

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-01-05 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb krojony mały120,g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Papryka konserwowa100g , Ser żółty 50g (MLE), Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Mandarynka2szt. ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Ryba smażona 120.g (GLU, JAJ, RYB), ziemniaki gotowane200g. , surówka z kapusty pekińskiej150g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	Jajko 1 szt (JAJ), chleb krojony mały120,g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2693.38 kcal; Białko ogółem: 101.72 g; białko zwierzęce: 65.82 g; Tłuszcz: 114.40 g; Węglowodany ogółem: 342.02 g; Sód: 3521.24 mg; Potas: 4160.51 mg; Magnez: 355.08 mg; Wapń: 1087.27 mg; Żelazo: 12.57 mg; Witamina A (ekwiv. retinolu): 1913.97 ug; Błonnik pokarmowy: 29.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.64 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.30 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 75.99 g; suma cukrów prostych: 75.15 g;		
piątek 2024-01-05 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z ryżem250ml (MLE), Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg z koperkiem50g (MLE), pomidor100g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Mandarynka2szt. ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), ryba gotowana100g (MLE, GLU, SEL, RYB, GOR), Sos po grecku 100g (GLU, SEL), Sałatka z jarzyn gotowanych150g (SEL), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 10g (MLE), Szynka luksusowa40g (MLE, SEL, SOJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2115.26 kcal; Białko ogółem: 88.71 g; białko zwierzęce: 55.87 g; Tłuszcz: 65.96 g; Węglowodany ogółem: 317.71 g; Sód: 3568.47 mg; Potas: 4738.26 mg; Magnez: 339.88 mg; Wapń: 677.56 mg; Żelazo: 9.64 mg; Witamina A (ekwiv. retinolu): 2590.47 ug; Błonnik pokarmowy: 28.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.63 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.91 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 52.45 g; suma cukrów prostych: 84.02 g;		
piątek 2024-01-05 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z ryżem250ml (MLE), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Papryka konserwowa100g , twaróg z koperkiem50g (MLE), Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Mandarynka2szt. ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Ryba smażona 120.g (GLU, JAJ, RYB), ziemniaki gotowane200g. , surówka z kapusty pekińskiej150g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały120,g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Jajko 1 szt (JAJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2725.08 kcal; Białko ogółem: 108.94 g; białko zwierzęce: 70.26 g; Tłuszcz: 98.66 g; Węglowodany ogółem: 381.27 g; Sód: 3618.65 mg; Potas: 4901.86 mg; Magnez: 424.19 mg; Wapń: 1033.33 mg; Żelazo: 13.97 mg; Witamina A (ekwiv. retinolu): 2009.07 ug; Błonnik pokarmowy: 33.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.86 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.78 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.80 g; suma cukrów prostych: 94.07 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-01-06 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb krojony mały120,g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Filet zapiekany na maśle - wędlna 40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Ogórek kiszony 100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa grysikowa250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), potrawka z kurczaka120g (GLU, SEL), Sałatka wielowarzywna150g (SEL), ziemniaki gotowane200g. , sałatka makaronowa z ogórka cebuli kukurydzy i pomidora150g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Podwieczorek: Mus owocowy200g ,	chleb krojony mały120,g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Wieprzowinka w galarecie50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2822.23 kcal; Białko ogółem: 87.02 g; białko zwierzęce: 44.04 g; Tłuszcz: 76.38 g; Węglowodany ogółem: 477.66 g; Sód: 4980.66 mg; Potas: 5704.67 mg; Magnez: 491.15 mg; Wapń: 465.65 mg; Żelazo: 12.11 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 759.82 ug; Błonnik pokarmowy: 35.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.66 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.17 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.66 g; suma cukrów prostych: 117.02 g;		
sobota 2024-01-06 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi250ml (MLE), Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Filet zapiekany na maśle - wędlna 40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), pomidor100g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa grysikowa250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Potrawka z kurczaka 180g (GLU, SEL), Marchew oprószana 120g (GLU), ziemniaki 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mus owocowy200g ,	Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Wieprzowinka w galarecie50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2522.52 kcal; Białko ogółem: 84.03 g; białko zwierzęce: 48.49 g; Tłuszcz: 65.37 g; Węglowodany ogółem: 431.37 g; Sód: 4046.91 mg; Potas: 6035.49 mg; Magnez: 472.34 mg; Wapń: 531.48 mg; Żelazo: 11.32 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2655.60 ug; Błonnik pokarmowy: 36.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.34 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.09 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 21.49 g; suma cukrów prostych: 126.50 g;		
