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.58 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.92 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.13 g; suma cukrów prostych: 135.28 g;		
niedziela 2023-11-26 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Parówki Śląskie 100g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Musztarda 20g (GOR), sałata zielona, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL), pałki z kurczaka 150g (GLU), Sałatka z kapusty czerwonej 120g, ziemniaki gotowane 200g., Kompot 200ml, Podwieczorek: jogurt naturalny 180g,	chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), szynka gotowana 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2222.07 kcal; Białko ogółem: 72.19 g; białko zwierzęce: 36.64 g; Tłuszcz: 77.22 g; Węglowodany ogółem: 328.92 g; Sód: 3417.32 mg; Potas: 3578.47 mg; Magnez: 294.72 mg; Wapń: 656.77 mg; Żelazo: 9.46 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 477.56 ug; Błonnik pokarmowy: 22.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.05 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.61 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.30 g; suma cukrów prostych: 67.06 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2023-11-26 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLE, GLU), Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), szynka szkolna 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), sałata zielona, Herbata 250ml,	zupa rosół z makaronem 300g (MLE, GLU, JAJ, SEL, GOR), pałki z kurczaka gotowane 150g (GLU, SEL), sałatka z jarzyn gotowanych 100g (SEL), ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: jogurt naturalny 180g,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 10g (MLE), szynka gotowana 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1746.70 kcal; Białko ogółem: 65.02 g; białko zwierzęce: 34.73 g; Tłuszcz: 46.36 g; Węglowodany ogółem: 285.22 g; Sód: 6131.63 mg; Potas: 3421.04 mg; Magnez: 300.32 mg; Wapń: 559.55 mg; Żelazo: 8.40 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1580.00 ug; Błonnik pokarmowy: 21.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.93 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 6.49 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 15.68 g; suma cukrów prostych: 65.38 g;		
niedziela 2023-11-26 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLE, GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Parówki Śląskie 100g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Musztarda 20g (GOR), sałata zielona, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL), pałki z kurczaka 150g (GLU), Sałatka z kapusty czerwonej 120g, ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: jogurt naturalny 180g,	chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), szynka gotowana 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2414.85 kcal; Białko ogółem: 82.02 g; białko zwierzęce: 43.45 g; Tłuszcz: 85.32 g; Węglowodany ogółem: 353.26 g; Sód: 3486.34 mg; Potas: 4044.80 mg; Magnez: 380.25 mg; Wapń: 919.75 mg; Żelazo: 11.13 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 527.56 ug; Błonnik pokarmowy: 26.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.96 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.94 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.67 g; suma cukrów prostych: 77.41 g;		
poniedziałek 2023-11-27 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), szynka beszkidzka 50g, papryka czerwona 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	zupa kalafiorowa 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), kotlet mielony 90g (GLU, JAJ), sałatka z białej kapusty 100g, ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: serek naturalny 150g,	chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3046.30 kcal; Białko ogółem: 93.41 g; białko zwierzęce: 43.96 g; Tłuszcz: 146.73 g; Węglowodany ogółem: 367.30 g; Sód: 6794.30 mg; Potas: 4413.12 mg; Magnez: 353.43 mg; Wapń: 597.25 mg; Żelazo: 11.70 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1812.53 ug; Błonnik pokarmowy: 28.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.69 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.44 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 56.35 g; suma cukrów prostych: 60.31 g;		
