

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-01-26 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg z koperkiem 50g (MLE), Pomidor 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Sok warzywny 200ml,	Zupa kalafiorowa 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Ryba smażona 120g (GLU, JAJ, RYB), ziemniaki gotowane 200g, surówka z kapusty pekińskiej 150g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Kompot 200ml, Podwieczorek: Galartetka 1szt. ,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Jajko 1 szt (JAJ), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2746.89 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; białko zwierzęce: 58.07 g; Tłuszcz: 87.54 g; Węglowodany ogółem: 420.87 g; Sód: 4759.28 mg; Potas: 4856.17 mg; Magnez: 393.26 mg; Wapń: 545.20 mg; Żelazo: 12.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1644.30 ug; Błonnik pokarmowy: 29.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.19 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.42 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.75 g; suma cukrów prostych: 105.09 g;		
piątek 2024-01-26 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z ryżem 250ml (MLE), Wek krojony 50g (GLU), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg z koperkiem 50g (MLE), Herbata 250ml, Pomidor 100g,	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), ryba gotowana 100g (MLE, GLU, SEL, RYB, GOR), Sos po grecku 100g (GLU, SEL), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SEL), ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 15g (MLE), Szynka bartenka 40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2151.41 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; białko zwierzęce: 59.23 g; Tłuszcz: 56.86 g; Węglowodany ogółem: 339.37 g; Sód: 3679.91 mg; Potas: 4773.43 mg; Magnez: 346.75 mg; Wapń: 613.13 mg; Żelazo: 9.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2530.32 ug; Błonnik pokarmowy: 28.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.72 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.01 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 17.29 g; suma cukrów prostych: 71.94 g;		
piątek 2024-01-26 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z ryżem 250ml (MLE), Chleb razowy 100g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg z koperkiem 50g (MLE), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Sok warzywny 200ml,	Zupa kalafiorowa 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), ryba gotowana 100g (MLE, GLU, SEL, RYB, GOR), Ziemniaki gotowane 200g, surówka z kapusty pekińskiej 150g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Kompot 200ml, Podwieczorek: Kiwi 2szt. ,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), masło 15g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2411.34 kcal; Białko ogółem: 105.22 g; białko zwierzęce: 68.07 g; Tłuszcz: 69.42 g; Węglowodany ogółem: 374.72 g; Sód: 6107.45 mg; Potas: 6137.55 mg; Magnez: 504.95 mg; Wapń: 1007.16 mg; Żelazo: 13.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1812.25 ug; Błonnik pokarmowy: 37.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.02 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.66 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 21.61 g; suma cukrów prostych: 81.92 g;		
sobota 2024-01-27 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kurczak gotowany-wedlina 40g, Rzodkiewka 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Mandarynka 2szt. ,	Zupa grycikowa 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Sztuka mięsa 100g (MIĘ), Sos jarzynowy 100g (GLU, SEL), Surówka z marchwi i jabłka 150g (MLE), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLE),	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2546.84 kcal; Białko ogółem: 92.89 g; białko zwierzęce: 59.24 g; Tłuszcz: 103.57 g; Węglowodany ogółem: 337.10 g; Sód: 6293.08 mg; Potas: 4435.30 mg; Magnez: 368.39 mg; Wapń: 632.88 mg; Żelazo: 12.17 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3279.36 ug; Błonnik pokarmowy: 28.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.30 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.69 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.71 g; suma cukrów prostych: 90.87 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-01-27 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z makaronem 250ml (MLE), Wek krojony 50g (GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kurczak gotowany-wedlina 40g, pomidor 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Mandarynka 2szt. ,	Zupa grysikowa 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Sztuka mięsa 100g (MIĘ), Sos jarzynowy 100g (GLU, SEL), marchewka oprószana 150g (GLU), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLE),	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 15g (MLE), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2551.09 kcal; Białko ogółem: 95.38 g; białko zwierzęce: 61.03 g; Tłuszcz: 106.08 g; Węglowodany ogółem: 325.65 g; Sód: 6547.13 mg; Potas: 4480.69 mg; Magnez: 338.42 mg; Wapń: 663.20 mg; Żelazo: 11.48 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3572.61 ug; Błonnik pokarmowy: 24.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.93 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.98 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 45.19 g; suma cukrów prostych: 80.60 g;		
