

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-01-19 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb krojony mały120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), sałata zielona (1 lub 2 listki) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Drożdżówka1szt. (MLE, GLU, JAJ),	Zupa kapuśniak250ml (GLU, SEL), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło10g+ makaron 180g) (MLE, GLU, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb mały krojony100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kielbasa kminkowa50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2491.54 kcal; Białko ogółem: 92.63 g; białko zwierzęce: 56.84 g; Tłuszcz: 86.66 g; Węglowodany ogółem: 350.99 g; Sód: 2189.05 mg; Potas: 2614.92 mg; Magnez: 228.29 mg; Wapń: 973.60 mg; Żelazo: 9.32 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1061.70 ug; Błonnik pokarmowy: 18.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.47 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.84 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.75 g; suma cukrów prostych: 78.73 g;		
piątek 2024-01-19 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z ryżem250ml (MLE), bułka kanapkowa50g (GLU), chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), kielbasa krakowska50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), sałata zielona (1 lub 2 listki) , Herbata 250ml , II Śniadanie: Drożdżówka1szt. (MLE, GLU, JAJ),	Zupa jarzynowa z ziemniakami250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło10g+ makaron 180g) (MLE, GLU, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), bułka kanapkowa50g (GLU), masło 15g (MLE), Kielbasa kminkowa50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2383.51 kcal; Białko ogółem: 90.87 g; białko zwierzęce: 58.69 g; Tłuszcz: 87.43 g; Węglowodany ogółem: 320.88 g; Sód: 2958.68 mg; Potas: 2078.29 mg; Magnez: 197.07 mg; Wapń: 608.31 mg; Żelazo: 9.11 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1129.59 ug; Błonnik pokarmowy: 15.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.36 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.18 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.95 g; suma cukrów prostych: 83.49 g;		
piątek 2024-01-19 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), Ser żółty 50g (MLE), sałata zielona (1 lub 2 listki) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa kapuśniak250ml (GLU, SEL), jajka gotowane2szt. , ziemniaki gotowane200g. , Sos musztardowy 100g (MLE, GLU, GOR), Fasolka szparagowa z bułką tartą150g (GLU, ROŚ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb mały krojony100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), kielbasa krakowska50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2531.14 kcal; Białko ogółem: 88.65 g; białko zwierzęce: 51.83 g; Tłuszcz: 80.81 g; Węglowodany ogółem: 391.22 g; Sód: 3898.98 mg; Potas: 4953.20 mg; Magnez: 397.37 mg; Wapń: 1332.56 mg; Żelazo: 11.74 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1078.46 ug; Błonnik pokarmowy: 32.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.25 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.43 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.80 g; suma cukrów prostych: 104.33 g;		
sobota 2024-01-20 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb mały krojony100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Parówki Cieszynki 100g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Pomidor100g , Musztarda 20g (GOR), Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa krupnik z ziemniakami250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Bigos 300g (GLU, SEL, SOJ, GOR), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek naturalny150g ,	chleb mały krojony100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), pasta z jajka i twarogu 50g (MLE, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2518.68 kcal; Białko ogółem: 84.45 g; białko zwierzęce: 53.54 g; Tłuszcz: 112.14 g; Węglowodany ogółem: 318.89 g; Sód: 4512.29 mg; Potas: 4476.47 mg; Magnez: 324.21 mg; Wapń: 650.33 mg; Żelazo: 10.27 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1095.91 ug; Błonnik pokarmowy: 27.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 58.27 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.87 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.40 g; suma cukrów prostych: 89.27 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-01-20 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), Parówki Cieszynki 100g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Pomidor 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Jabłko pieczone 150g,	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Sztuka mięsa 100g (MIĘ), szpinak na gęsto 120g, ziemniaki z koperkiem 200g, kompot 200ml., Podwieczorek: Serek naturalny 150g,	Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Szyńka beskidzka 40g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2940.19 kcal; Białko ogółem: 104.57 g; białko zwierzęce: 64.44 g; Tłuszcz: 149.59 g; Węglowodany ogółem: 318.98 g; Sód: 5792.57 mg; Potas: 4309.63 mg; Magnez: 374.32 mg; Wapń: 565.50 mg; Żelazo: 14.13 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2002.90 ug; Błonnik pokarmowy: 24.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 68.26 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.75 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 51.03 g; suma cukrów prostych: 82.06 g;		
