

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-02-22 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórki konserwowe 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mandarynka 2szt. ,	Żurek z ziemniakami 250ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), kotlet drobiowy 100g (GLUTEN, JAJ), Sałatka z kapusty czerwonej 150g, Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), twaróg ze szczypiorkiem 50g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2345.83 kcal; Białko ogółem: 90.54 g; białko zwierzęce: 55.13 g; Tłuszcz: 76.07 g; Węglowodany ogółem: 349.58 g; Sód: 6279.74 mg; Potas: 3679.63 mg; Magnez: 354.90 mg; Wapń: 573.61 mg; Żelazo: 9.93 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 401.45 ug; Błonnik pokarmowy: 28.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.76 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.88 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 59.47 g; suma cukrów prostych: 78.50 g;		
czwartek 2024-02-22 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), chleb mały krojony 50g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki - ok 30g), Herbata 250ml , II Śniadanie: Mandarynka 2szt. ,	zupa ziemniaczanka 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), brokuł 150g, Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	chleb mały krojony 50g (GLUTEN, ŻYTO), Wek krojony 50g (GLUTEN), masło 15g (MLEKO), miód 1szt. , Twaróg 50g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2173.97 kcal; Białko ogółem: 82.96 g; białko zwierzęce: 48.41 g; Tłuszcz: 61.04 g; Węglowodany ogółem: 345.53 g; Sód: 3912.38 mg; Potas: 3509.11 mg; Magnez: 312.29 mg; Wapń: 606.52 mg; Żelazo: 9.57 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1019.74 ug; Błonnik pokarmowy: 25.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.99 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.00 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 49.54 g; suma cukrów prostych: 76.47 g;		
czwartek 2024-02-22 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (MLEKO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórki konserwowe 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mandarynka 2szt. ,	Żurek z ziemniakami 250ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Sałatka z kapusty czerwonej 150g, Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), twaróg ze szczypiorkiem 50g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2403.22 kcal; Białko ogółem: 98.13 g; białko zwierzęce: 58.71 g; Tłuszcz: 65.44 g; Węglowodany ogółem: 387.28 g; Sód: 6371.79 mg; Potas: 4421.55 mg; Magnez: 449.30 mg; Wapń: 915.42 mg; Żelazo: 11.97 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 754.02 ug; Błonnik pokarmowy: 36.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.27 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.37 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 19.61 g; suma cukrów prostych: 95.61 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-02-23 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Banan 1szt,	Zupa grochówka 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, ROŚ, GORCZYCA), ryba smażona 150g (GLUTEN, JAJ, RYB), ziemniaki z koperkiem 200g, Surówka z kapusty kiszonej 150g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Drożdżówka 1szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ),	Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Pasztet drobiowy 50g (GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3495.84 kcal; Białko ogółem: 121.57 g; białko zwierzęce: 62.80 g; Tłuszcz: 107.69 g; Węglowodany ogółem: 549.38 g; Sód: 2507.38 mg; Potas: 7755.51 mg; Magnez: 600.17 mg; Wapń: 625.75 mg; Żelazo: 19.42 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2225.55 ug; Błonnik pokarmowy: 45.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.40 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.10 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 47.83 g; suma cukrów prostych: 134.16 g;		
piątek 2024-02-23 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z makaronem 250ml (MLEKO), bułka kanapkowa 50g (GLUTEN), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Herbata 250ml, szynka tyrolska 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, II Śniadanie: Banan 1szt,	rosół z lanym ciastem 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, GORCZYCA), ryba gotowana 150g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SELER), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Drożdżówka 1szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), bułka kanapkowa 50g (GLUTEN), masło 15g (MLEKO), Pasztet drobiowy 50g (GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2826.10 kcal; Białko ogółem: 104.25 g; białko zwierzęce: 61.46 g; Tłuszcz: 70.87 g; Węglowodany ogółem: 472.15 g; Sód: 5210.69 mg; Potas: 6562.53 mg; Magnez: 508.68 mg; Wapń: 543.76 mg; Żelazo: 14.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2876.68 ug; Błonnik pokarmowy: 34.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.43 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.82 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.09 g; suma cukrów prostych: 135.98 g;		