sobota 2024-01-27 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z makaronem 250ml (MLE), Chleb razowy 100g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kurczak gotowany-wedlina 40g, Rzodkiewka 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Mandarynka 2szt. ,	Zupa grysikowa 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Sztuka mięsa 100g (MIĘ), Surówka z marchwi i jabłka 150g (MLE), Ziemniaki gotowane 200g, Sos jarzynowy 100g (GLU, SEL), Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLE),	chleb krojony mały 70g (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: 2766.63 kcal; Białko ogółem: 104.47 g; białko zwierzęce: 68.09 g; Tłuszcz: 112.28 g; Węglowodany ogółem: 364.84 g; Sód: 6712.83 mg; Potas: 4950.49 mg; Magnez: 444.43 mg; Wapń: 951.52 mg; Żelazo: 13.42 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3349.11 ug; Błonnik pokarmowy: 32.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.71 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.05 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 46.07 g; suma cukrów prostych: 103.64 g;		
niedziela 2024-01-28 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Szynkowa drobiowa 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), Ogórek konserwowy 100g, II Śniadanie: Mus owocowy 200g ,	Zupa rosół z makaronem 250ml (GLU, JAJ, SEL), Pałki z kurczaka 150g, sos (2szt.) (GLU), Sałatka z kapusty czerwonej 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko 150g ,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2191.45 kcal; Białko ogółem: 68.83 g; białko zwierzęce: 34.43 g; Tłuszcz: 72.50 g; Węglowodany ogółem: 346.17 g; Sód: 2361.64 mg; Potas: 3667.79 mg; Magnez: 302.36 mg; Wapń: 908.30 mg; Żelazo: 9.38 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 737.20 ug; Błonnik pokarmowy: 33.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.87 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.24 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.51 g; suma cukrów prostych: 89.47 g;		
niedziela 2024-01-28 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLE, GLU), Wek krojony 50g (GLU), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Szynkowa drobiowa 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Pasta warzywna 100g (SEL), Herbata 250ml, II Śniadanie: Mus owocowy 200g ,	Zupa rosół z makaronem 250ml (GLU, JAJ, SEL), Pałki z kurczaka gotowane 150g, sos (2szt.) (GLU, SEL), szpinak na gęsto 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko pieczone 150 ,	Wek krojony 50g (GLU), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Kielbasa krotoszyńska 40g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2103.82 kcal; Białko ogółem: 69.35 g; białko zwierzęce: 31.79 g; Tłuszcz: 61.16 g; Węglowodany ogółem: 349.50 g; Sód: 2305.78 mg; Potas: 3864.56 mg; Magnez: 354.56 mg; Wapń: 536.40 mg; Żelazo: 13.37 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2402.96 ug; Błonnik pokarmowy: 33.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.95 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.11 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 19.43 g; suma cukrów prostych: 87.16 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-01-28		
Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLE, GLU), Chleb razowy 100g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Szyunkowa drobiowa 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Ogórek konserwowy 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Mus owocowy 200g,	Zupa rosół z makaronem 250ml (GLU, JAJ, SEL), Pałki z kurczaka gotowane 150g, sos (2szt.) (GLU, SEL), Sałatka z kapusty czerwonej 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Sos koperkowy 100g (GLU), Kompot 200ml, Podwieczerek: Jabłko 150g,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2381.99 kcal; Białko ogółem: 79.90 g; białko zwierzęce: 41.23 g; Tłuszcz: 77.03 g; Węglowodany ogółem: 378.11 g; Sód: 2768.72 mg; Potas: 4216.28 mg; Magnez: 401.08 mg; Wapń: 1181.46 mg; Żelazo: 11.43 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 926.62 ug; Błonnik pokarmowy: 38.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.12 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.90 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.80 g; suma cukrów prostych: 100.30 g;		
poniedziałek 2024-01-29		
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: Mandarynka 2szt.,	Zupa barszcz z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), wątróbka duszona drobiowa 120g (GLU), ziemniaki z koperkiem 200g, Surówka z kapusty białej 120g (GOR), Kompot 200ml, Podwieczerek: Serek homogenizowany 1szt.,	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2681.95 kcal; Białko ogółem: 76.28 g; białko zwierzęce: 31.63 g; Tłuszcz: 122.22 g; Węglowodany ogółem: 352.08 g; Sód: 5043.06 mg; Potas: 4623.68 mg; Magnez: 373.17 mg; Wapń: 587.41 mg; Żelazo: 11.12 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1389.67 ug; Błonnik pokarmowy: 32.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.35 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.40 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.29 g; suma cukrów prostych: 80.14 g;		