poniedziałek 2023-11-27 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z makaronem muszelki 300ml (MLE), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 10g (MLE), szynka beszkidzka 50g, pomidor 50g, Herbata 250ml,	rosół z lanym ciastem 300ml (MLE, GLU, JAJ, SEL, GOR), Pieczeń z udźca 70g (GLU, MIĘ), brokuł z wody 100g, ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: serek naturalny 150g,	Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2528.97 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; białko zwierzęce: 46.48 g; Tłuszcz: 121.43 g; Węglowodany ogółem: 288.41 g; Sód: 5300.63 mg; Potas: 3410.11 mg; Magnez: 258.58 mg; Wapń: 483.33 mg; Żelazo: 9.90 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1773.16 ug; Błonnik pokarmowy: 17.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.18 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.58 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 41.41 g; suma cukrów prostych: 58.83 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-11-27		
Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z makaronem muszelki 300ml (MLE), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), szynka beszkidzka50g, papryka czerwona 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	zupa kalafiorowa300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Pieczeń z udźca 70g (GLU, MIĘ), sałatka z białej kapusty100g, ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: serek naturalny150g,	chleb krojony mały120,g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Paszтет drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2989.12 kcal; Białko ogółem: 101.01 g; białko zwierzęce: 50.83 g; Tłuszcz: 135.79 g; Węglowodany ogółem: 370.18 g; Sód: 7073.25 mg; Potas: 4821.01 mg; Magnez: 395.23 mg; Wapń: 838.28 mg; Żelazo: 11.97 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1877.63 ug; Błonnik pokarmowy: 29.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 54.75 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.80 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 47.55 g; suma cukrów prostych: 70.99 g;		
wtorek 2023-11-28		
Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb krojony mały120,g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), blok drobiowy50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), sałata zielona, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	zupa szpinakowa z ziemniakami300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Fasolka po bretońsku 300g (GLU, SEL, SOJ, ROŚ, GOR), Bułka zwykła50g 1szt (GLU), Kompot 200ml, Podwieczorek: marchewka mini150g,	chleb krojony mały120,g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), twaróg50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2146.09 kcal; Białko ogółem: 94.21 g; białko zwierzęce: 39.92 g; Tłuszcz: 51.41 g; Węglowodany ogółem: 359.32 g; Sód: 4123.96 mg; Potas: 4022.78 mg; Magnez: 428.89 mg; Wapń: 639.38 mg; Żelazo: 15.34 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3083.63 ug; Błonnik pokarmowy: 37.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.00 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.98 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 17.23 g; suma cukrów prostych: 63.86 g;		
wtorek 2023-11-28		
Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLE, GLU), chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), blok drobiowy50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), sałata zielona, Herbata 250ml, Wek krojony 50g (GLU),	zupa szpinakowa z ziemniakami300g (MLE, GLU, SEL, GOR), pulpet gotowany100g (GLU, JAJ, SEL), Sos koperkowy 100g (GLU), buraki100g, ziemniaki gotowane200g., Kompot 200ml, Podwieczorek: ciastka kruche 50g (MLE, GLU),	chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2276.21 kcal; Białko ogółem: 85.55 g; białko zwierzęce: 49.36 g; Tłuszcz: 68.47 g; Węglowodany ogółem: 347.61 g; Sód: 5282.34 mg; Potas: 4415.76 mg; Magnez: 332.53 mg; Wapń: 500.30 mg; Żelazo: 11.73 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1019.18 ug; Błonnik pokarmowy: 21.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.99 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.11 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 24.92 g; suma cukrów prostych: 80.03 g;		
wtorek 2023-11-28		
Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLE, GLU), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), blok drobiowy50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), sałata zielona, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	zupa szpinakowa z ziemniakami300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Pulpet gotowany 80g (GLU, JAJ, SEL), Sos koperkowy 100g (GLU), ziemniaki 200g, buraki100g, Kompot 200ml, Podwieczorek: marchewka mini150g,	chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), twaróg50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2422.64 kcal; Białko ogółem: 97.85 g; białko zwierzęce: 55.78 g; Tłuszcz: 64.53 g; Węglowodany ogółem: 393.64 g; Sód: 4333.00 mg; Potas: 5347.52 mg; Magnez: 452.53 mg; Wapń: 812.20 mg; Żelazo: 14.57 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3181.28 ug; Błonnik pokarmowy: 35.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.64 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.93 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 21.68 g; suma cukrów prostych: 85.17 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