sobota 2024-01-20 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), Parówki Cieszynki 100g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Pomidor 100g, Musztarda 20g (GOR), Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jabłko 150g,	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Bigos 300g (GLU, SEL, SOJ, GOR), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek naturalny 150g,	Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), pasta z jajka i twarogu 50g (MLE, GOR), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2991.86 kcal; Białko ogółem: 102.19 g; białko zwierzęce: 60.46 g; Tłuszcz: 124.21 g; Węglowodany ogółem: 401.83 g; Sód: 4687.24 mg; Potas: 5184.70 mg; Magnez: 468.14 mg; Wapń: 940.71 mg; Żelazo: 13.77 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1145.91 ug; Błonnik pokarmowy: 37.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 61.75 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.70 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.61 g; suma cukrów prostych: 101.07 g;		
niedziela 2024-01-21 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Ogórek kiszony 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Mandarynka 2 szt.,	Zupa rosół z makaronem 250ml (GLU, JAJ, SEL), Pałki z kurczaka 150g, sos (2 szt.) (GLU), Sałatka z kapusty czerwonej 120g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), szynka gotowana 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2280.17 kcal; Białko ogółem: 73.68 g; białko zwierzęce: 37.07 g; Tłuszcz: 76.55 g; Węglowodany ogółem: 347.99 g; Sód: 2766.44 mg; Potas: 3881.37 mg; Magnez: 306.62 mg; Wapń: 997.17 mg; Żelazo: 9.35 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 908.36 ug; Błonnik pokarmowy: 27.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.55 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.05 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.26 g; suma cukrów prostych: 80.32 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-01-21 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLE, GLU), Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg 50g (MLE), Pomidor 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Mandarynka 2szt. ,	Zupa rosół z makaronem 250ml (GLU, JAJ, SEL), Pałki z kurczaka gotowane 150g, sos (2szt.) (GLU, SEL), sałatka z jarzyn gotowanych 100g (SEL), ziemniaki z koperkiem 200g, kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), szynka gotowana 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1815.31 kcal; Białko ogółem: 62.60 g; białko zwierzęce: 31.26 g; Tłuszcz: 48.51 g; Węglowodany ogółem: 304.71 g; Sód: 2785.21 mg; Potas: 3899.97 mg; Magnez: 278.52 mg; Wapń: 503.10 mg; Żelazo: 8.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1958.88 ug; Błonnik pokarmowy: 26.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.64 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 4.92 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 15.55 g; suma cukrów prostych: 72.67 g;		
niedziela 2024-01-21 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z makaronem 250ml (MLE), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Ogórek kiszony 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Mandarynka 2szt. ,	Zupa rosół z makaronem 250ml (GLU, JAJ, SEL), Pałki z kurczaka gotowane 150g, sos (2szt.) (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 mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), szynka gotowana 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2415.32 kcal; Białko ogółem: 83.78 g; białko zwierzęce: 44.23 g; Tłuszcz: 78.83 g; Węglowodany ogółem: 372.50 g; Sód: 3023.80 mg; Potas: 4423.12 mg; Magnez: 398.47 mg; Wapń: 1266.71 mg; Żelazo: 10.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1066.53 ug; Błonnik pokarmowy: 33.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.03 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.27 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.56 g; suma cukrów prostych: 91.19 g;		
poniedziałek 2024-01-22 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), szynkowa drobiowa 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Galartetka 1szt. ,	Żurek z ziemniakami 250ml (GLU, SEL, SOJ, GOR, ŻYT), gulasz drobiowy (120g+80g) (GLU), Sałatka colesław 120g, makaron "świderki" 200g (GLU, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 180g ,	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2556.68 kcal; Białko ogółem: 97.08 g; białko zwierzęce: 63.53 g; Tłuszcz: 61.74 g; Węglowodany ogółem: 416.34 g; Sód: 8261.52 mg; Potas: 3410.18 mg; Magnez: 328.65 mg; Wapń: 632.87 mg; Żelazo: 11.01 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 760.77 ug; Błonnik pokarmowy: 18.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.13 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.17 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 19.71 g; suma cukrów prostych: 125.22 g;		
poniedziałek 2024-01-22 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLE, GLU), Wek krojony 50g (1), (GLU), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), szynkowa drobiowa 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Pomidor 100g, Herbata 250ml , II Śniadanie: Galartetka 1szt. ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), gulasz drobiowy (120g+80g) (GLU), Marchew oprószana 120g (GLU), makaron "świderki" 200g (1,3) (GLU, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 180g ,	chleb mały krojony 50g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 15g (MLE), Pasta mięsna 70g (9) (SEL), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2548.05 kcal; Białko ogółem: 96.33 g; białko zwierzęce: 62.04 g; Tłuszcz: 79.47 g; Węglowodany ogółem: 380.78 g; Sód: 3728.45 mg; Potas: 2934.10 mg; Magnez: 314.60 mg; Wapń: 636.80 mg; Żelazo: 10.12 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2883.72 ug; Błonnik pokarmowy: 22.