poniedziałek 2024-01-29		
Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z makaronem 250ml (MLE), Wek krojony 50g (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt (GLU), masło 15g (MLE), Szyunka beskidzka 50g, pomidor 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Mandarynka 2szt.,	Zupa barszcz z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), schab duszony 100g (GLU, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g, marchewka oprószana 150g (GLU), Kompot 200ml, Podwieczerek: Serek homogenizowany 1szt.,	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3147.16 kcal; Białko ogółem: 136.43 g; białko zwierzęce: 94.27 g; Tłuszcz: 150.44 g; Węglowodany ogółem: 339.73 g; Sód: 5087.37 mg; Potas: 5636.28 mg; Magnez: 400.07 mg; Wapń: 590.50 mg; Żelazo: 12.74 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3285.77 ug; Błonnik pokarmowy: 27.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 65.25 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.69 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 51.22 g; suma cukrów prostych: 81.30 g;		
poniedziałek 2024-01-29		
Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z makaronem 250ml (MLE), Chleb razowy 100g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Papryka konserwowa 100g, Szyunka beskidzka 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Mandarynka 2szt.,	Zupa barszcz z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), schab duszony 100g (GLU, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 200g, surówka z kapusty białej 150g (GOR), Kompot 200ml, Podwieczerek: Serek homogenizowany 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: 3382.41 kcal; Białko ogółem: 151.82 g; białko zwierzęce: 103.92 g; Tłuszcz: 153.29 g; Węglowodany ogółem: 385.91 g; Sód: 6096.95 mg; Potas: 6167.18 mg; Magnez: 527.33 mg; Wapń: 988.13 mg; Żelazo: 17.04 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1801.02 ug; Błonnik pokarmowy: 37.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 65.24 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.92 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 49.70 g; suma cukrów prostych: 93.42 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-01-30 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Ogórek kiszony 100g , Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Drożdżówka 1szt. (MLE, GLU, JAJ),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 250ml (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: 2858.05 kcal; Białko ogółem: 95.95 g; białko zwierzęce: 36.37 g; Tłuszcz: 68.55 g; Węglowodany ogółem: 500.73 g; Sód: 3379.44 mg; Potas: 5913.66 mg; Magnez: 586.89 mg; Wapń: 625.04 mg; Żelazo: 17.88 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1033.69 ug; Błonnik pokarmowy: 42.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.04 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.24 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.53 g; suma cukrów prostych: 137.65 g;		
wtorek 2024-01-30 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLE, GLU), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 15g (MLE), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), pomidor 100g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Drożdżówka 1szt. (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: Banan 1szt ,	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), twaróg 50g (MLE), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3048.54 kcal; Białko ogółem: 95.65 g; białko zwierzęce: 47.12 g; Tłuszcz: 74.74 g; Węglowodany ogółem: 529.99 g; Sód: 4699.83 mg; Potas: 7413.81 mg; Magnez: 555.70 mg; Wapń: 639.68 mg; Żelazo: 17.81 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1208.54 ug; Błonnik pokarmowy: 37.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.66 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.23 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.47 g; suma cukrów prostych: 153.30 g;		
wtorek 2024-01-30 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLE, GLU), Chleb razowy 100g (MLE, GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Ogórek kiszony 100g , kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLE),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), pulpet gotowany 100g (GLU, JAJ, SEL), buraki 150g , 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: 2909.16 kcal; Białko ogółem: 98.62 g; białko zwierzęce: 54.63 g; Tłuszcz: 74.77 g; Węglowodany ogółem: 496.07 g; Sód: 5229.97 mg; Potas: 7646.86 mg; Magnez: 650.81 mg; Wapń: 969.31 mg; Żelazo: 17.61 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1039.84 ug; Błonnik pokarmowy: 41.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.06 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.75 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 24.65 g; suma cukrów prostych: 159.29 g;		
