

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2023-12-05 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Paszтет drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), sałata zielona (1 lub 2 listki), kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa ogórkowa 400g (MLE, GLU, SEL, GOR), knedle z mięsem boczkiem i cebulką 6szt., Surówka z kapusty białej 200g (GOR), ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 180g,	Chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Jajko 1 szt (JAJ), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2093.66 kcal; Białko ogółem: 63.36 g; białko zwierzęce: 33.33 g; Tłuszcz: 82.17 g; Węglowodany ogółem: 295.02 g; Sód: 6147.36 mg; Potas: 4109.65 mg; Magnez: 312.57 mg; Wapń: 660.83 mg; Żelazo: 10.64 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1768.41 ug; Błonnik pokarmowy: 22.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.87 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.65 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.46 g; suma cukrów prostych: 66.44 g;		
wtorek 2023-12-05 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300g (MLE), bułka kanapkowa 50g (GLU), chleb mały krojony 50g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), szynka beskidzka 50g, sałata zielona (1 lub 2 listki), Herbata 250ml,	zupa ziemniaczanka 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Budyń mięsno jarzynowy z pomidorami 120g (SEL), marchew z wody 120g, ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 180g,	chleb mały krojony 50g (GLU, ŻYT), bułka kanapkowa 50g (GLU), masło 10g (MLE), miód 1szt., Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2163.48 kcal; Białko ogółem: 74.10 g; białko zwierzęce: 35.27 g; Tłuszcz: 68.39 g; Węglowodany ogółem: 335.42 g; Sód: 4277.68 mg; Potas: 4255.72 mg; Magnez: 307.31 mg; Wapń: 621.45 mg; Żelazo: 8.52 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2777.50 ug; Błonnik pokarmowy: 23.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.56 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.73 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 20.86 g; suma cukrów prostych: 69.92 g;		
wtorek 2023-12-05 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300g (MLE), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), szynka beskidzka 50g, sałata zielona (1 lub 2 listki), Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa ogórkowa 400g (MLE, GLU, SEL, GOR), Budyń mięsno jarzynowy z pomidorami 120g (SEL), Sos koperkowy 100g (GLU), surówka z kapusty białej 100g (GOR), ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 180g,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Jajko 1 szt (JAJ), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2539.42 kcal; Białko ogółem: 100.30 g; białko zwierzęce: 54.63 g; Tłuszcz: 85.88 g; Węglowodany ogółem: 372.06 g; Sód: 6654.86 mg; Potas: 5096.94 mg; Magnez: 446.15 mg; Wapń: 1020.67 mg; Żelazo: 12.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1463.51 ug; Błonnik pokarmowy: 32.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.11 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.60 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.94 g; suma cukrów prostych: 86.19 g;		
środa 2023-12-06 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), kiełbasa krakowska drobiowa 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	zupa ryżowa z pietruszką 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Pieczeń z udźca 70g (GLU, MIĘ), szpinak na gęsto 100g, ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Serek topiony 50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1840.67 kcal; Białko ogółem: 69.79 g; białko zwierzęce: 42.55 g; Tłuszcz: 69.48 g; Węglowodany ogółem: 249.51 g; Sód: 4084.77 mg; Potas: 3354.14 mg; Magnez: 281.59 mg; Wapń: 609.36 mg; Żelazo: 10.12 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1593.72 ug; Błonnik pokarmowy: 17.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.75 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.93 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 24.12 g; suma cukrów prostych: 58.26 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
środa 2023-12-06		
Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLE, GLU), bułka kanapkowa 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), kielbasa krakowska drobiowa 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 50g, Herbata 250ml,	zupa ryżowa z pietruszką 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Pieczeń z udźca 70g (GLU, MIĘ), szpinak na gęsto 100g, ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), bułka kanapkowa 50g (GLU), masło 10g (MLE), Pasta mięsna 70g(9) (SEL), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2041.77 kcal; Białko ogółem: 81.22 g; białko zwierzęce: 50.27 g; Tłuszcz: 75.06 g; Węglowodany ogółem: 276.60 g; Sód: 3788.03 mg; Potas: 3650.06 mg; Magnez: 297.66 mg; Wapń: 441.97 mg; Żelazo: 11.01 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1652.73 ug; Błonnik pokarmowy: 18.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.16 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.25 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.25 g; suma cukrów prostych: 58.87 g;		