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.80 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.46 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.19 g; suma cukrów prostych: 107.58 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-01-22 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLE, GLU), Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), szynkowa drobiowa 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Przecier warzywno - owocowy,	Żurek z ziemniakami 250ml (GLU, SEL, SOJ, GOR, ŻYT), gulasz drobiowy(120g+80g) (GLU), Sałatka colesław 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 15g (MLE), Jajo gotowane 1 szt(3) (JAJ), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2439.74 kcal; Białko ogółem: 108.37 g; białko zwierzęce: 70.36 g; Tłuszcz: 73.15 g; Węglowodany ogółem: 359.62 g; Sód: 8751.02 mg; Potas: 4019.59 mg; Magnez: 454.46 mg; Wapń: 889.33 mg; Żelazo: 13.30 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 810.77 ug; Błonnik pokarmowy: 26.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.41 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.68 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.77 g; suma cukrów prostych: 93.56 g;		
wtorek 2024-01-23 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg z koperkiem 50g (MLE), sałata zielona (1 lub 2 listki), kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Banan 1 szt,	Zupa grochówka 250ml (MLE, GLU, SEL, SOJ, ROŚ, GOR), kotlet drobiowy 100g (GLU, JAJ), Sałatka wielowarzywna 120g (SEL), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Ciasto jogurtowe 100g,	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: 3050.54 kcal; Białko ogółem: 110.72 g; białko zwierzęce: 55.81 g; Tłuszcz: 76.58 g; Węglowodany ogółem: 518.00 g; Sód: 1946.79 mg; Potas: 6929.75 mg; Magnez: 621.08 mg; Wapń: 430.68 mg; Żelazo: 15.66 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 619.37 ug; Błonnik pokarmowy: 44.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.45 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.86 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.77 g; suma cukrów prostych: 120.57 g;		
wtorek 2024-01-23 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (MLE), Wek krojony 50g(1), (GLU), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg z koperkiem 50g (MLE), kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), sałata zielona (1 lub 2 listki), II Śniadanie: Banan 1 szt,	Zupa ryżowa z pietruszką 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Sztuka mięsa 100g (MIĘ), Sos koperkowy 100g(1,7) (GLU), buraki 120g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Ciasto jogurtowe 100g,	Wek krojony 50g (GLU), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), kiełbasa szynkowa 50g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3000.77 kcal; Białko ogółem: 108.03 g; białko zwierzęce: 70.48 g; Tłuszcz: 97.61 g; Węglowodany ogółem: 447.01 g; Sód: 5098.76 mg; Potas: 6464.44 mg; Magnez: 488.57 mg; Wapń: 735.67 mg; Żelazo: 14.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 658.18 ug; Błonnik pokarmowy: 28.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.75 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.28 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.53 g; suma cukrów prostych: 148.27 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-01-23 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (MLE), Chleb razowy 100g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg z koperkiem 50g (MLE), kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), sałata zielona (1 lub 2 listki), II Śniadanie: Banan 1 szt ,	Zupa grochówka 250ml (MLE, GLU, SEL, SOJ, ROŚ, GOR), Sztuka mięsa 100g (MIĘ), Sos koperkowy 100g (1,7) (GLU), buraki 120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczerek: Jogurt naturalny 1 szt (MLE),	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: 3377.21 kcal; Białko ogółem: 131.46 g; białko zwierzęce: 76.57 g; Tłuszcz: 105.27 g; Węglowodany ogółem: 517.48 g; Sód: 4747.49 mg; Potas: 8320.54 mg; Magnez: 692.10 mg; Wapń: 972.57 mg; Żelazo: 19.66 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 707.17 ug; Błonnik pokarmowy: 46.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.39 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.49 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.78 g; suma cukrów prostych: 156.12 g;		
środa 2024-01-24 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLE, GLU), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), wieprzowinka w galarecie 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Pomidor 100g , kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Gulasz wieprzowy (100g +100ml sosu) (GLU), Surówka z kapusty białej 120g (GOR), Ryż na sypko 200g , Kompot 200ml , Podwieczerek: Mus owocowy 200g ,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), pasta z konserwy rybnej 50g (JAJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2828.09 kcal; Białko ogółem: 96.00 g; białko zwierzęce: 55.53 g; Tłuszcz: 102.57 g; Węglowodany ogółem: 414.81 g; Sód: 5075.08 mg; Potas: 3436.68 mg; Magnez: 361.00 mg; Wapń: 771.99 mg; Żelazo: 12.39 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1295.07 ug; Błonnik pokarmowy: 37.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.71 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.82 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.52 g; suma cukrów prostych: 97.83 g;		