środa 2023-11-29 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), kielbasa krakowska 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLU, SEL), Filet z kurczaka 70g (GLU), Fasolka szparagowa z bułką tartą 120g (GLU, ROŚ), ziemniaki gotowane 200g., Kompot 200ml, Podwieczorek: ciastka kruche 50g (MLE, GLU),	chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Dżem 50g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2345.49 kcal; Białko ogółem: 89.20 g; białko zwierzęce: 52.43 g; Tłuszcz: 65.45 g; Węglowodany ogółem: 370.89 g; Sód: 2149.81 mg; Potas: 3887.77 mg; Magnez: 306.61 mg; Wapń: 420.94 mg; Żelazo: 10.31 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 733.71 ug; Błonnik pokarmowy: 25.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.16 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.19 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.87 g; suma cukrów prostych: 82.54 g;		
środa 2023-11-29 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLE, GLU), Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), kielbasa krakowska 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 50g, Herbata 250ml,	zupa krupnik z ziemniakami 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Filet z kurczaka 70g (GLU), marchew oprószana 100g (GLU), ziemniaki gotowane 200g., Podwieczorek: ciastka kruche 50g (MLE, GLU),	Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Dżem 50g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2215.48 kcal; Białko ogółem: 84.37 g; białko zwierzęce: 52.38 g; Tłuszcz: 71.16 g; Węglowodany ogółem: 327.63 g; Sód: 2914.21 mg; Potas: 3795.37 mg; Magnez: 305.94 mg; Wapń: 384.51 mg; Żelazo: 9.29 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2339.64 ug; Błonnik pokarmowy: 21.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.73 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.65 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.23 g; suma cukrów prostych: 74.48 g;		
środa 2023-11-29 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLE, GLU), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), kielbasa krakowska 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLU, SEL), Filet z kurczaka 70g (GLU), Fasolka szparagowa z bułką tartą 120g (GLU, ROŚ), ziemniaki gotowane 200g., Kompot 200ml, Podwieczorek: jogurt naturalny 180g,	chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), pasta z kielbasy i jajka 60g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2437.26 kcal; Białko ogółem: 111.33 g; białko zwierzęce: 74.15 g; Tłuszcz: 74.52 g; Węglowodany ogółem: 355.00 g; Sód: 2631.93 mg; Potas: 4625.90 mg; Magnez: 416.48 mg; Wapń: 870.32 mg; Żelazo: 13.20 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 822.01 ug; Błonnik pokarmowy: 28.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.07 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.24 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.61 g; suma cukrów prostych: 72.63 g;		
czwartek 2023-11-30 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
Chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), pol.drobiowa z koperkiem 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), ogórek zielony 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	żurek z ziemniakami 300g (GLU, SEL, SOJ, GOR, ŻYT), Potrawka z kurczaka 180g (GLU, SEL), sałatka z kapusty czerwonej 100g, Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLU), Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	Chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), twaróg ze szczypiorkiem 50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1869.05 kcal; Białko ogółem: 85.38 g; białko zwierzęce: 53.84 g; Tłuszcz: 43.63 g; Węglowodany ogółem: 302.92 g; Sód: 7192.20 mg; Potas: 3353.81 mg; Magnez: 313.44 mg; Wapń: 487.48 mg; Żelazo: 8.80 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 588.96 ug; Błonnik pokarmowy: 23.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.53 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.00 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 13.44 g; suma cukrów prostych: 62.11 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