środa 2023-12-06		
Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLE, GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), kielbasa krakowska drobiowa 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	zupa ryżowa z pietruszką 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Pieczeń z udźca 70g (GLU, MIĘ), szpinak na gęsto 100g, ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Pasta mięsna 70g(9) (SEL), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2396.91 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; białko zwierzęce: 57.14 g; Tłuszcz: 83.85 g; Węglowodany ogółem: 340.21 g; Sód: 4327.13 mg; Potas: 4275.48 mg; Magnez: 413.03 mg; Wapń: 719.10 mg; Żelazo: 13.55 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1692.72 ug; Błonnik pokarmowy: 27.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.91 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.13 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.04 g; suma cukrów prostych: 69.98 g;		
czwartek 2023-12-07		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), szynka luksusowa 50g (MLE, SEL, SOJ), ogórek kiszony 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLE, GLU, SEL, GOR), makaron ze szpinakiem i mięsem drobiowym 350g (GLU, JAJ), Kompot 200ml, Podwieczorek: Mus owocowy 200g,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), twaróg z koperkiem 50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1879.69 kcal; Białko ogółem: 79.95 g; białko zwierzęce: 46.89 g; Tłuszcz: 48.93 g; Węglowodany ogółem: 298.96 g; Sód: 4968.49 mg; Potas: 2845.19 mg; Magnez: 276.53 mg; Wapń: 504.25 mg; Żelazo: 9.73 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 961.33 ug; Błonnik pokarmowy: 22.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.12 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.76 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 14.09 g; suma cukrów prostych: 63.11 g;		
czwartek 2023-12-07		
Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLE, GLU), bułka kanapkowa 50g (GLU), chleb mały krojony 50g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), szynka luksusowa 50g (MLE, SEL, SOJ), pomidor 50g, Herbata 250ml,	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLE, GLU, SEL, GOR), makaron ze szpinakiem i mięsem drobiowym 350g (GLU, JAJ), Kompot 200ml, Podwieczorek: Mus owocowy 200g,	chleb mały krojony 50g (GLU, ŻYT), bułka kanapkowa 50g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg z koperkiem 50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2113.71 kcal; Białko ogółem: 87.23 g; białko zwierzęce: 46.99 g; Tłuszcz: 52.98 g; Węglowodany ogółem: 343.60 g; Sód: 4980.08 mg; Potas: 3107.28 mg; Magnez: 318.57 mg; Wapń: 526.19 mg; Żelazo: 11.45 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1019.83 ug; Błonnik pokarmowy: 25.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.01 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.19 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 15.68 g; suma cukrów prostych: 62.14 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2023-12-07		
Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLE, GLU), Chleb razowy 100g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), szynka luksusowa 50g (MLE, SEL, SOJ), pomidor 50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLE, GLU, SEL, GOR), Sztuka mięsa 70g (MIĘ), surówka z marchwi i jabłka 100g (MLE), 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), twaróg z koperkiem 50g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2314.26 kcal; Białko ogółem: 92.42 g; białko zwierzęce: 55.32 g; Tłuszcz: 71.37 g; Węglowodany ogółem: 360.45 g; Sód: 6074.71 mg; Potas: 5349.08 mg; Magnez: 468.61 mg; Wapń: 790.12 mg; Żelazo: 13.31 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2302.73 ug; Błonnik pokarmowy: 38.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.91 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.20 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 24.28 g; suma cukrów prostych: 90.12 g;		