środa 2024-01-24 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLE, GLU), Wek krojony 50g (GLU), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), wieprzowinka w galarecie 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Pomidor 100g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 ,	Zupa pomidorowa z makaronem 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Gulasz wieprzowy (100g +100ml sosu) (GLU), szpinak na gęsto 120g , Ryż na sypko 200g , Kompot 200ml , Podwieczerek: Mus owocowy 200g ,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), Masło 15g (MLE), Wędzonka Jana 40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2474.23 kcal; Białko ogółem: 82.07 g; białko zwierzęce: 47.04 g; Tłuszcz: 95.17 g; Węglowodany ogółem: 347.28 g; Sód: 5421.88 mg; Potas: 2736.57 mg; Magnez: 290.01 mg; Wapń: 524.11 mg; Żelazo: 12.28 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1845.14 ug; Błonnik pokarmowy: 26.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.19 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.11 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.00 g; suma cukrów prostych: 84.27 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-01-24 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLE, GLU), Chleb razowy 100g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), wieprzowinka w galarecie 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 50g, kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jabłko 150g,	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Gulasz wieprzowy (100g + 100ml sosu) (GLU), Surówka z kapusty białej 120g (GOR), Ryż na sypko 200g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Mus owocowy 200g,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), pasta z konserwy rybnej 50g (JAJ), masło 15g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2639.63 kcal; Białko ogółem: 90.53 g; białko zwierzęce: 55.46 g; Tłuszcz: 102.16 g; Węglowodany ogółem: 372.62 g; Sód: 5039.58 mg; Potas: 3227.62 mg; Magnez: 346.59 mg; Wapń: 758.98 mg; Żelazo: 11.44 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1241.57 ug; Błonnik pokarmowy: 35.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.54 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.61 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.42 g; suma cukrów prostych: 97.17 g;		
czwartek 2024-01-25 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Szyunka Ojca Grzegorza 40g, Ogórek kiszony 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Mandarynka 2 szt.,	zupa ziemniaczanka 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), kotlet mielony 100g (GLU, JAJ), Fasolka szparagowa z bułką tartą 120g (GLU, ROS), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Serek naturalny 150g,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Serek topiony 50g (MLE), masło 15g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2951.78 kcal; Białko ogółem: 89.84 g; białko zwierzęce: 52.56 g; Tłuszcz: 139.74 g; Węglowodany ogółem: 364.61 g; Sód: 5164.33 mg; Potas: 4573.24 mg; Magnez: 396.54 mg; Wapń: 678.12 mg; Żelazo: 12.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1121.49 ug; Błonnik pokarmowy: 31.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 64.93 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.83 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 50.22 g; suma cukrów prostych: 76.66 g;		
czwartek 2024-01-25 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLE, GLU), Wek krojony 50g (GLU), masło 15g (MLE), Szyunka Ojca Grzegorza 40g, sałata zielona (1 lub 2 listki), Herbata 250ml, II Śniadanie: Mandarynka 2 szt.,	zupa ziemniaczanka 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), budyń mięsno jarzynowy z pomidorami 120g (SEL), Ziemniaki gotowane 200g, Brokuł z wody 120g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Serek naturalny 150g,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Paszтет drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), masło 15g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2490.77 kcal; Białko ogółem: 83.54 g; białko zwierzęce: 53.10 g; Tłuszcz: 126.31 g; Węglowodany ogółem: 279.89 g; Sód: 4655.25 mg; Potas: 4802.58 mg; Magnez: 366.77 mg; Wapń: 570.79 mg; Żelazo: 11.44 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2231.72 ug; Błonnik pokarmowy: 25.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 60.27 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.16 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 47.75 g; suma cukrów prostych: 74.31 g;		
czwartek 2024-01-25 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, Ogórek kiszony 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Mandarynka 2 szt.,	zupa ziemniaczanka 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), budyń mięsno jarzynowy z pomidorami 120g (SEL), Ziemniaki gotowane 200g, Fasolka szparagowa z bułką tartą 120g (GLU, ROS), Kompot 200ml, Podwieczerek: Serek naturalny 150g,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), Serek topiony 50g (MLE), masło 15g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2854.93 kcal; Białko ogółem: 97.33 g; białko zwierzęce: 59.87 g; Tłuszcz: 129.18 g; Węglowodany ogółem: 361.36 g; Sód: 5384.04 mg; Potas: 5179.73 mg; Magnez: 486.61 mg; Wapń: 949.85 mg; Żelazo: 13.42 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1565.61 ug; Błonnik pokarmowy: 36.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 66.85 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.40 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 41.72 g; suma cukrów prostych: 88.20 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

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

Dietetyk

.....