

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2023-12-16 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb mały krojony100g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kurczak gotowany-wedlina 40g , Rzodkiewka100g , kawa z mlekiem200ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLE),	Zupa grysikowa 400g (GLU, SEL), Sztuka mięsa100g (MIĘ), Sos jarzynowy 100g (GLU, SEL), surówka z marchwi i jabłka 100g (MLE), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mandarynka (1szt.) ,	chleb mały krojony100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2538.14 kcal; Białko ogółem: 92.02 g; białko zwierzęce: 59.24 g; Tłuszcz: 108.31 g; Węglowodany ogółem: 322.81 g; Sód: 4803.73 mg; Potas: 4176.40 mg; Magnez: 332.59 mg; Wapń: 591.44 mg; Żelazo: 11.69 mg; Witamina A (ekwiv. retinolu): 3025.28 ug; Błonnik pokarmowy: 26.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.70 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.34 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 45.30 g; suma cukrów prostych: 83.15 g;		
sobota 2023-12-16 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z makaronem świderki300ml (MLE), Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kurczak gotowany-wedlina 40g , pomidor100g , Herbata 250ml , Jogurt naturalny 1szt (MLE),	zupa grysikowa300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Sztuka mięsa 70.g (MIĘ), Sos jarzynowy 100g (GLU, SEL), Marchew oprószana 120g (GLU), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: kisiel - dla oddziału pediatrycznego i położniczego ,	chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 15g (MLE), Dzem 50g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2124.96 kcal; Białko ogółem: 72.65 g; białko zwierzęce: 41.97 g; Tłuszcz: 68.16 g; Węglowodany ogółem: 321.94 g; Sód: 4428.96 mg; Potas: 3666.29 mg; Magnez: 265.29 mg; Wapń: 557.51 mg; Żelazo: 8.53 mg; Witamina A (ekwiv. retinolu): 2561.21 ug; Błonnik pokarmowy: 19.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.86 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.69 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 24.14 g; suma cukrów prostych: 83.01 g;		
sobota 2023-12-16 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z makaronem świderki300ml (MLE), Chleb razowy 100g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kurczak gotowany-wedlina 40g , Rzodkiewka100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLE),	zupa grysikowa300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Sztuka mięsa100g (MIĘ), surówka z marchwi i jabłka 100g (MLE), Ziemniaki gotowane 200g , Sos jarzynowy 100g (GLU, SEL), Kompot 200ml , Podwieczorek: Mandarynka (1szt.) ,	chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2719.23 kcal; Białko ogółem: 103.67 g; białko zwierzęce: 68.09 g; Tłuszcz: 112.04 g; Węglowodany ogółem: 351.90 g; Sód: 7067.19 mg; Potas: 4705.09 mg; Magnez: 424.23 mg; Wapń: 914.32 mg; Żelazo: 13.02 mg; Witamina A (ekwiv. retinolu): 3001.91 ug; Błonnik pokarmowy: 30.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.69 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.99 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 46.04 g; suma cukrów prostych: 96.14 g;		
niedziela 2023-12-17 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb mały krojony100g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kielbasa z piersi kurczaka40g , kawa z mlekiem200ml (MLE, GLU, ŻYT), sałata zielona (1 lub 2 listki) , II Śniadanie: Mus owocowy200g ,	zupa rosół z makaronem300g (MLE, GLU, JAJ, SEL, GOR), pałki z kurczaka 150g (GLU), sałatka z kapusty czerwonej100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko 150g ,	chleb mały krojony100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Serek topiony 50g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2039.45 kcal; Białko ogółem: 50.84 g; białko zwierzęce: 18.42 g; Tłuszcz: 66.35 g; Węglowodany ogółem: 338.83 g; Sód: 5694.34 mg; Potas: 3300.15 mg; Magnez: 291.60 mg; Wapń: 571.16 mg; Żelazo: 8.76 mg; Witamina A (ekwiv. retinolu): 606.84 ug; Błonnik pokarmowy: 31.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.20 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.35 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 21.65 g; suma cukrów prostych: 85.26 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2023-12-17 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLE, GLU), Wek krojony 50g (GLU), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kiełbasa z piersi kurczaka 40g, sałata zielona, Herbata 250ml, II Śniadanie: Jabłko 150g,	zupa rosół z makaronem 300g (MLE, GLU, JAJ, SEL, GOR), pałki z kurczaka gotowane 150g (GLU, SEL), szpinak na gęsto 100g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: biszkopty,	Wek krojony 50g (GLU), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 10g (MLE), serek waniliowy 70g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2059.41 kcal; Białko ogółem: 61.36 g; białko zwierzęce: 26.61 g; Tłuszcz: 52.13 g; Węglowodany ogółem: 354.94 g; Sód: 5300.29 mg; Potas: 3064.93 mg; Magnez: 307.89 mg; Wapń: 512.27 mg; Żelazo: 10.33 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1463.46 ug; Błonnik pokarmowy: 22.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.36 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.98 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 15.39 g; suma cukrów prostych: 94.61 g;		