piątek 2023-12-08		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), sałata zielona (1 lub 2 listki) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	zupa jarmużowa z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło 10g+ makaron 180g) (MLE, GLU, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: ciastka kruche 50g (MLE, GLU),	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Dżem 50g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2271.90 kcal; Białko ogółem: 77.26 g; białko zwierzęce: 44.71 g; Tłuszcz: 71.07 g; Węglowodany ogółem: 342.75 g; Sód: 1500.81 mg; Potas: 2045.70 mg; Magnez: 194.78 mg; Wapń: 905.46 mg; Żelazo: 6.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 861.08 ug; Błonnik pokarmowy: 15.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.63 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 6.76 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 21.71 g; suma cukrów prostych: 90.13 g;		
piątek 2023-12-08		
Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z ryżem 300g (MLE), bułka kanapkowa 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), kielbasa krakowska 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), sałata zielona (1 lub 2 listki) , Herbata 250ml ,	zupa jarzynowa bez śmietany 300ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło 10g+ makaron 180g) (MLE, GLU, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: ciastka kruche 50g (MLE, GLU),	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), bułka kanapkowa 50g (GLU), masło 10g (MLE), Dżem 50g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2217.52 kcal; Białko ogółem: 72.23 g; białko zwierzęce: 40.73 g; Tłuszcz: 67.41 g; Węglowodany ogółem: 341.41 g; Sód: 3854.06 mg; Potas: 2081.54 mg; Magnez: 198.88 mg; Wapń: 542.31 mg; Żelazo: 6.97 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 865.30 ug; Błonnik pokarmowy: 14.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.69 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 6.59 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.16 g; suma cukrów prostych: 95.64 g;		
piątek 2023-12-08		
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), Ser żółty 50g (MLE), sałata zielona (1 lub 2 listki) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	zupa jarmużowa z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), jajka gotowane 2szt. , ziemniaki gotowane 200g. , Sos musztardowy 100g (MLE, GLU, GOR), Fasolka szparagowa z bułką tartą 120g (GLU, ROŚ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), kielbasa krakowska 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2263.35 kcal; Białko ogółem: 86.60 g; białko zwierzęce: 51.71 g; Tłuszcz: 70.06 g; Węglowodany ogółem: 345.17 g; Sód: 3941.23 mg; Potas: 4560.75 mg; Magnez: 383.62 mg; Wapń: 1288.96 mg; Żelazo: 10.77 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 958.96 ug; Błonnik pokarmowy: 26.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.37 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.03 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.32 g; suma cukrów prostych: 76.41 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2023-12-09 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Parówki Śląskie 100g (MLE, SEL, SOJ, GOR), pomidor 50g, Musztarda 20g (GOR), Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLU, SEL), Bigos 300g (GLU, SEL, SOJ, GOR), ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek naturalny 150g,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), pasta z jajka i twarogu 50g (MLE, GOR), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2273.79 kcal; Białko ogółem: 83.21 g; białko zwierzęce: 53.43 g; Tłuszcz: 103.47 g; Węglowodany ogółem: 274.65 g; Sód: 4700.78 mg; Potas: 4097.32 mg; Magnez: 317.51 mg; Wapń: 637.65 mg; Żelazo: 9.55 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 988.59 ug; Błonnik pokarmowy: 23.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.99 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.49 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.89 g; suma cukrów prostych: 61.68 g;		
sobota 2023-12-09 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), Szynka bartnika 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), pomidor 50g, Herbata 250ml,	zupa krupnik z ziemniakami 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Pieczeń z udźca 70g (GLU, MIĘ), szpinak na gęsto 100g, ziemniaki 200g, kompot 200ml, Podwieczorek: Serek naturalny 150g,	Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), miód 1szt., Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2270.43 kcal; Białko ogółem: 80.64 g; białko zwierzęce: 49.01 g; Tłuszcz: 94.81 g; Węglowodany ogółem: 291.42 g; Sód: 3863.96 mg; Potas: 3626.36 mg; Magnez: 329.21 mg; Wapń: 485.17 mg; Żelazo: 11.19 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1706.06 ug; Błonnik pokarmowy: 19.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.03 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.82 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.07 g; suma cukrów prostych: 49.19 g;		
