

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-01-12 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Jajko 1 szt (JAJ), Pomidor 100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa grochówka 250ml (MLE, GLU, SEL, SOJ, ROŚ, GOR), śledzie w śmietanie 200g (MLE, RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Drożdżówka 1szt. (MLE, GLU, JAJ),	Chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Paszтет drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3443.12 kcal; Białko ogółem: 121.04 g; białko zwierzęce: 67.49 g; Tłuszcz: 109.97 g; Węglowodany ogółem: 526.50 g; Sód: 5711.40 mg; Potas: 7042.87 mg; Magnez: 578.71 mg; Wapń: 702.14 mg; Żelazo: 18.35 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1779.58 ug; Błonnik pokarmowy: 39.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.61 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.27 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.63 g; suma cukrów prostych: 143.57 g;		
piątek 2024-01-12 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z makaronem 250ml (MLE), bułka kanapkowa 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg 50g (MLE), Herbata 250ml , Pomidor 100g , II Śniadanie: Banan 1szt ,	rosół z lanym ciastem 250ml (MLE, GLU, JAJ, SEL, GOR), ryba gotowana 100g (MLE, GLU, SEL, RYB, GOR), sałatka z jarzyn gotowanych 100g (SEL), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Drożdżówka 1szt. (MLE, GLU, JAJ),	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), bułka kanapkowa 50g (GLU), masło 15g (MLE), szynka tyrolska 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2635.20 kcal; Białko ogółem: 97.35 g; białko zwierzęce: 56.76 g; Tłuszcz: 54.12 g; Węglowodany ogółem: 466.45 g; Sód: 5570.74 mg; Potas: 6202.53 mg; Magnez: 482.58 mg; Wapń: 528.55 mg; Żelazo: 12.33 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1916.68 ug; Błonnik pokarmowy: 32.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.19 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.09 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 16.87 g; suma cukrów prostych: 136.23 g;		
piątek 2024-01-12 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z makaronem 250ml (MLE), Chleb razowy 100g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Jajko 1 szt (JAJ), Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), Pomidor 100g , II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa grochówka 250ml (MLE, GLU, SEL, SOJ, ROŚ, GOR), śledzie w śmietanie 200g (MLE, RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Przecier warzywno - owocowy ,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Paszтет drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3344.61 kcal; Białko ogółem: 124.22 g; białko zwierzęce: 72.74 g; Tłuszcz: 112.65 g; Węglowodany ogółem: 497.33 g; Sód: 6107.20 mg; Potas: 7410.26 mg; Magnez: 664.95 mg; Wapń: 927.98 mg; Żelazo: 18.64 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1765.83 ug; Błonnik pokarmowy: 43.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.46 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.86 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.79 g; suma cukrów prostych: 142.14 g;		
sobota 2024-01-13 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
Chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kiełbasa szynkowa 40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Papryka konserwowa 100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLE),	Zupa grysikowa 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Kiełbasa smażona z cebulą 100g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Sałatka szwedzka 120g , ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mus owocowy 200g ,	Chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Serek topiony 50g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2114.68 kcal; Białko ogółem: 78.69 g; białko zwierzęce: 50.39 g; Tłuszcz: 84.47 g; Węglowodany ogółem: 281.62 g; Sód: 4650.41 mg; Potas: 3392.21 mg; Magnez: 287.95 mg; Wapń: 736.70 mg; Żelazo: 9.18 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 712.88 ug; Błonnik pokarmowy: 23.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.48 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.66 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.68 g; suma cukrów prostych: 62.74 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-01-13 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z ryżem250ml (MLE), bułka kanapkowa50g (GLU), chleb mały krojony50g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kielbasa szynkowa40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), sałata zielona (1 lub 2 listki) , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLE),	Zupa grysikowa250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), schab duszony100g (GLU, MIĘ), szpinak na gęsto100g , ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mus owocowy200g ,	chleb mały krojony50g (GLU, ŻYT), bułka kanapkowa50g (GLU), masło 15g (MLE), Pol.drobiowa z koperkie40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2598.46 kcal; Białko ogółem: 130.11 g; białko zwierzęce: 98.03 g; Tłuszcz: 101.35 g; Węglowodany ogółem: 313.69 g; Sód: 5014.48 mg; Potas: 4473.94 mg; Magnez: 394.43 mg; Wapń: 789.78 mg; Żelazo: 13.52 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1421.63 ug; Błonnik pokarmowy: 24.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.62 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.94 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 40.84 g; suma cukrów prostych: 68.26 g;		