sobota 2024-01-06 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi250ml (MLE), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Filet zapiekany na maśle - wędlna 40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Ogórek kiszony 100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa grysikowa250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), potrawka z kurczaka120g (GLU, SEL), Sałatka wielowarzywna150g (SEL), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mus owocowy200g ,	chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), wieprzowinka w galarecie50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2728.01 kcal; Białko ogółem: 90.79 g; białko zwierzęce: 51.78 g; Tłuszcz: 69.26 g; Węglowodany ogółem: 470.50 g; Sód: 4991.02 mg; Potas: 6060.05 mg; Magnez: 561.23 mg; Wapń: 766.04 mg; Żelazo: 12.55 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 763.40 ug; Błonnik pokarmowy: 39.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.78 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.14 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 21.87 g; suma cukrów prostych: 138.61 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-01-07 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Parówki drobiowe wiedeńskie 100g , Musztarda 20g (GOR), sałata zielona (1 lub 2 listki) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa rosół z makaronem 250ml (GLU, JAJ, SEL), Pałki z kurczaka 150g, sos (2szt.) (GLU), Sałatka z czerwonej 120g , ziemniaki gotowane 200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLE),	chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kiełbasa krotoszyńska 40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2476.67 kcal; Białko ogółem: 74.59 g; białko zwierzęce: 38.44 g; Tłuszcz: 87.54 g; Węglowodany ogółem: 370.18 g; Sód: 3418.12 mg; Potas: 3778.57 mg; Magnez: 302.02 mg; Wapń: 664.67 mg; Żelazo: 10.26 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 578.76 ug; Błonnik pokarmowy: 25.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.69 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.87 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.80 g; suma cukrów prostych: 94.11 g;		
niedziela 2024-01-07 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLE, GLU), Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), szynka szkolna 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), sałata zielona (1 lub 2 listki) , Herbata 250ml , II Śniadanie: Biszkopty ,	Zupa rosół z makaronem 250ml (GLU, JAJ, SEL), Pałki z kurczaka gotowane 150g, sos (2szt.) (GLU, SEL), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SEL), ziemniaki gotowane 200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLE),	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 15g (MLE), szynka gotowana 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1957.60 kcal; Białko ogółem: 67.77 g; białko zwierzęce: 35.02 g; Tłuszcz: 59.01 g; Węglowodany ogółem: 309.13 g; Sód: 2850.48 mg; Potas: 3568.64 mg; Magnez: 288.02 mg; Wapń: 583.04 mg; Żelazo: 8.89 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2019.12 ug; Błonnik pokarmowy: 23.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.19 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.19 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 19.55 g; suma cukrów prostych: 72.89 g;		
niedziela 2024-01-07 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLE, GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Parówki drobiowe wiedeńskie 100g , Musztarda 20g (GOR), sałata zielona (1 lub 2 listki) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa rosół z makaronem 250ml (GLU, JAJ, SEL), Pałki z kurczaka 150g, sos (2szt.) (GLU), Sałatka z czerwonej 120g , ziemniaki gotowane 200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLE),	chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), szynka gotowana 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2666.75 kcal; Białko ogółem: 82.73 g; białko zwierzęce: 43.56 g; Tłuszcz: 95.87 g; Węglowodany ogółem: 394.97 g; Sód: 3490.94 mg; Potas: 4256.30 mg; Magnez: 384.35 mg; Wapń: 926.95 mg; Żelazo: 11.54 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 627.96 ug; Błonnik pokarmowy: 29.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.79 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.24 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.14 g; suma cukrów prostych: 104.91 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-01-08 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb krojony mały120,g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Szyńka beskidzka 40g , Papryka konserwowa100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Kiwi2szt. ,	Zupa kalafiorowa 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), kotlet mielony 90g (GLU, JAJ), Sałatka z kapusty białej150g , ziemniaki 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany1szt. ,	chleb krojony mały120,g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3218.82 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; białko zwierzęce: 44.07 g; Tłuszcz: 152.45 g; Węglowodany ogółem: 401.81 g; Sód: 6313.54 mg; Potas: 5035.62 mg; Magnez: 382.13 mg; Wapń: 664.07 mg; Żelazo: 13.21 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1689.93 ug; Błonnik pokarmowy: 34.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 57.68 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 20.13 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 57.86 g; suma cukrów prostych: 62.13 g;		