sobota 2023-12-09 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), Parówki Śląskie 100g (MLE, SEL, SOJ, GOR), pomidor 50g, Musztarda 20g (GOR), Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLU, SEL), Bigos 300g (GLU, SEL, SOJ, GOR), ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek naturalny 150g,	Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), pasta z jajka i twarogu 50g (MLE, GOR), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2746.97 kcal; Białko ogółem: 100.95 g; białko zwierzęce: 60.35 g; Tłuszcz: 115.54 g; Węglowodany ogółem: 357.59 g; Sód: 5233.65 mg; Potas: 4805.55 mg; Magnez: 461.44 mg; Wapń: 928.03 mg; Żelazo: 13.04 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1038.59 ug; Błonnik pokarmowy: 33.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 56.48 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.32 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.09 g; suma cukrów prostych: 73.48 g;		
niedziela 2023-12-10 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), ogórek zielony 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL), pałki z kurczaka 150g, sos (GLU), Sałatka z kapusty czerwonej 120g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), szynka gotowana 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2119.27 kcal; Białko ogółem: 72.77 g; białko zwierzęce: 36.96 g; Tłuszcz: 68.80 g; Węglowodany ogółem: 322.78 g; Sód: 3328.32 mg; Potas: 3572.87 mg; Magnez: 274.52 mg; Wapń: 943.97 mg; Żelazo: 8.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 821.96 ug; Błonnik pokarmowy: 23.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.51 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.87 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.37 g; suma cukrów prostych: 61.72 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
niedziela 2023-12-10 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLE, GLU), Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), twaróg50g (MLE), pomidor50g , Herbata 250ml ,	Zupa rosół z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL), pałki z kurczaka gotowane 150g,sos (GLU, SEL), sałatka z jarzyn gotowanych100g (SEL), ziemniaki 200g , kompot 200ml . , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), szynka gotowana50.g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1652.97 kcal; Białko ogółem: 60.73 g; białko zwierzęce: 31.15 g; Tłuszcz: 42.64 g; Węglowodany ogółem: 274.84 g; Sód: 3029.92 mg; Potas: 3344.95 mg; Magnez: 237.45 mg; Wapń: 435.88 mg; Żelazo: 7.67 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1818.20 ug; Błonnik pokarmowy: 21.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.11 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 5.34 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 14.29 g; suma cukrów prostych: 53.15 g;		
niedziela 2023-12-10 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLE, GLU), chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), ogórek zielony50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL), pałki z kurczaka gotowane 150g,sos (GLU, SEL), Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), szynka gotowana50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2224.27 kcal; Białko ogółem: 81.26 g; białko zwierzęce: 43.77 g; Tłuszcz: 70.64 g; Węglowodany ogółem: 341.98 g; Sód: 3377.57 mg; Potas: 4032.07 mg; Magnez: 358.97 mg; Wapń: 1203.41 mg; Żelazo: 10.18 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 958.88 ug; Błonnik pokarmowy: 29.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.86 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.95 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.52 g; suma cukrów prostych: 72.49 g;		
poniedziałek 2023-12-11 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), szynkowa drobiowa 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	żurek z ziemniakami300g (GLU, SEL, SOJ, GOR, ŻYT), gulasz drobiowy(80g+80g) (GLU), Sałatka szwedzka 120g , makaron"świderki"200g (GLU, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny180g ,	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2004.37 kcal; Białko ogółem: 91.25 g; białko zwierzęce: 59.86 g; Tłuszcz: 55.35 g; Węglowodany ogółem: 297.31 g; Sód: 6669.61 mg; Potas: 2971.85 mg; Magnez: 287.82 mg; Wapń: 567.07 mg; Żelazo: 9.89 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 654.07 ug; Błonnik pokarmowy: 15.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.46 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.40 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 18.30 g; suma cukrów prostych: 60.42 g;		