sobota 2024-01-13 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), Kielbasa szynkowa40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Papryka konserwowa100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLE),	Zupa grysikowa250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), schab duszony100g (GLU, MIĘ), szpinak na gęsto120g , ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mus owocowy200g ,	chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Pol.drobiowa z koperkie40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2867.62 kcal; Białko ogółem: 142.37 g; białko zwierzęce: 104.85 g; Tłuszcz: 111.04 g; Węglowodany ogółem: 356.81 g; Sód: 5284.65 mg; Potas: 5169.08 mg; Magnez: 515.22 mg; Wapń: 1095.72 mg; Żelazo: 17.07 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1785.42 ug; Błonnik pokarmowy: 34.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.54 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.29 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.52 g; suma cukrów prostych: 79.05 g;		
niedziela 2024-01-14 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
Chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), kielbasa śląska100g , Musztarda 20g (GOR), Ogórek kiszony 100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa pomidorowa z makaronem250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLU, MIĘ), Surówka z kapusty pekińskiej 120g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb mały krojony50g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Twaróg z rzodkiewką50g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2605.13 kcal; Białko ogółem: 101.45 g; białko zwierzęce: 69.38 g; Tłuszcz: 110.55 g; Węglowodany ogółem: 322.57 g; Sód: 6467.62 mg; Potas: 4252.17 mg; Magnez: 335.05 mg; Wapń: 534.26 mg; Żelazo: 11.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1257.80 ug; Błonnik pokarmowy: 23.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.53 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.01 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 75.83 g; suma cukrów prostych: 96.71 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-01-14 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLE, GLU), bułka kanapkowa 50g (GLU), chleb mały krojony 50g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), kielbasa krakowska 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Pomidor 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Jabłko pieczone 150g,	Zupa pomidorowa z makaronem 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Sztuka mięsa 100g (MIĘ), Sałatka z jarzyn gotowanych 120g (SEL), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Deser budyniowy 1 szt.,	chleb mały krojony 50g (GLU, ŻYT), bułka kanapkowa 50g (GLU), masło 15g (MLE), Twaróg 50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2582.20 kcal; Białko ogółem: 99.01 g; białko zwierzęce: 64.31 g; Tłuszcz: 101.56 g; Węglowodany ogółem: 342.99 g; Sód: 7516.92 mg; Potas: 4550.82 mg; Magnez: 322.10 mg; Wapń: 486.86 mg; Żelazo: 11.35 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2165.40 ug; Błonnik pokarmowy: 27.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.75 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.79 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 71.21 g; suma cukrów prostych: 91.37 g;		
niedziela 2024-01-14 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), kielbasa krakowska 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Ogórek kiszony 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jabłko 150g,	Zupa pomidorowa z makaronem 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLU, MIĘ), Surówka z kapusty pekińskiej 120g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Kiwi 2 szt.,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg z rzodkiewką 50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2968.13 kcal; Białko ogółem: 112.21 g; białko zwierzęce: 71.19 g; Tłuszcz: 108.23 g; Węglowodany ogółem: 419.33 g; Sód: 6463.13 mg; Potas: 5419.29 mg; Magnez: 450.85 mg; Wapń: 848.86 mg; Żelazo: 13.53 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1325.64 ug; Błonnik pokarmowy: 36.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.90 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.11 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 41.72 g; suma cukrów prostych: 107.65 g;		
poniedziałek 2024-01-15 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
Chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), ogórki konserwowe 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Galartetka 1 szt.,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Gulasz wieprzowy (100g +100ml sosu) (GLU), buraki 120g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), pasta z kielbasy i jajka 60g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2712.10 kcal; Białko ogółem: 93.59 g; białko zwierzęce: 60.97 g; Tłuszcz: 93.41 g; Węglowodany ogółem: 394.05 g; Sód: 4392.68 mg; Potas: 4082.16 mg; Magnez: 323.00 mg; Wapń: 1007.75 mg; Żelazo: 13.45 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1184.61 ug; Błonnik pokarmowy: 23.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.49 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.08 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.16 g; suma cukrów prostych: 122.30 g;		