czwartek 2023-11-30 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300g (MLE), Wek krojony 50g (GLU), chleb mały krojony 50g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), pol.drobiowa z koperkiem 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), sałata zielona , Herbata 250ml ,	zupa ziemniaczanka 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Potrawka z kurczaka 180g (GLU, SEL), brokuł z wody 100g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLU), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb mały krojony 50g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 10g (MLE), miód 1szt. , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1865.25 kcal; Białko ogółem: 75.00 g; białko zwierzęce: 42.76 g; Tłuszcz: 37.97 g; Węglowodany ogółem: 323.43 g; Sód: 5188.62 mg; Potas: 3120.57 mg; Magnez: 281.93 mg; Wapń: 471.99 mg; Żelazo: 8.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 940.98 ug; Błonnik pokarmowy: 21.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.58 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 6.43 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 10.43 g; suma cukrów prostych: 62.61 g;		
czwartek 2023-11-30 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z pł.kukurydzianymi 300ml (MLE), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), pol.drobiowa z koperkiem 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), ogórek zielony 50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	żurek z ziemniakami 300g (GLU, SEL, SOJ, GOR, ŻYT), Potrawka z kurczaka 180g (GLU, SEL), sałatka z kapusty czerwonej 100g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLU), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), twaróg ze szczypiorkiem 50g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2246.50 kcal; Białko ogółem: 100.21 g; białko zwierzęce: 62.41 g; Tłuszcz: 54.81 g; Węglowodany ogółem: 365.58 g; Sód: 7829.75 mg; Potas: 3997.51 mg; Magnez: 420.14 mg; Wapń: 818.68 mg; Żelazo: 10.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 651.46 ug; Błonnik pokarmowy: 31.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.28 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.89 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 16.33 g; suma cukrów prostych: 77.41 g;		
piątek 2023-12-01 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Jajko 1 szt (JAJ), pomidor 50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa grochówka 400g (MLE, GLU, SEL, SOJ, ROŚ, GOR), śledzie w śmietanie 200g (MLE, RYB), ziemniaki 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	Chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Paszтет drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3113.90 kcal; Białko ogółem: 114.19 g; białko zwierzęce: 65.48 g; Tłuszcz: 97.30 g; Węglowodany ogółem: 476.93 g; Sód: 6082.01 mg; Potas: 6716.17 mg; Magnez: 561.36 mg; Wapń: 654.39 mg; Żelazo: 16.74 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1599.98 ug; Błonnik pokarmowy: 36.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.95 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.61 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.11 g; suma cukrów prostych: 131.41 g;		
piątek 2023-12-01 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z makaronem muszelki 300ml (MLE), bułka kanapkowa 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), twaróg 50g (MLE), Herbata 250ml , pomidor 50g ,	rosół z lanym ciastem 300ml (MLE, GLU, JAJ, SEL, GOR), Ryba gotowana 90g (SEL, RYB), sałatka z jarzyn gotowanych 100g (SEL), ziemniaki 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), bułka kanapkowa 50g (GLU), masło 10g (MLE), szynka tyrolska 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2282.98 kcal; Białko ogółem: 90.48 g; białko zwierzęce: 54.75 g; Tłuszcz: 38.95 g; Węglowodany ogółem: 416.65 g; Sód: 4607.40 mg; Potas: 5872.29 mg; Magnez: 457.63 mg; Wapń: 479.48 mg; Żelazo: 10.70 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1700.63 ug; Błonnik pokarmowy: 29.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.80 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 5.56 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 11.55 g; suma cukrów prostych: 124.03 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2023-12-01 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z makaronem muszelki 300ml (MLE), Chleb razowy 100g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Jajko 1 szt (JAJ), Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), pomidor 50g ,	Zupa grochówka 400g (MLE, GLU, SEL, SOJ, ROŚ, GOR), śledzie w śmietanie 200g (MLE, RYB), ziemniaki 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3287.39 kcal; Białko ogółem: 123.57 g; białko zwierzęce: 72.63 g; Tłuszcz: 107.18 g; Węglowodany ogółem: 495.06 g; Sód: 6089.67 mg; Potas: 7239.56 mg; Magnez: 658.60 mg; Wapń: 921.23 mg; Żelazo: 18.33 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1657.23 ug; Błonnik pokarmowy: 42.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.97 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.36 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 41.59 g; suma cukrów prostych: 141.98 g;		
sobota 2023-12-02 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
Chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), kielbasa szynkowa 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), papryka czerwona 50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	zupa grysikowa 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Kielbasa smażona z cebulą 100g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Sałatka szwedzka 120g , ziemniaki 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mus owocowy 200g ,	Chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Serek topiony 50g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2020.76 kcal; Białko ogółem: 75.99 g; białko zwierzęce: 48.01 g; Tłuszcz: 78.55 g; Węglowodany ogółem: 267.97 g; Sód: 5295.49 mg; Potas: 3285.51 mg; Magnez: 266.75 mg; Wapń: 541.00 mg; Żelazo: 8.42 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1000.88 ug; Błonnik pokarmowy: 17.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.54 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.73 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.17 g; suma cukrów prostych: 58.30 g;		
sobota 2023-12-02 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z ryżem 300g (MLE), bułka kanapkowa 50g (GLU), chleb mały krojony 50g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), kielbasa szynkowa 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), sałata zielona , Herbata 250ml ,	zupa grysikowa 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Schab duszony w sosie 70g (GLU, MIĘ), szpinak na gęsto 100g , ziemniaki 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mus owocowy 200g ,	chleb mały krojony 50g (GLU, ŻYT), bułka kanapkowa 50g (GLU), masło 10g (MLE), pol.drobiowa z koperkiem 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2323.87 kcal; Białko ogółem: 111.23 g; białko zwierzęce: 79.43 g; Tłuszcz: 82.53 g; Węglowodany ogółem: 300.16 g; Sód: 6955.04 mg; Potas: 4024.37 mg; Magnez: 365.82 mg; Wapń: 587.72 mg; Żelazo: 12.45 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1525.90 ug; Błonnik pokarmowy: 18.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.51 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.42 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.83 g; suma cukrów prostych: 63.24 g;		
sobota 2023-12-02 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z ryżem 300g (MLE), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), kielbasa szynkowa 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), papryka czerwona 50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	zupa grysikowa 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Schab duszony w sosie 70g (GLU, MIĘ), szpinak na gęsto 100g , ziemniaki 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mus owocowy 200g ,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), pol.drobiowa z koperkiem 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2575.33 kcal; Białko ogółem: 122.77 g; białko zwierzęce: 86.25 g; Tłuszcz: 90.90 g; Węglowodany ogółem: 341.42 g; Sód: 7287.62 mg; Potas: 4737.51 mg; Magnez: 475.30 mg; Wapń: 864.96 mg; Żelazo: 14.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1882.70 ug; Błonnik pokarmowy: 27.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.18 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.04 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.47 g; suma cukrów prostych: 73.93 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2023-12-03 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
Chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), kielbasa śląska 100g, Musztarda 20g (GOR), ogórek kiszony 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Udziec duszony wieprzowy 70g (GLU, MIĘ), surówka z kapusty pekińskiej 100g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: ciastka kruche 50g (MLE, GLU),	chleb mały krojony 50g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), twaróg z rzodkiewką 50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2364.86 kcal; Białko ogółem: 93.11 g; białko zwierzęce: 60.46 g; Tłuszcz: 95.74 g; Węglowodany ogółem: 299.87 g; Sód: 6442.24 mg; Potas: 3760.11 mg; Magnez: 314.77 mg; Wapń: 504.72 mg; Żelazo: 10.11 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1220.40 ug; Błonnik pokarmowy: 19.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.55 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.40 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.69 g; suma cukrów prostych: 72.02 g;		