piątek 2024-02-23 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z makaronem 250ml (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Pomidor 100g, II Śniadanie: Banan 1szt,	Zupa grochówka 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, ROŚ, GORCZYCA), ryba gotowana 150g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), ziemniaki z koperkiem 200g, Surówka z kapusty kiszonej 150g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Grejpfrut 200g,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Pasztet drobiowy 50g (GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3207.03 kcal; Białko ogółem: 126.91 g; białko zwierzęce: 71.46 g; Tłuszcz: 79.17 g; Węglowodany ogółem: 541.34 g; Sód: 2993.00 mg; Potas: 8967.89 mg; Magnez: 750.01 mg; Wapń: 854.63 mg; Żelazo: 19.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2258.55 ug; Błonnik pokarmowy: 51.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.83 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.39 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.97 g; suma cukrów prostych: 155.13 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-02-24 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Kielbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Papryka konserwowa 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Kiwi 2 szt. ,	Zupa grysikowa 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Kielbasa smażona z cebulą 100g, Sałatka szwedzka 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Mus owocowy 200g ,	Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Serek topiony 50g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2332.08 kcal; Białko ogółem: 79.03 g; białko zwierzęce: 50.27 g; Tłuszcz: 98.73 g; Węglowodany ogółem: 308.68 g; Sód: 4740.91 mg; Potas: 3916.81 mg; Magnez: 300.55 mg; Wapń: 625.10 mg; Żelazo: 11.26 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 701.68 ug; Błonnik pokarmowy: 28.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.25 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.55 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 36.71 g; suma cukrów prostych: 58.82 g;		
sobota 2024-02-24 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z ryżem 250ml (MLEKO), bułka kanapkowa 50g (GLUTEN), chleb mały krojony 50g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Kielbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Herbata 250ml , II Śniadanie: Kiwi 2 szt. ,	Zupa grysikowa 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), szpinak na gęsto 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml , Podwieczorek: Mus owocowy 200g ,	chleb mały krojony 50g (GLUTEN, ŻYTO), bułka kanapkowa 50g (GLUTEN), masło 15g (MLEKO), Pol.drobiowa z koperkiem 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2682.26 kcal; Białko ogółem: 129.15 g; białko zwierzęce: 93.73 g; Tłuszcz: 100.74 g; Węglowodany ogółem: 342.68 g; Sód: 4025.88 mg; Potas: 5073.84 mg; Magnez: 426.58 mg; Wapń: 710.39 mg; Żelazo: 15.31 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1680.43 ug; Błonnik pokarmowy: 30.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.74 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.60 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 40.51 g; suma cukrów prostych: 64.44 g;		
sobota 2024-02-24 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z ryżem 250ml (MLEKO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Kielbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Papryka konserwowa 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Kiwi 2 szt. ,	Zupa grysikowa 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), szpinak na gęsto 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml , Podwieczorek: Mus owocowy 200g ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Pol.drobiowa z koperkiem 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2942.02 kcal; Białko ogółem: 140.23 g; białko zwierzęce: 100.55 g; Tłuszcz: 110.24 g; Węglowodany ogółem: 383.97 g; Sód: 4457.15 mg; Potas: 5665.08 mg; Magnez: 531.32 mg; Wapń: 985.43 mg; Żelazo: 17.93 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1786.22 ug; Błonnik pokarmowy: 39.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.64 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.83 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.18 g; suma cukrów prostych: 75.13 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-02-25 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), kielbasa śląska 100g, Musztarda 20g (GORCZYCA), Ogórek kiszony 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g,	Zupa pomidorowa z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), surówka z kapusty pekińskiej 150g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Deser budyniowy 1 szt.	chleb mały krojony 50g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Twaróg z rzodkiewką 50g (MLEKO), 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: 6509.37 mg; Potas: 4252.17 mg; Magnez: 337.95 mg; Wapń: 534.55 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;		
niedziela 2024-02-25 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN), bułka kanapkowa 50g (GLUTEN), chleb mały krojony 50g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Jabłko pieczone 150,	Zupa pomidorowa z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Sztuka mięsa 100g (MIĘSO WIEP), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SELER), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Deser budyniowy 1 szt.	chleb mały krojony 50g (GLUTEN, ŻYTO), bułka kanapkowa 50g (GLUTEN), masło 15g (MLEKO), Twaróg 50g (MLEKO), 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: 6962.52 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 2024-02-25 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek kiszony 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g,	Zupa pomidorowa z makaronem 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), surówka z kapusty pekińskiej 150g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Kiwi 2 szt.	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), twaróg z rzodkiewką 50g (MLEKO), 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: 6466.03 mg; Potas: 5419.29 mg; Magnez: 453.75 mg; Wapń: 849.15 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;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-02-26 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), ogórki konserwowe 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Galartetka 1szt. ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Gulasz wieprzowy (100g +100ml sosu) (GLUTEN), buraki 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), pasta z kiełbasy i jajka 60g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2721.50 kcal; Białko ogółem: 93.41 g; białko zwierzęce: 60.97 g; Tłuszcz: 93.30 g; Węglowodany ogółem: 396.92 g; Sód: 3230.42 mg; Potas: 4131.36 mg; Magnez: 321.00 mg; Wapń: 1012.36 mg; Żelazo: 14.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1130.41 ug; Błonnik pokarmowy: 23.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.48 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.06 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.16 g; suma cukrów prostych: 125.39 g;		