poniedziałek 2024-01-08 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z makaronem 250ml (MLE), chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 15g (MLE), Szyńka beskidzka 40g , pomidor100g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Kiwi2szt. ,	rosół z lanym ciastem250ml (MLE, GLU, JAJ, SEL, GOR), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLU, MIĘ), Brokuł z wody120g , ziemniaki 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany1szt. ,	Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2936.05 kcal; Białko ogółem: 107.17 g; białko zwierzęce: 61.99 g; Tłuszcz: 144.47 g; Węglowodany ogółem: 326.11 g; Sód: 6364.73 mg; Potas: 4661.72 mg; Magnez: 324.86 mg; Wapń: 566.90 mg; Żelazo: 12.33 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1930.31 ug; Błonnik pokarmowy: 23.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 63.34 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.97 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 52.10 g; suma cukrów prostych: 61.48 g;		
poniedziałek 2024-01-08 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z makaronem 250ml (MLE), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Szyńka beskidzka 40g , Papryka konserwowa100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Kiwi2szt. ,	Zupa kalafiorowa 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLU, MIĘ), Sałatka z kapusty białej150g , ziemniaki 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany1szt. ,	chleb krojony mały120,g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3394.70 kcal; Białko ogółem: 118.06 g; białko zwierzęce: 66.34 g; Tłuszcz: 159.81 g; Węglowodany ogółem: 405.70 g; Sód: 7449.50 mg; Potas: 5763.02 mg; Magnez: 442.95 mg; Wapń: 911.13 mg; Żelazo: 14.48 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1756.09 ug; Błonnik pokarmowy: 35.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 66.12 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.76 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 58.26 g; suma cukrów prostych: 73.51 g;		
wtorek 2024-01-09 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb krojony mały120,g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Szyńka drobiowa40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), sałata zielona (1 lub 2 listki) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Drożdżówka1szt. (MLE, GLU, JAJ),	Zupa szpinakowa z ziemniakami250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Fasolka po bretońsku 300g (GLU, SEL, SOJ, ROŚ, GOR), Bułka zwykła50g 1szt (GLU), Kompot 200ml , Podwieczorek: Galartetka 1szt. ,	chleb krojony mały120,g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg50g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2812.63 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; białko zwierzęce: 37.62 g; Tłuszcz: 67.13 g; Węglowodany ogółem: 485.53 g; Sód: 3214.58 mg; Potas: 3777.76 mg; Magnez: 417.97 mg; Wapń: 661.44 mg; Żelazo: 16.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 994.21 ug; Błonnik pokarmowy: 34.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.51 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.56 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.84 g; suma cukrów prostych: 115.96 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-01-09 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLE, GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Szyńska drobiowa 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), sałata zielona (1 lub 2 listki), Herbata 250ml, Wek krojony 50g (GLU), II Śniadanie: Drożdżówka 1 szt. (MLE, GLU, JAJ),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), pulpet gotowany 100g (GLU, JAJ, SEL), Sos koperkowy 100g (GLU), buraki 150g, ziemniaki gotowane 200g., Kompot 200ml Podwieczorek: Galartetka 1 szt. ,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 50g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2777.50 kcal; Białko ogółem: 86.81 g; białko zwierzęce: 46.61 g; Tłuszcz: 71.62 g; Węglowodany ogółem: 466.75 g; Sód: 4604.62 mg; Potas: 4826.64 mg; Magnez: 351.91 mg; Wapń: 598.87 mg; Żelazo: 14.77 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1053.86 ug; Błonnik pokarmowy: 25.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.43 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.73 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.54 g; suma cukrów prostych: 132.80 g;		
wtorek 2024-01-09 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLE, GLU), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Szyńska drobiowa 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), sałata zielona (1 lub 2 listki), Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), pulpet gotowany 100g (GLU, JAJ, SEL), Sos koperkowy 100g (GLU), ziemniaki 200g, buraki 150g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Mus owocowy 200g ,	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: 2648.80 kcal; Białko ogółem: 95.21 g; białko zwierzęce: 51.56 g; Tłuszcz: 74.37 g; Węglowodany ogółem: 437.39 g; Sód: 4970.12 mg; Potas: 5678.30 mg; Magnez: 471.11 mg; Wapń: 850.43 mg; Żelazo: 16.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1025.86 ug; Błonnik pokarmowy: 42.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.19 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.83 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.96 g; suma cukrów prostych: 117.45 g;		