poniedziałek 2024-01-15 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLE, GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 50g (MLE), Pomidor 100g, Dżem 50g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Galartetka 1 szt.,	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), filet drobiowy w sosie 100g (GLU), buraki 120g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: serek naturalny 150g,	Sok warzywny 200ml, bułka kanapkowa 50g (GLU), masło 15g (MLE), szynka pol. drobiowa 50g (MLE, SEL, SOJ, ZIA), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2659.21 kcal; Białko ogółem: 106.11 g; białko zwierzęce: 76.77 g; Tłuszcz: 85.84 g; Węglowodany ogółem: 383.42 g; Sód: 3535.11 mg; Potas: 4758.26 mg; Magnez: 359.50 mg; Wapń: 569.58 mg; Żelazo: 12.05 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1189.15 ug; Błonnik pokarmowy: 21.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.17 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.90 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.92 g; suma cukrów prostych: 137.38 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-01-15 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), Ser żółty 50g (MLE), ogórki konserwowe 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Sok warzywny 200ml ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), filet drobiowy w sosie 100g (GLU), buraki 120g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), pasta z kiełbasy i jajka 60g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2514.09 kcal; Białko ogółem: 121.23 g; białko zwierzęce: 82.76 g; Tłuszcz: 83.59 g; Węglowodany ogółem: 347.52 g; Sód: 4445.98 mg; Potas: 5157.94 mg; Magnez: 477.42 mg; Wapń: 1277.74 mg; Żelazo: 15.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1446.08 ug; Błonnik pokarmowy: 31.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.01 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.87 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.54 g; suma cukrów prostych: 92.54 g;		
wtorek 2024-01-16 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), sałata zielona (1 lub 2 listki), kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Mandarynka 2szt. ,	Zupa ogórkowa 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), knedle z mięsem boczkiem i cebulką 6szt. , Surówka z kapusty białej 120g (GOR), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLE),	Chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Jajko 1 szt (JAJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1958.03 kcal; Białko ogółem: 57.96 g; białko zwierzęce: 33.44 g; Tłuszcz: 87.57 g; Węglowodany ogółem: 253.89 g; Sód: 5888.19 mg; Potas: 2928.00 mg; Magnez: 265.87 mg; Wapń: 706.83 mg; Żelazo: 9.48 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1838.61 ug; Błonnik pokarmowy: 20.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.33 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.94 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.70 g; suma cukrów prostych: 79.64 g;		
wtorek 2024-01-16 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (MLE), bułka kanapkowa 50g (GLU), chleb mały krojony 50g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), szynka beskidzka 50g, sałata zielona (1 lub 2 listki), Herbata 250ml , II Śniadanie: Mandarynka 2szt. ,	zupa ziemniaczanka 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Budyń mięsno jarzynowy z pomidorami 120g (SEL), marchew z wody 120g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLE),	chleb mały krojony 50g (GLU, ŻYT), bułka kanapkowa 50g (GLU), masło 15g (MLE), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2442.70 kcal; Białko ogółem: 82.03 g; białko zwierzęce: 40.50 g; Tłuszcz: 95.24 g; Węglowodany ogółem: 341.65 g; Sód: 4885.37 mg; Potas: 4731.72 mg; Magnez: 353.16 mg; Wapń: 723.40 mg; Żelazo: 10.40 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3524.90 ug; Błonnik pokarmowy: 27.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.34 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.34 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.83 g; suma cukrów prostych: 83.92 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-01-16		
Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (MLE), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), szynka beskidzka 50g, sałata zielona (1 lub 2 listki), Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Mandarynka 2szt.,	Zupa ogórkowa 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Budyń mięsno jarzynowy z pomidorami 120g (SEL), Sos koperkowy 100g (GLU), surówka z kapusty białej 100g (GOR), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 180g,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Jajko 1 szt (JAJ), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2671.64 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; białko zwierzęce: 54.74 g; Tłuszcz: 91.63 g; Węglowodany ogółem: 394.57 g; Sód: 6296.38 mg; Potas: 5476.44 mg; Magnez: 480.25 mg; Wapń: 1081.87 mg; Żelazo: 13.33 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1539.91 ug; Błonnik pokarmowy: 36.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.61 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.11 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.19 g; suma cukrów prostych: 100.49 g;		