poniedziałek 2024-02-26 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Wek krojony 50g (GLUTEN), masło 15g (MLEKO), twaróg 50g (MLEKO), Jabłko 150g, Dżem 50g, Herbata 250ml , II Śniadanie: Galartetka 1szt. ,	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), buraki 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml , Podwieczorek: serek naturalny 150g ,	Sok warzywny 200ml, bułka kanapkowa 50g (GLUTEN), masło 15g (MLEKO), szynka pol. drobiowa 50g (MLEKO, SELER, SOJA, ZIA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2847.71 kcal; Białko ogółem: 106.62 g; białko zwierzęce: 76.77 g; Tłuszcz: 88.87 g; Węglowodany ogółem: 425.81 g; Sód: 2768.76 mg; Potas: 4832.06 mg; Magnez: 358.85 mg; Wapń: 585.75 mg; Żelazo: 12.74 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1100.45 ug; Błonnik pokarmowy: 24.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.93 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.97 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 24.54 g; suma cukrów prostych: 167.92 g;		
poniedziałek 2024-02-26 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), ogórki konserwowe 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Serek homogenizowany 1szt. ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), buraki 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), pasta z kiełbasy i jajka 60g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2877.49 kcal; Białko ogółem: 130.25 g; białko zwierzęce: 92.96 g; Tłuszcz: 120.28 g; Węglowodany ogółem: 347.09 g; Sód: 2935.62 mg; Potas: 5083.14 mg; Magnez: 471.42 mg; Wapń: 1321.35 mg; Żelazo: 15.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1586.88 ug; Błonnik pokarmowy: 30.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 63.99 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.36 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.95 g; suma cukrów prostych: 95.43 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
wtorek 2024-02-27 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Pasztet drobiowy 50g (GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA), Sałata zielona z pomidorem 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Sniadanie: Mandarynka 2szt. ,	Zupa ogórkowa 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), knedle z mięsem boczkiem i cebulką 6szt. , surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1971.23 kcal; Białko ogółem: 58.92 g; białko zwierzęce: 33.44 g; Tłuszcz: 87.75 g; Węglowodany ogółem: 256.92 g; Sód: 5400.94 mg; Potas: 3137.40 mg; Magnez: 276.27 mg; Wapń: 719.72 mg; Żelazo: 9.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1960.41 ug; Błonnik pokarmowy: 21.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.37 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.46 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.72 g; suma cukrów prostych: 79.73 g;		
wtorek 2024-02-27 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (MLEKO), bułka kanapkowa 50g (GLUTEN), chleb mały krojony 50g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Pasztet drobiowy 50g (GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA), Sałata zielona z pomidorem 100g, Herbata 250ml , II Sniadanie: Mandarynka 2szt. ,	zupa ziemniaczanka 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), marchewka oprószana 150g (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb mały krojony 50g (GLUTEN, ŻYTO), Szynka beskidzka 40g, bułka kanapkowa 50g (GLUTEN), masło 15g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2475.75 kcal; Białko ogółem: 82.54 g; białko zwierzęce: 40.50 g; Tłuszcz: 93.55 g; Węglowodany ogółem: 354.64 g; Sód: 3815.38 mg; Potas: 4997.74 mg; Magnez: 364.26 mg; Wapń: 743.61 mg; Żelazo: 11.10 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3944.90 ug; Błonnik pokarmowy: 29.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.42 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.95 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.86 g; suma cukrów prostych: 85.39 g;		
wtorek 2024-02-27 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (MLEKO), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Pasztet drobiowy 50g (GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA), Sałata zielona z pomidorem 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Sniadanie: Mandarynka 2szt. ,	Zupa ogórkowa 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 180g ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2794.58 kcal; Białko ogółem: 101.16 g; białko zwierzęce: 59.94 g; Tłuszcz: 102.42 g; Węglowodany ogółem: 402.16 g; Sód: 6061.01 mg; Potas: 5863.20 mg; Magnez: 505.05 mg; Wapń: 1153.00 mg; Żelazo: 15.45 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2498.81 ug; Błonnik pokarmowy: 38.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.94 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.76 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 40.93 g; suma cukrów prostych: 99.77 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-02-28 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Wafelek 42g(1szt.) ,	Zupa ryżowa z pietruszką 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Kalafior z wody z masłem i bułką tartą 150g (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), pasta z konserwy rybnej 50g (JAJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2659.91 kcal; Białko ogółem: 96.33 g; białko zwierzęce: 62.32 g; Tłuszcz: 118.05 g; Węglowodany ogółem: 321.65 g; Sód: 4348.33 mg; Potas: 4105.61 mg; Magnez: 291.78 mg; Wapń: 490.64 mg; Żelazo: 11.06 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1010.20 ug; Błonnik pokarmowy: 20.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.86 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.89 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 49.37 g; suma cukrów prostych: 93.77 g;		