poniedziałek 2023-12-11 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi300ml (MLE, GLU), Wek krojony 50g(1), (GLU), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), szynkowa drobiowa 50.g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor50g , Herbata 250ml ,	zupa jarzynowa 400ml (1,7,9)-bez brokuła (MLE, GLU, SEL), gulasz drobiowy(80g+80g)(1,7) (GLU), Marchew oprószana 120g (GLU), makaron"świderki"200g(1,3) (GLU, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny180g ,	chleb mały krojony50g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 10g (MLE), Pasta mięsna 70g(9) (SEL), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2277.16 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; białko zwierzęce: 62.09 g; Tłuszcz: 75.10 g; Węglowodany ogółem: 322.71 g; Sód: 2578.81 mg; Potas: 3509.44 mg; Magnez: 330.12 mg; Wapń: 598.77 mg; Żelazo: 10.32 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2727.98 ug; Błonnik pokarmowy: 23.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.67 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.22 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.57 g; suma cukrów prostych: 65.55 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
poniedziałek 2023-12-11		
Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLE, GLU), Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), szynkowa drobiowa 50.g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 50g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLE, GLU, ŻYT),	Żurek 400g(1,) (GLU, SEL, SOJ, GOR, ŻYT), gulasz drobiowy(80g+80g)(1,7) (GLU), Sałatka szwedzka 120g, makaron "świderki" 200g(1,3) (GLU, JAJ), Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 180g,	chleb krojony mały 70g(1,3,7) (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Jajo gotowane 1 szt(3) (JAJ), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2295.43 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; białko zwierzęce: 64.92 g; Tłuszcz: 71.82 g; Węglowodany ogółem: 331.75 g; Sód: 2345.71 mg; Potas: 3562.28 mg; Magnez: 385.23 mg; Wapń: 839.92 mg; Żelazo: 12.39 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 764.22 ug; Błonnik pokarmowy: 23.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.22 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.59 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.01 g; suma cukrów prostych: 71.24 g;		
wtorek 2023-12-12		
Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), twaróg z koperkiem 50g (MLE), sałata zielona, kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa grochówka 400g (MLE, GLU, SEL, SOJ, ROŚ, GOR), Kotle z mortadeli 100g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), buraki 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), Masło 15g (MLE), kiełbasa szynkowa 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3154.09 kcal; Białko ogółem: 102.30 g; białko zwierzęce: 43.85 g; Tłuszcz: 85.83 g; Węglowodany ogółem: 536.69 g; Sód: 3382.47 mg; Potas: 7528.73 mg; Magnez: 635.91 mg; Wapń: 535.25 mg; Żelazo: 20.25 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 584.57 ug; Błonnik pokarmowy: 49.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.56 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.43 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.57 g; suma cukrów prostych: 139.52 g;		
wtorek 2023-12-12		
Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300g (MLE), Wek krojony 50g(1,) (GLU), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), twaróg z koperkiem 50g (MLE), kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), sałata zielona,	zupa ryżowa z pietruszką 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Sztuka mięsa 70.g (MIĘ), Sos koperkowy 100g(1,7,) (GLU), buraki 100g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	Wek krojony 50g (GLU), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), kiełbasa szynkowa 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2706.29 kcal; Białko ogółem: 92.26 g; białko zwierzęce: 56.51 g; Tłuszcz: 73.74 g; Węglowodany ogółem: 441.28 g; Sód: 4132.26 mg; Potas: 6001.84 mg; Magnez: 457.07 mg; Wapń: 707.99 mg; Żelazo: 12.83 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 584.78 ug; Błonnik pokarmowy: 27.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.97 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.00 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.41 g; suma cukrów prostych: 144.32 g;		
wtorek 2023-12-12		
Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300g (MLE), Chleb razowy 100g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), twaróg z koperkiem 50g (MLE), kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), sałata zielona,	Zupa grochówka 400g (MLE, GLU, SEL, SOJ, ROŚ, GOR), Sztuka mięsa 70.g (MIĘ), Sos koperkowy 100g(1,7,) (GLU), buraki 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: banan 1szt. podwieczorek dla dzieci i położnic,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), kiełbasa szynkowa 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3060.73 kcal; Białko ogółem: 113.19 g; białko zwierzęce: 58.30 g; Tłuszcz: 79.50 g; Węglowodany ogółem: 515.05 g; Sód: 3254.29 mg; Potas: 8005.94 mg; Magnez: 657.70 mg; Wapń: 815.60 mg; Żelazo: 19.50 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 619.77 ug; Błonnik pokarmowy: 47.