niedziela 2023-12-17 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLE, GLU), Chleb razowy 100g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kiełbasa z piersi kurczaka 40g, sałata zielona, kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Mus owocowy 200g,	Zupa rosół z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL), pałki z kurczaka gotowane 150g (GLU, SEL), sałatka z kapusty czerwonej 100g, Ziemniaki gotowane 200g, Sos koperkowy 100g (GLU), Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko 150g,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Serek topiony 50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2224.49 kcal; Białko ogółem: 61.85 g; białko zwierzęce: 25.22 g; Tłuszcz: 70.86 g; Węglowodany ogółem: 369.42 g; Sód: 2807.53 mg; Potas: 3835.14 mg; Magnez: 368.92 mg; Wapń: 839.50 mg; Żelazo: 10.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 819.38 ug; Błonnik pokarmowy: 37.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.45 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.00 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 20.94 g; suma cukrów prostych: 95.87 g;		
poniedziałek 2023-12-18 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Szyunka beskidzka 50g, Papryka konserwowa 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Serek homogenizowany 1szt.,	zupa barszcz z ziemniakami 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), wątróbka duszona drobiowa 120g (GLU), ziemniaki z koperkiem 200g, Surówka z kapusty białej 120g (GOR), Kompot 200ml, Podwieczorek: Mandarynka (1szt.),	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Dżem 50g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2544.55 kcal; Białko ogółem: 65.16 g; białko zwierzęce: 21.95 g; Tłuszcz: 109.75 g; Węglowodany ogółem: 353.03 g; Sód: 5356.36 mg; Potas: 4240.22 mg; Magnez: 342.63 mg; Wapń: 535.53 mg; Żelazo: 9.32 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1237.67 ug; Błonnik pokarmowy: 29.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.11 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.39 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.40 g; suma cukrów prostych: 89.08 g;		
poniedziałek 2023-12-18 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z makaronem świderki 400ml (MLE), Wek krojony 50g (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt (GLU), masło 15g (MLE), Szyunka beskidzka 50g, pomidor 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Serek homogenizowany 1szt.,	zupa barszcz z ziemniakami 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), schab duszony 100g (GLU, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g, marchew oprószana 100g (GLU), Kompot 200ml, Podwieczorek: Mandarynka (1szt.),	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Dżem 50g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3032.71 kcal; Białko ogółem: 125.70 g; białko zwierzęce: 84.60 g; Tłuszcz: 139.39 g; Węglowodany ogółem: 343.39 g; Sód: 5853.03 mg; Potas: 5223.57 mg; Magnez: 372.43 mg; Wapń: 542.11 mg; Żelazo: 11.65 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2806.07 ug; Błonnik pokarmowy: 24.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 61.29 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.45 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 45.36 g; suma cukrów prostych: 90.44 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-12-18		
Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z makaronem świderki 400ml (MLE), Chleb razowy 100g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Papryka konserwowa 100g, Szynka beskidzka 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Serek homogenizowany 1szt. ,	zupa barszcz z ziemniakami 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), schab duszony 100g (GLU, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g, surówka z kapusty białej 100g (GOR), Kompot 200ml, Podwieczorek: Mandarynka (1szt.) ,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), Jajko 1 szt (JAJ), masło 15g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3320.14 kcal; Białko ogółem: 149.75 g; białko zwierzęce: 103.92 g; Tłuszcz: 153.50 g; Węglowodany ogółem: 367.41 g; Sód: 6157.98 mg; Potas: 5782.96 mg; Magnez: 498.53 mg; Wapń: 921.90 mg; Żelazo: 15.53 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1479.72 ug; Błonnik pokarmowy: 32.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 65.48 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.70 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 50.27 g; suma cukrów prostych: 86.47 g;		
wtorek 2023-12-19		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Papryka konserwowa 100g, Filet zapiekany na maśle 40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Drożdżówka 1szt. (MLE, GLU, JAJ),	zupa szpinakowa z ziemniakami 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Fasolka po bretońsku 300g (GLU, SEL, SOJ, ROŚ, GOR), Bułka zwykła 50g 1szt (GLU), Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt ,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg 50g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2834.05 kcal; Białko ogółem: 95.65 g; białko zwierzęce: 36.37 g; Tłuszcz: 68.45 g; Węglowodany ogółem: 495.13 g; Sód: 3819.68 mg; Potas: 5859.66 mg; Magnez: 580.89 mg; Wapń: 618.04 mg; Żelazo: 17.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1023.69 ug; Błonnik pokarmowy: 42.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.03 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.22 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.53 g; suma cukrów prostych: 133.25 g;		
wtorek 2023-12-19		
Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLE, GLU), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 15g (MLE), Filet zapiekany na maśle 40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), pomidor 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Drożdżówka 1szt. (MLE, GLU, JAJ),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLE, GLU, SEL, GOR), Pulpet gotowany 80g (GLU, JAJ, SEL), Sos koperkowy 100g (GLU), buraki 100g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt ,	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg 50g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3039.96 kcal; Białko ogółem: 94.89 g; białko zwierzęce: 47.13 g; Tłuszcz: 74.84 g; Węglowodany ogółem: 526.86 g; Sód: 2435.69 mg; Potas: 7064.20 mg; Magnez: 525.45 mg; Wapń: 603.35 mg; Żelazo: 16.43 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1282.93 ug; Błonnik pokarmowy: 36.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.67 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.26 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.48 g; suma cukrów prostych: 146.62 g;		
wtorek 2023-12-19		
Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLE, GLU), Chleb razowy 100g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Filet zapiekany na maśle 40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Papryka konserwowa 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLE),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLE, GLU, SEL, GOR), Pulpet gotowany 80g (GLU, JAJ, SEL), buraki 100g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt ,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg 50g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2878.09 kcal; Białko ogółem: 97.66 g; białko zwierzęce: 54.64 g; Tłuszcz: 74.79 g; Węglowodany ogółem: 487.71 g; Sód: 2311.83 mg; Potas: 7271.45 mg; Magnez: 615.36 mg; Wapń: 926.88 mg; Żelazo: 16.18 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1114.92 ug; Błonnik pokarmowy: 39.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.06 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.77 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 24.67 g; suma cukrów prostych: 148.22 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2023-12-20 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), kielbasa krakowska 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jabłko 150g,	zupa krupnik z ziemniakami 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), filet drobiowy w sosie 100g (GLU), Kapusta kiszona zasmażana 120g (GLU), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Kisiel,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Dżem 50g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2459.20 kcal; Białko ogółem: 92.94 g; białko zwierzęce: 61.11 g; Tłuszcz: 81.52 g; Węglowodany ogółem: 363.18 g; Sód: 4042.77 mg; Potas: 4431.20 mg; Magnez: 340.55 mg; Wapń: 368.07 mg; Żelazo: 10.49 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 726.29 ug; Błonnik pokarmowy: 28.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.61 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.04 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.33 g; suma cukrów prostych: 99.23 g;		
środa 2023-12-20 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLE, GLU), Wek krojony 50g (GLU), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), kielbasa krakowska 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Jabłko 150g,	zupa krupnik z ziemniakami 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), filet drobiowy w sosie 100g (GLU), szpinak na gęsto 100g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Kisiel,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Dżem 50g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2459.81 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; białko zwierzęce: 62.86 g; Tłuszcz: 70.06 g; Węglowodany ogółem: 383.30 g; Sód: 3800.71 mg; Potas: 4485.44 mg; Magnez: 415.54 mg; Wapń: 473.00 mg; Żelazo: 13.42 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1502.19 ug; Błonnik pokarmowy: 29.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.61 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.42 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.95 g; suma cukrów prostych: 102.03 g;		
środa 2023-12-20 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLE, GLU), Chleb razowy 100g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), kielbasa krakowska 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLU, SEL), filet drobiowy w sosie 100g (GLU), Kapusta kiszona zasmażana 120g (GLU), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Kisiel,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), pasta z kielbasy i jajka 60g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2582.46 kcal; Białko ogółem: 114.34 g; białko zwierzęce: 78.98 g; Tłuszcz: 99.38 g; Węglowodany ogółem: 335.24 g; Sód: 3757.71 mg; Potas: 4846.59 mg; Magnez: 441.59 mg; Wapń: 654.06 mg; Żelazo: 13.56 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 914.28 ug; Błonnik pokarmowy: 30.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.80 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.65 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.01 g; suma cukrów prostych: 65.09 g;		