środa 2024-02-28 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN), bułka kanapkowa 50g (GLUTEN), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 ,	Zupa ryżowa z pietruszką 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Sztuka mięsa 100g (MIĘSO WIEP), Kalafior z wody 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), bułka kanapkowa 50g (GLUTEN), masło 15g (MLEKO), Pasta mięsna 70g(9) (SELER), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2438.09 kcal; Białko ogółem: 97.64 g; białko zwierzęce: 64.52 g; Tłuszcz: 95.30 g; Węglowodany ogółem: 318.84 g; Sód: 5345.29 mg; Potas: 4383.32 mg; Magnez: 296.90 mg; Wapń: 402.39 mg; Żelazo: 10.80 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 919.14 ug; Błonnik pokarmowy: 23.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.11 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.13 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.67 g; suma cukrów prostych: 87.13 g;		
środa 2024-02-28 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa ryżowa z pietruszką 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Kalafior z wody z masłem i bułką tartą 150g (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Pasta mięsna 70g(9) (SELER), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2905.82 kcal; Białko ogółem: 112.61 g; białko zwierzęce: 71.39 g; Tłuszcz: 111.75 g; Węglowodany ogółem: 392.53 g; Sód: 4394.38 mg; Potas: 4979.11 mg; Magnez: 404.02 mg; Wapń: 678.58 mg; Żelazo: 13.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1065.12 ug; Błonnik pokarmowy: 32.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.05 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.70 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.90 g; suma cukrów prostych: 98.31 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-02-29 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Szynka Ojca Grzegorza 40g, Ogórek kiszony 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Banan 1szt,	Zupa barszcz z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Makaron ze szpinakiem i mięsem drobiowym 350g (GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml, Podwieczorek: Mus owocowy 200g,	chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 50g (MLEKO), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2477.73 kcal; Białko ogółem: 85.99 g; białko zwierzęce: 47.46 g; Tłuszcz: 55.60 g; Węglowodany ogółem: 435.16 g; Sód: 4389.75 mg; Potas: 5112.07 mg; Magnez: 469.08 mg; Wapń: 541.33 mg; Żelazo: 11.69 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1077.59 ug; Błonnik pokarmowy: 32.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.15 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.65 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 15.31 g; suma cukrów prostych: 128.50 g;		
czwartek 2024-02-29 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO, GLUTEN), bułka kanapkowa 50g (GLUTEN), chleb mały krojony 50g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Szynka Ojca Grzegorza 40g, Pomidor 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Banan 1szt,	Zupa barszcz z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Makaron ze szpinakiem i mięsem drobiowym 350g (GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml, Podwieczorek: Mus owocowy 200g,	chleb mały krojony 50g (GLUTEN, ŻYTO), bułka kanapkowa 50g (GLUTEN), masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 50g (MLEKO), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2708.75 kcal; Białko ogółem: 93.65 g; białko zwierzęce: 47.56 g; Tłuszcz: 59.73 g; Węglowodany ogółem: 479.16 g; Sód: 4405.89 mg; Potas: 5516.36 mg; Magnez: 514.37 mg; Wapń: 565.31 mg; Żelazo: 13.67 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1195.29 ug; Błonnik pokarmowy: 35.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.06 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.14 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 16.91 g; suma cukrów prostych: 125.39 g;		
czwartek 2024-02-29 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Szynka Ojca Grzegorza 40g, Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Banan 1szt,	Zupa barszcz z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Makaron ze szpinakiem i mięsem drobiowym 350g (GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml, Podwieczorek: Mus owocowy 200g,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 50g (MLEKO), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2842.77 kcal; Białko ogółem: 101.63 g; białko zwierzęce: 54.34 g; Tłuszcz: 67.96 g; Węglowodany ogółem: 493.62 g; Sód: 4738.30 mg; Potas: 6051.96 mg; Magnez: 616.62 mg; Wapń: 831.52 mg; Żelazo: 15.32 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1235.29 ug; Błonnik pokarmowy: 43.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.63 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.73 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 18.56 g; suma cukrów prostych: 135.73 g;		