środa 2024-01-17		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), kiełbasa krakowska drobiowa 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Wafelek 42g (1szt.),	Zupa ryżowa z pietruszką 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLU, MIĘ), szpinak na gęsto 120g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), pasta z konserwy rybnej 50g (JAJ), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2631.78 kcal; Białko ogółem: 97.41 g; białko zwierzęce: 63.58 g; Tłuszcz: 117.24 g; Węglowodany ogółem: 315.02 g; Sód: 5100.32 mg; Potas: 4159.19 mg; Magnez: 343.06 mg; Wapń: 572.43 mg; Żelazo: 13.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1966.26 ug; Błonnik pokarmowy: 20.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.40 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.33 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 48.56 g; suma cukrów prostych: 93.76 g;		
środa 2024-01-17		
Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLE, GLU), bułka kanapkowa 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), kiełbasa krakowska drobiowa 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Pomidor 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Wafelek 42g (1szt.),	Zupa ryżowa z pietruszką 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Sztuka mięsa 100g (MIĘ), Kalafior z wody 120g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), bułka kanapkowa 50g (GLU), masło 15g (MLE), Pasta mięsna 70g (9) (SEL), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2757.81 kcal; Białko ogółem: 105.65 g; białko zwierzęce: 69.78 g; Tłuszcz: 118.49 g; Węglowodany ogółem: 335.64 g; Sód: 5750.13 mg; Potas: 4288.00 mg; Magnez: 309.78 mg; Wapń: 464.03 mg; Żelazo: 10.90 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 956.20 ug; Błonnik pokarmowy: 20.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.87 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.20 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 50.44 g; suma cukrów prostych: 93.83 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-01-17 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLE, GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), kielbasa krakowska drobiowa 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jabłko 150g,	Zupa ryżowa z pietruszką 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLU, MIĘ), szpinak na gęsto 120g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Pasta mięsna 70g (9) (SEL), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2877.69 kcal; Białko ogółem: 113.68 g; białko zwierzęce: 72.65 g; Tłuszcz: 110.94 g; Węglowodany ogółem: 385.91 g; Sód: 5211.97 mg; Potas: 5032.69 mg; Magnez: 455.30 mg; Wapń: 760.37 mg; Żelazo: 15.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2021.18 ug; Błonnik pokarmowy: 32.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.59 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.15 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.09 g; suma cukrów prostych: 98.30 g;		
czwartek 2024-01-18 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Szyunka Ojca Grzegorza 40g, ogórki konserwowe 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Banan 1 szt,	Zupa barszcz z ziemniakami 250ml (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 15g (MLE), twaróg z koperkiem 50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2565.93 kcal; Białko ogółem: 84.98 g; białko zwierzęce: 46.89 g; Tłuszcz: 66.11 g; Węglowodany ogółem: 435.07 g; Sód: 5188.17 mg; Potas: 5078.83 mg; Magnez: 461.19 mg; Wapń: 540.67 mg; Żelazo: 12.27 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1077.41 ug; Błonnik pokarmowy: 32.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.82 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.20 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 20.74 g; suma cukrów prostych: 128.41 g;		
czwartek 2024-01-18 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLE, GLU), bułka kanapkowa 50g (GLU), chleb mały krojony 50g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Szyunka Ojca Grzegorza 40g, Pomidor 100g, Herbata 250ml,	Zupa barszcz z ziemniakami 250ml (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 15g (MLE), twaróg z koperkiem 50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2256.95 kcal; Białko ogółem: 86.94 g; białko zwierzęce: 46.99 g; Tłuszcz: 68.58 g; Węglowodany ogółem: 345.87 g; Sód: 5198.31 mg; Potas: 3243.62 mg; Magnez: 318.98 mg; Wapń: 530.15 mg; Żelazo: 11.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1150.11 ug; Błonnik pokarmowy: 26.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.04 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.35 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.15 g; suma cukrów prostych: 62.30 g;		
czwartek 2024-01-18 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLE, GLU), Chleb razowy 100g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Szyunka Ojca Grzegorza 40g, Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Banan 1 szt,	Zupa barszcz z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Sztuka mięsa 100g (MIĘ), Surówka z marchwi i jabłka 120g (MLE), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Mus owocowy 200g,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg z koperkiem 50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3194.80 kcal; Białko ogółem: 112.79 g; białko zwierzęce: 69.18 g; Tłuszcz: 103.14 g; Węglowodany ogółem: 498.53 g; Sód: 8070.01 mg; Potas: 8068.42 mg; Magnez: 685.52 mg; Wapń: 842.06 mg; Żelazo: 17.10 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2781.21 ug; Błonnik pokarmowy: 49.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.81 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.17 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.57 g; suma cukrów prostych: 154.28 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

Dietetyk

.....