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.44 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.19 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.04 g; suma cukrów prostych: 153.07 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2023-12-13 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLE, GLU), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), wieprzowinka w galarecie 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 50g, kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Gulasz wieprzowy 180g (GLU), Surówka z kapusty białej 120g (GOR), Ryż na sypko 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Mus owocowy 200g,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Dżem 50g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2463.50 kcal; Białko ogółem: 83.04 g; białko zwierzęce: 43.56 g; Tłuszcz: 77.87 g; Węglowodany ogółem: 388.11 g; Sód: 4226.48 mg; Potas: 2924.99 mg; Magnez: 328.35 mg; Wapń: 739.77 mg; Żelazo: 10.68 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1035.59 ug; Błonnik pokarmowy: 33.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.56 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.27 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.82 g; suma cukrów prostych: 86.30 g;		
środa 2023-12-13 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLE, GLU), Wek krojony 50g (GLU), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), wieprzowinka w galarecie 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 50g, Herbata 250ml,	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Gulasz wieprzowy 180g (GLU), szpinak na gęsto 120g, Ryż na sypko 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Mus owocowy 200g,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), Masło 15g (MLE), Dżem 50g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2194.18 kcal; Białko ogółem: 71.98 g; białko zwierzęce: 38.47 g; Tłuszcz: 78.13 g; Węglowodany ogółem: 321.80 g; Sód: 4149.53 mg; Potas: 2212.72 mg; Magnez: 262.91 mg; Wapń: 514.20 mg; Żelazo: 11.18 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1717.24 ug; Błonnik pokarmowy: 23.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.31 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.15 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.35 g; suma cukrów prostych: 73.91 g;		
środa 2023-12-13 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLE, GLU), Chleb razowy 100g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), wieprzowinka w galarecie 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 50g, kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Gulasz wieprzowy 180g (GLU), Surówka z kapusty białej 120g (GOR), Ryż na sypko 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Mus owocowy 200g,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), pasta z konserwy rybnej 50g (JAJ), masło 10g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2332.38 kcal; Białko ogółem: 86.19 g; białko zwierzęce: 51.75 g; Tłuszcz: 87.33 g; Węglowodany ogółem: 330.15 g; Sód: 4171.34 mg; Potas: 2940.77 mg; Magnez: 329.09 mg; Wapń: 750.21 mg; Żelazo: 10.81 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1133.17 ug; Błonnik pokarmowy: 31.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.22 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.00 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.80 g; suma cukrów prostych: 69.02 g;		
czwartek 2023-12-14 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), szynka tyrolska 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), ogórek zielony 50g, kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa ziemniaczana 400g (MLE, GLU, SEL), kotlet mielony 90g (GLU, JAJ), Fasolka szparagowa z bułką tartą 120g (GLU, ROS), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek naturalny 150g,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Serek topiony 50g (MLE), masło 10g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2738.87 kcal; Białko ogółem: 87.55 g; białko zwierzęce: 50.88 g; Tłuszcz: 127.45 g; Węglowodany ogółem: 337.29 g; Sód: 3254.10 mg; Potas: 4214.37 mg; Magnez: 343.81 mg; Wapń: 621.52 mg; Żelazo: 11.34 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1057.70 ug; Błonnik pokarmowy: 27.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 58.71 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.00 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 45.37 g; suma cukrów prostych: 58.55 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2023-12-14 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLE, GLU), Wek krojony 50g (GLU), masło 10g (MLE), szynka tyrolska 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), sałata zielona, Herbata 250ml,	Zupa ziemniaczana 400g (MLE, GLU, SEL), budyń mięsno jarzynowy z pomidorami 120g (SEL), Ziemniaki gotowane 200g, brokuł z wody 100g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek naturalny 150g,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), masło 10g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2269.86 kcal; Białko ogółem: 79.79 g; białko zwierzęce: 51.42 g; Tłuszcz: 113.59 g; Węglowodany ogółem: 251.84 g; Sód: 2310.77 mg; Potas: 4322.66 mg; Magnez: 300.99 mg; Wapń: 498.99 mg; Żelazo: 10.14 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2122.52 ug; Błonnik pokarmowy: 19.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 53.97 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.15 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.76 g; suma cukrów prostych: 60.39 g;		