czwartek 2023-12-21 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kurczak gotowany-wedlina 40g, ogórek zielony 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Kiwi 1szt.,	żurek z ziemniakami 300g (GLU, SEL, SOJ, GOR, ŻYT), Potrawka z kurczaka 180g (GLU, SEL), Surówka z marchwi i jabłka 120g (MLE), Ryż na sypko 200g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Deser budyniowy 1szt.,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Twaróg ze szczypiorkiem 50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2131.92 kcal; Białko ogółem: 81.96 g; białko zwierzęce: 49.78 g; Tłuszcz: 55.26 g; Węglowodany ogółem: 349.53 g; Sód: 5923.51 mg; Potas: 3460.67 mg; Magnez: 318.04 mg; Wapń: 440.71 mg; Żelazo: 9.28 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2548.44 ug; Błonnik pokarmowy: 26.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.08 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.56 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 15.71 g; suma cukrów prostych: 71.72 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2023-12-21 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300g (MLE), Wek krojony 50g (GLU), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kurczak gotowany-wedlina 40g, pomidor 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Kiwi 1szt. ,	zupa ziemniaczanka 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Potrawka z kurczaka 180g (GLU, SEL), brokuł z wody 120g, Ryż na sypko 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 15g (MLE), Szynka beskidzka 50g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2118.95 kcal; Białko ogółem: 82.71 g; białko zwierzęce: 40.04 g; Tłuszcz: 61.12 g; Węglowodany ogółem: 330.28 g; Sód: 4359.57 mg; Potas: 3479.85 mg; Magnez: 267.21 mg; Wapń: 500.85 mg; Żelazo: 8.81 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1041.46 ug; Błonnik pokarmowy: 22.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.24 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.89 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 14.66 g; suma cukrów prostych: 60.78 g;		
czwartek 2023-12-21 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300g (MLE), Chleb razowy 100g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), ogórek zielony 100g, Kurczak gotowany-wedlina 40g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Kiwi 1szt. ,	żurek z ziemniakami 300g (GLU, SEL, SOJ, GOR, ŻYT), Potrawka z kurczaka 180g (GLU, SEL), Surówka z marchwi i jabłka 120g (MLE), Ryż na sypko 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg ze szczypiorkiem 50g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2390.01 kcal; Białko ogółem: 98.02 g; białko zwierzęce: 63.72 g; Tłuszcz: 65.94 g; Węglowodany ogółem: 379.50 g; Sód: 6524.72 mg; Potas: 4230.71 mg; Magnez: 407.78 mg; Wapń: 849.35 mg; Żelazo: 10.89 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2798.24 ug; Błonnik pokarmowy: 32.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.64 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.99 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 18.65 g; suma cukrów prostych: 90.85 g;		
piątek 2023-12-22 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Jajko 1 szt (JAJ), pomidor 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Mus owocowy 200g ,	zupa kalafiorowa 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Kaszotto warzywne 400g (GLU, SEL), Kefir (MLE), Kompot 200ml, Podwieczorek: Mandarynka (1szt.) ,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2049.01 kcal; Białko ogółem: 72.78 g; białko zwierzęce: 38.87 g; Tłuszcz: 66.31 g; Węglowodany ogółem: 322.43 g; Sód: 5984.07 mg; Potas: 3167.10 mg; Magnez: 333.04 mg; Wapń: 934.56 mg; Żelazo: 11.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1461.66 ug; Błonnik pokarmowy: 34.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.91 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.33 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 19.65 g; suma cukrów prostych: 62.61 g;		
piątek 2023-12-22 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z makaronem muszelki 300ml (MLE), Wek krojony 50g (GLU), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Twaróg 50g (MLE), pomidor 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Mus owocowy 200g ,	rosół z lanym ciastem 300ml (MLE, GLU, JAJ, SEL, GOR), Kaszotto warzywne 400g (GLU, SEL), Kefir (MLE), Kompot 200ml, Podwieczorek: Mandarynka (1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), szynka tyrolska 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1876.96 kcal; Białko ogółem: 66.62 g; białko zwierzęce: 31.85 g; Tłuszcz: 46.18 g; Węglowodany ogółem: 324.51 g; Sód: 5558.78 mg; Potas: 2395.41 mg; Magnez: 252.44 mg; Wapń: 503.72 mg; Żelazo: 9.32 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1111.93 ug; Błonnik pokarmowy: 29.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.40 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 6.23 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 13.16 g; suma cukrów prostych: 65.88 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2023-12-22		
Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z makaronem muszelki 300ml (MLE), Chleb razowy 100g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Jajko 1 szt (JAJ), pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Mus owocowy 200g,	zupa kalafiorowa 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Kaszotto warzywne 400g (GLU, SEL), Kefir (MLE), Kompot 200ml, Podwieczorek: Mandarynka (1szt.),	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Herbata 250ml,
<p>Wartości odżywcze: Energia: 2268.80 kcal; Białko ogółem: 84.36 g; białko zwierzęce: 47.72 g; Tłuszcz: 75.02 g; Węglowodany ogółem: 350.17 g; Sód: 6071.18 mg; Potas: 3682.29 mg; Magnez: 409.08 mg; Wapń: 1253.20 mg; Żelazo: 12.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1531.41 ug; Błonnik pokarmowy: 38.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.33 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.69 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.01 g; suma cukrów prostych: 75.38 g;</p>		

Dietetyk

.....