środa 2024-01-31 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 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), filet drobiowy w sosie 100g (GLU), Kapusta kiszona zasmażana 150g (GLU), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLE),	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2648.14 kcal; Białko ogółem: 103.95 g; białko zwierzęce: 70.61 g; Tłuszcz: 104.55 g; Węglowodany ogółem: 348.60 g; Sód: 3648.56 mg; Potas: 4756.00 mg; Magnez: 366.08 mg; Wapń: 575.00 mg; Żelazo: 12.00 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1423.79 ug; Błonnik pokarmowy: 28.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.09 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.15 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.67 g; suma cukrów prostych: 87.28 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-01-31 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (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 pieczone 150g,	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), filet drobiowy w sosie 100g (GLU), szpinak na gęsto 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Jogurt naturalny 1szt (MLE),	chleb mały krojony 100g (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: 2670.36 kcal; Białko ogółem: 111.09 g; białko zwierzęce: 72.36 g; Tłuszcz: 93.55 g; Węglowodany ogółem: 372.66 g; Sód: 3387.05 mg; Potas: 4865.09 mg; Magnez: 459.72 mg; Wapń: 701.53 mg; Żelazo: 15.76 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2390.19 ug; Błonnik pokarmowy: 30.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.15 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.74 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 36.42 g; suma cukrów prostych: 90.17 g;		
środa 2024-01-31 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (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), II Śniadanie: Jabłko 150g,	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), filet drobiowy w sosie 100g (GLU), Kapusta kiszona zasmażana 150g (GLU), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Jogurt naturalny 1szt (MLE),	chleb mały krojony 100g (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: 2880.84 kcal; Białko ogółem: 114.92 g; białko zwierzęce: 77.43 g; Tłuszcz: 113.65 g; Węglowodany ogółem: 380.78 g; Sód: 4056.81 mg; Potas: 5273.95 mg; Magnez: 465.53 mg; Wapń: 843.70 mg; Żelazo: 14.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1473.79 ug; Błonnik pokarmowy: 33.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.13 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 22.13 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 46.25 g; suma cukrów prostych: 97.90 g;		
czwartek 2024-02-01 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Szyńka drobiowa 40g, ogórek zielony 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Kiwi 2szt,	Żurek z ziemniakami 250ml (GLU, SEL, SOJ, GOR, ŻYT), Potrawka z kurczaka 180g (GLU, SEL), Surówka z marchwi i jabłka 150g (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: 2283.98 kcal; Białko ogółem: 81.86 g; białko zwierzęce: 48.59 g; Tłuszcz: 66.05 g; Węglowodany ogółem: 366.25 g; Sód: 5546.43 mg; Potas: 3814.35 mg; Magnez: 340.64 mg; Wapń: 470.07 mg; Żelazo: 9.66 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2559.26 ug; Błonnik pokarmowy: 29.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.25 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.95 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 51.20 g; suma cukrów prostych: 72.56 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-02-01		
Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (MLE), Wek krojony 50g (GLU), chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), masło 15g (MLE), Szyńka drobiowa 40g, pomidor 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Kiwi 2szt.	zupa ziemniaczanka 250ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Potrawka z kurczaka 180g (GLU, SEL), brokuł 150g, Ryż na sypko 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt.	chleb mały krojony 100g (GLU, ŻYT), Wek krojony 50g (GLU), masło 15g (MLE), Szyńka beskidzka 50g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 45436.51 kcal; Białko ogółem: 4938.65 g; białko zwierzęce: 38.86 g; Tłuszcz: 791.32 g; Węglowodany ogółem: 8800.31 g; Sód: 14924.29 mg; Potas: 564993.73 mg; Magnez: 34462.11 mg; Wapń: 70672.61 mg; Żelazo: 1268.19 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 249255.98 ug; Błonnik pokarmowy: 4161.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 115.34 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 243.10 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 86.12 g; suma cukrów prostych: 781.03 g;		
czwartek 2024-02-01		
Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (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 2szt.	Żurek z ziemniakami 250ml (GLU, SEL, SOJ, GOR, ŻYT), Potrawka z kurczaka 180g (GLU, SEL), Surówka z marchwi i jabłka 150g (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: 2457.21 kcal; Białko ogółem: 99.10 g; białko zwierzęce: 63.72 g; Tłuszcz: 66.54 g; Węglowodany ogółem: 396.18 g; Sód: 6157.76 mg; Potas: 4578.71 mg; Magnez: 425.78 mg; Wapń: 879.35 mg; Żelazo: 11.37 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2806.64 ug; Błonnik pokarmowy: 34.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.79 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.29 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 18.79 g; suma cukrów prostych: 91.69 g;		

Dietetyk

.....