niedziela 2023-12-03 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLE, GLU), bułka kanapkowa 50g (GLU), chleb mały krojony 50g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), kielbasa krakowska 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 50g, Herbata 250ml,	Zupa pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Sztuka mięsa 70g (MIĘ), sałatka z jarzyn gotowanych 100g (SEL), ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: ciastka kruche 50g (MLE, GLU),	chleb mały krojony 50g (GLU, ŻYT), bułka kanapkowa 50g (GLU), masło 10g (MLE), Dżem 50g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2236.05 kcal; Białko ogółem: 73.08 g; białko zwierzęce: 38.39 g; Tłuszcz: 73.81 g; Węglowodany ogółem: 339.26 g; Sód: 6884.58 mg; Potas: 3704.27 mg; Magnez: 286.85 mg; Wapń: 408.81 mg; Żelazo: 9.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1766.80 ug; Błonnik pokarmowy: 22.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.99 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.71 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.16 g; suma cukrów prostych: 86.17 g;		
niedziela 2023-12-03 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLE, GLU), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), kielbasa krakowska 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), ogórek kiszony 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Udziec duszony wieprzowy 70g (GLU, MIĘ), surówka z kapusty pekińskiej 100g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1 szt,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), twaróg z rzodkiewką 50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2982.21 kcal; Białko ogółem: 104.38 g; białko zwierzęce: 61.83 g; Tłuszcz: 90.89 g; Węglowodany ogółem: 468.20 g; Sód: 6486.96 mg; Potas: 6436.63 mg; Magnez: 578.77 mg; Wapń: 786.12 mg; Żelazo: 13.57 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1202.04 ug; Błonnik pokarmowy: 36.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.16 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.07 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.47 g; suma cukrów prostych: 135.75 g;		
poniedziałek 2023-12-04 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
Chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), ogórek konserwowy 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Gulasz wieprzowy 180g (GLU), buraki 100g, ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: serek naturalny 150g,	chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), pasta z kielbasy i jajka 60g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2720.47 kcal; Białko ogółem: 100.89 g; białko zwierzęce: 67.46 g; Tłuszcz: 120.50 g; Węglowodany ogółem: 329.98 g; Sód: 4987.42 mg; Potas: 4513.72 mg; Magnez: 339.68 mg; Wapń: 1006.26 mg; Żelazo: 12.61 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1285.21 ug; Błonnik pokarmowy: 23.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 62.51 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.92 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 41.22 g; suma cukrów prostych: 75.00 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-12-04		
Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLE, GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg 50g (MLE), pomidor 50g, Herbata 250ml,	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLU, SEL), Filet z kurczaka 70g (GLU), buraki 100g, ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: serek naturalny 150g,	chleb mały krojony 50g (GLU, ŻYT), bułka kanapkowa 50g (GLU), masło 10g (MLE), szynka pol.drobiowa 50g (MLE, SEL, SOJ, ZIA), Herbata 250ml
Wartości odżywcze: Energia: 2279.82 kcal; Białko ogółem: 97.97 g; białko zwierzęce: 65.99 g; Tłuszcz: 82.37 g; Węglowodany ogółem: 304.78 g; Sód: 2330.77 mg; Potas: 4101.16 mg; Magnez: 321.51 mg; Wapń: 506.06 mg; Żelazo: 10.67 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 938.87 ug; Błonnik pokarmowy: 20.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.85 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.33 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.96 g; suma cukrów prostych: 72.19 g;		
poniedziałek 2023-12-04		
Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLE, GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), ogórek konserwowy 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml. (MLE, GLU, SEL, GOR), Filet z kurczaka 70g (GLU), sałata zielona 80g (GOR), ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: serek naturalny 150g,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), pasta z kiełbasy i jajka 60g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2867.04 kcal; Białko ogółem: 118.39 g; białko zwierzęce: 82.10 g; Tłuszcz: 121.05 g; Węglowodany ogółem: 351.95 g; Sód: 4722.51 mg; Potas: 4787.13 mg; Magnez: 455.63 mg; Wapń: 1227.47 mg; Żelazo: 12.31 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1422.21 ug; Błonnik pokarmowy: 27.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 59.82 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.86 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.67 g; suma cukrów prostych: 73.03 g;		

Dietetyk

.....