piątek 2024-03-01 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), Mix sałat z pomidorem 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mandarynka 2szt,	Zupa kapuśniak 250ml (GLUTEN, SELER), jajka gotowane 2szt., Sos musztardowy 100g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA), Fasolka szparagowa z bułką tartą 150g (GLUTEN, ROŚ), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Kiełbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2199.15 kcal; Białko ogółem: 75.15 g; białko zwierzęce: 38.87 g; Tłuszcz: 70.53 g; Węglowodany ogółem: 342.94 g; Sód: 1674.35 mg; Potas: 4718.67 mg; Magnez: 349.84 mg; Wapń: 1018.30 mg; Żelazo: 11.17 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1081.54 ug; Błonnik pokarmowy: 30.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.02 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 6.65 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.03 g; suma cukrów prostych: 76.03 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-01		
Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z ryżem 250ml (MLEKO), bułka kanapkowa 50g (GLUTEN), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat z pomidorem 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Mandarynka 2 szt. ,	Zupa krem z dyni z dodatkiem majeranku i pietruszki z grzankami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło 10g + makaron 180g) (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), bułka kanapkowa 50g (GLUTEN), masło 15g (MLEKO), Kielbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2327.68 kcal; Białko ogółem: 89.14 g; białko zwierzęce: 56.67 g; Tłuszcz: 80.18 g; Węglowodany ogółem: 330.04 g; Sód: 1915.52 mg; Potas: 3250.18 mg; Magnez: 257.66 mg; Wapń: 677.07 mg; Żelazo: 9.87 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1461.28 ug; Błonnik pokarmowy: 21.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.78 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.29 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.43 g; suma cukrów prostych: 87.72 g;		
piątek 2024-03-01		
Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z ryżem 250ml (MLEKO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), Mix sałat z pomidorem 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mandarynka 2 szt. ,	Zupa kapuśniak 250ml (GLUTEN, SELER), jajka gotowane 2 szt. , ziemniaki gotowane 200g. , Sos musztardowy 100g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA), Fasolka szparagowa z bułką tartą 150g (GLUTEN, ROŚ), Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2441.59 kcal; Białko ogółem: 89.84 g; białko zwierzęce: 51.83 g; Tłuszcz: 78.22 g; Węglowodany ogółem: 374.59 g; Sód: 2013.94 mg; Potas: 5311.52 mg; Magnez: 423.57 mg; Wapń: 1390.80 mg; Żelazo: 12.26 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1154.46 ug; Błonnik pokarmowy: 33.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.54 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.41 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.24 g; suma cukrów prostych: 91.11 g;		
sobota 2024-03-02		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Parówki Cieszynki 100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Musztarda 20g (GORCZYCA), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Bigos 300g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek naturalny 150g ,	chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), pasta z jajka i twarogu 50g (MLEKO, GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2515.98 kcal; Białko ogółem: 84.40 g; białko zwierzęce: 53.54 g; Tłuszcz: 112.13 g; Węglowodany ogółem: 318.19 g; Sód: 2394.68 mg; Potas: 4465.85 mg; Magnez: 318.81 mg; Wapń: 648.11 mg; Żelazo: 10.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1091.56 ug; Błonnik pokarmowy: 27.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 58.27 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.86 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.40 g; suma cukrów prostych: 89.13 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-02 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Wek krojony 50g (GLUTEN), masło 15g (MLEKO), Parówki Cieszynki 100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Jabłko pieczone 150,	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Sztuka mięsa 100g (MIĘSO WIEP), szpinak na gęsto 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, kompot 200ml., Podwieczorek: Serek naturalny 150g,	Wek krojony 50g (GLUTEN), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Szynka beszkidzka 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: 4993.47 mg; Potas: 4309.63 mg; Magnez: 371.42 mg; Wapń: 565.21 mg; Żelazo: 14.12 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 2024-03-02 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Parówki Cieszynki 100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Musztarda 20g (GORCZYCA), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g,	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Bigos 300g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml., Podwieczorek: Serek naturalny 150g,	Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), pasta z jajka i twarogu 50g (MLEKO, GORCZYCA), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2989.16 kcal; Białko ogółem: 102.13 g; białko zwierzęce: 60.46 g; Tłuszcz: 124.20 g; Węglowodany ogółem: 401.13 g; Sód: 2738.43 mg; Potas: 5174.08 mg; Magnez: 462.74 mg; Wapń: 938.49 mg; Żelazo: 13.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1141.56 ug; Błonnik pokarmowy: 37.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 61.75 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.69 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.61 g; suma cukrów prostych: 100.94 g;		

Dietetyk

.....