czwartek 2023-12-14 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLE, GLU), Chleb razowy 100g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), szynka tyrolska 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), ogórek zielony 50g, kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa ziemniaczana 400g (MLE, GLU, SEL), budyń mięsno jarzynowy z pomidorami 120g (SEL), Ziemniaki gotowane 200g, Fasolka szparagowa z bułką tartą 120g (GLU, ROS), Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek naturalny 150g,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), Serek topiony 50g (MLE), masło 10g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2642.02 kcal; Białko ogółem: 95.04 g; białko zwierzęce: 58.19 g; Tłuszcz: 116.89 g; Węglowodany ogółem: 334.04 g; Sód: 2752.67 mg; Potas: 4820.86 mg; Magnez: 430.98 mg; Wapń: 892.95 mg; Żelazo: 12.53 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1501.82 ug; Błonnik pokarmowy: 32.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 60.64 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.58 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 36.86 g; suma cukrów prostych: 70.09 g;		
piątek 2023-12-15 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), twaróg z koperkiem 50g (MLE), pomidor 50g, kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLE, GLU, SEL, GOR), Ryba smażona 120g (GLU, JAJ, RYB), ziemniaki gotowane 200g, Surówka z kapusty pekińskiej 120g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), Jajko 1 szt (JAJ), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2335.74 kcal; Białko ogółem: 94.41 g; białko zwierzęce: 58.21 g; Tłuszcz: 81.81 g; Węglowodany ogółem: 331.79 g; Sód: 2040.49 mg; Potas: 4799.54 mg; Magnez: 365.91 mg; Wapń: 523.61 mg; Żelazo: 12.50 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1547.15 ug; Błonnik pokarmowy: 29.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.20 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.26 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.48 g; suma cukrów prostych: 62.53 g;		
piątek 2023-12-15 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z ryżem 300g (MLE), Wek krojony 50g (GLU), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), twaróg z koperkiem 50g (MLE), Herbata 250ml, pomidor 50g,	zupa krupnik z ziemniakami 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Ryba gotowana 90g (SEL, RYB), Sos po grecku 100g (GLU, SEL), Sałatka z jarzyn gotowanych 120g (SEL), ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 10g (MLE), miód 1szt., Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2083.55 kcal; Białko ogółem: 83.01 g; białko zwierzęce: 48.70 g; Tłuszcz: 46.27 g; Węglowodany ogółem: 356.64 g; Sód: 2530.48 mg; Potas: 4413.09 mg; Magnez: 313.77 mg; Wapń: 602.15 mg; Żelazo: 9.61 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2354.15 ug; Błonnik pokarmowy: 27.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.80 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.80 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 14.49 g; suma cukrów prostych: 72.13 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2023-12-15		
Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z ryżem 300g (MLE), Chleb razowy 100g (MLE, GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), twaróg z koperkiem 50g (MLE), pomidor 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLE, GLU, SEL, GOR), Ryba gotowana 90g (SEL, RYB), Ziemniaki gotowane 200g , Sałatka z jarzyn gotowanych 120g (SEL), Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), masło 10g (MLE), Herbata 250ml,
<p>Wartości odżywcze: Energia: 2172.30 kcal; Białko ogółem: 103.51 g; białko zwierzęce: 68.15 g; Tłuszcz: 55.20 g; Węglowodany ogółem: 346.32 g; Sód: 2090.19 mg; Potas: 5548.18 mg; Magnez: 437.66 mg; Wapń: 914.41 mg; Żelazo: 13.28 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2487.41 ug; Błonnik pokarmowy: 34.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.51 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.63 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 16.45 g; suma cukrów prostych: 80.77 g;</p>		

Dietetyk

.....