środa 2024-01-10 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kielbasa krakowska 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), filet drobiowy w sosie 100g (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 15g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2772.45 kcal; Białko ogółem: 116.07 g; białko zwierzęce: 78.41 g; Tłuszcz: 91.50 g; Węglowodany ogółem: 395.91 g; Sód: 3135.09 mg; Potas: 4452.87 mg; Magnez: 354.30 mg; Wapń: 920.07 mg; Żelazo: 11.28 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1033.69 ug; Błonnik pokarmowy: 28.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.08 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.49 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.70 g; suma cukrów prostych: 92.63 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-01-10 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLE, GLU), Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kielbasa krakowska 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Jabłko pieczone 150g,	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), filet drobiowy w sosie 100g (GLU), Marchew oprószana 120g (GLU), ziemniaki gotowane 200g., Podwieczorek: ciastka kruche 50g (MLE, GLU),	Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Dżem 50g, Twaróg 50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2575.57 kcal; Białko ogółem: 105.72 g; białko zwierzęce: 72.59 g; Tłuszcz: 82.83 g; Węglowodany ogółem: 373.76 g; Sód: 2815.24 mg; Potas: 4419.42 mg; Magnez: 337.78 mg; Wapń: 448.74 mg; Żelazo: 10.29 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2664.61 ug; Błonnik pokarmowy: 25.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.98 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.65 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.47 g; suma cukrów prostych: 103.81 g;		
środa 2024-01-10 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLE, GLU), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kielbasa krakowska 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jabłko 150g,	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), filet drobiowy w sosie 100g (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 15g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2785.98 kcal; Białko ogółem: 127.18 g; białko zwierzęce: 89.08 g; Tłuszcz: 88.62 g; Węglowodany ogółem: 398.19 g; Sód: 3454.14 mg; Potas: 5085.10 mg; Magnez: 453.53 mg; Wapń: 1345.35 mg; Żelazo: 12.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 985.29 ug; Błonnik pokarmowy: 31.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.04 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.72 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.70 g; suma cukrów prostych: 100.06 g;		
czwartek 2024-01-11 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
Chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Pol.drobiowa z koperkiem 40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), ogórki konserwowe 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Mandarynka 2 szt.,	Żurek z ziemniakami 250ml (GLU, SEL, SOJ, GOR, ŻYT), kotlet drobiowy 100g (GLU, JAJ), Sałatka z kapusty czerwonej 150g, Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU), Kompot 200ml, Podwieczorek: Deser budyniowy 1 szt.,	Chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg ze szczypiorkiem 50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2304.61 kcal; Białko ogółem: 87.79 g; białko zwierzęce: 52.68 g; Tłuszcz: 72.70 g; Węglowodany ogółem: 349.54 g; Sód: 6776.18 mg; Potas: 3637.49 mg; Magnez: 354.14 mg; Wapń: 557.78 mg; Żelazo: 9.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 398.99 ug; Błonnik pokarmowy: 28.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.72 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.49 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 57.93 g; suma cukrów prostych: 78.50 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-01-11 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (MLE), Wek krojony 50g (GLU), chleb mały krojony 50g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Pol.drobiowa z koperkie 40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), sałata zielona (1 lub 2 listki), Herbata 250ml, II Śniadanie: Mandarynka 2szt. ,	zupa ziemniaczanka 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Potrawka z kurczaka 180g (GLU, SEL), Brokuł z wody 120g, Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLU), Kompot 200ml, Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	chleb mały krojony 50g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 15g (MLE), miód 1szt. , Twaróg 50g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2142.55 kcal; Białko ogółem: 83.43 g; białko zwierzęce: 50.26 g; Tłuszcz: 57.77 g; Węglowodany ogółem: 343.50 g; Sód: 4832.52 mg; Potas: 3423.57 mg; Magnez: 310.63 mg; Wapń: 575.19 mg; Żelazo: 8.97 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 938.68 ug; Błonnik pokarmowy: 24.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.98 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.60 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 48.05 g; suma cukrów prostych: 76.33 g;		
czwartek 2024-01-11 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (MLE), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Pol.drobiowa z koperkie 40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), ogórki konserwowe 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Mandarynka 2szt. ,	Żurek z ziemniakami 250ml (GLU, SEL, SOJ, GOR, ŻYT), Potrawka z kurczaka 180g (GLU, SEL), Sałatka z kapusty czerwonej 150g, 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 15g (MLE), twaróg ze szczypiorkiem 50g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2381.80 kcal; Białko ogółem: 99.69 g; białko zwierzęce: 60.56 g; Tłuszcz: 62.34 g; Węglowodany ogółem: 387.23 g; Sód: 7287.73 mg; Potas: 4456.41 mg; Magnez: 455.14 mg; Wapń: 900.59 mg; Żelazo: 11.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 752.76 ug; Błonnik pokarmowy: 36.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.28 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.04 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 18.12 g; suma cukrów prostych: 95.61 g;		

Dietetyk

.....