

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-13 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g,	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), Kapusta kiszona zasmażana 150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Pasztet drobiowy 50g (GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA), 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: 3113.56 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: 17.55 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.67 g; suma cukrów prostych: 87.28 g;		
środa 2024-03-13 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Jabłko pieczone 150,	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), szpinak na gęsto 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb mały krojony 100g (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: 2670.36 kcal; Białko ogółem: 111.09 g; białko zwierzęce: 72.36 g; Tłuszcz: 93.55 g; Węglowodany ogółem: 372.66 g; Sód: 2852.05 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: 14.14 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 36.42 g; suma cukrów prostych: 90.17 g;		
środa 2024-03-13 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g,	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), Kapusta kiszona zasmażana 150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb mały krojony 100g (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: 2880.84 kcal; Białko ogółem: 114.92 g; białko zwierzęce: 77.43 g; Tłuszcz: 113.65 g; Węglowodany ogółem: 380.78 g; Sód: 3521.81 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: 20.53 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 46.25 g; suma cukrów prostych: 97.90 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-14 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g, ogórek zielony 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Kiwi 2szt. ,	Żurek z ziemniakami 250ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Surówka z marchwi i jabłka 150g (MLEKO), Ryż na sypko 200g, Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Twaróg ze szczypiorkiem 50g (MLEKO), 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;		
czwartek 2024-03-14 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g, pomidor 100g, Herbata 250ml , II Śniadanie: Kiwi 2szt. ,	zupa ziemniaczanka 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), brokuł 150g, Ryż na sypko 200g, Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), Wek krojony 50g (GLUTEN), masło 15g (MLEKO), Szynka beszkidzka 50g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2279.71 kcal; Białko ogółem: 83.51 g; białko zwierzęce: 38.86 g; Tłuszcz: 72.04 g; Węglowodany ogółem: 348.77 g; Sód: 4135.09 mg; Potas: 3955.33 mg; Magnez: 296.31 mg; Wapń: 542.81 mg; Żelazo: 9.45 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1104.38 ug; Błonnik pokarmowy: 25.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.43 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.33 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 50.16 g; suma cukrów prostych: 61.75 g;		
czwartek 2024-03-14 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), ogórek zielony 100g, Szynka drobiowa 40g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Kiwi 2szt. ,	Żurek z ziemniakami 250ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Surówka z marchwi i jabłka 150g (MLEKO), Ryż na sypko 200g, 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: 2454.07 kcal; Białko ogółem: 97.92 g; białko zwierzęce: 62.54 g; Tłuszcz: 66.72 g; Węglowodany ogółem: 396.22 g; Sód: 6318.28 mg; Potas: 4584.39 mg; Magnez: 430.38 mg; Wapń: 878.71 mg; Żelazo: 11.27 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2809.06 ug; Błonnik pokarmowy: 34.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.81 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.38 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 19.14 g; suma cukrów prostych: 91.69 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
piątek 2024-03-15 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), pomidor 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Sniadanie: Mus owocowy 200g,	Zupa kalafiorowa 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Ryba smażona 120g (GLUTEN, JAJ, RYB), Ziemniaki gotowane 200g, surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), Kompot 200ml, Podwieczorek: Mandarynka 2szt.	chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2450.97 kcal; Białko ogółem: 100.51 g; białko zwierzęce: 62.52 g; Tłuszcz: 81.90 g; Węglowodany ogółem: 363.56 g; Sód: 4681.07 mg; Potas: 5312.71 mg; Magnez: 434.38 mg; Wapń: 1028.62 mg; Żelazo: 13.55 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1458.66 ug; Błonnik pokarmowy: 39.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.45 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.03 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.05 g; suma cukrów prostych: 74.47 g;		
piątek 2024-03-15 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z makaronem 250ml (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Twaróg 50g (MLEKO), pomidor 100g, Herbata 250ml, II Sniadanie: Mus owocowy 200g,	rosół z lanym ciastem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, GORCZYCA), ryba gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g, Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SELER), Kompot 200ml, Podwieczorek: Mandarynka 2szt.	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2040.46 kcal; Białko ogółem: 89.44 g; białko zwierzęce: 54.41 g; Tłuszcz: 49.48 g; Węglowodany ogółem: 340.16 g; Sód: 3962.98 mg; Potas: 4529.78 mg; Magnez: 350.16 mg; Wapń: 568.63 mg; Żelazo: 10.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2207.50 ug; Błonnik pokarmowy: 34.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.07 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.36 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 14.52 g; suma cukrów prostych: 77.15 g;		
piątek 2024-03-15 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z makaronem 250ml (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Sniadanie: Mus owocowy 200g,	Zupa kalafiorowa 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), ryba gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g, surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), Kompot 200ml, Podwieczorek: Mandarynka 2szt.	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2438.87 kcal; Białko ogółem: 107.45 g; białko zwierzęce: 69.47 g; Tłuszcz: 76.16 g; Węglowodany ogółem: 369.13 g; Sód: 5203.39 mg; Potas: 5781.59 mg; Magnez: 501.02 mg; Wapń: 1336.50 mg; Żelazo: 13.94 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1592.06 ug; Błonnik pokarmowy: 41.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.99 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.36 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.81 g; suma cukrów prostych: 87.44 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
sobota 2024-03-16 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Miód 1szt. , Twaróg 50g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , pomidor 70g , kawa z mlekiem 200ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Sniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Łazanki 300g (GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko 150g ,	chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Pol.drobiowa z koperkie 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2069.89 kcal; Białko ogółem: 78.71 g; białko zwierzęce: 48.65 g; Tłuszcz: 64.18 g; Węglowodany ogółem: 314.30 g; Sód: 1315.09 mg; Potas: 2680.72 mg; Magnez: 242.42 mg; Wapń: 597.07 mg; Żelazo: 8.64 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 953.69 ug; Błonnik pokarmowy: 22.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.01 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.52 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 18.70 g; suma cukrów prostych: 88.34 g;		
sobota 2024-03-16 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Miód 1szt. , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Twaróg 50g (MLEKO), Herbata 250ml , pomidor 70g , II Sniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), marchewka oprószana 150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko pieczone 150 ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Pol.drobiowa z koperkie 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2750.12 kcal; Białko ogółem: 127.51 g; białko zwierzęce: 95.75 g; Tłuszcz: 98.17 g; Węglowodany ogółem: 362.16 g; Sód: 1671.30 mg; Potas: 4750.72 mg; Magnez: 356.94 mg; Wapń: 675.36 mg; Żelazo: 11.80 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3115.78 ug; Błonnik pokarmowy: 26.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.61 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.72 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.48 g; suma cukrów prostych: 95.90 g;		
sobota 2024-03-16 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Wędzonka Jana 40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , pomidor 70g , kawa z mlekiem 200ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Sniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Surówka z kapusty kiszonej 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko 150g ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), pol.drobiowa z koperkiem 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), masło 15g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2533.64 kcal; Białko ogółem: 122.21 g; białko zwierzęce: 91.51 g; Tłuszcz: 99.00 g; Węglowodany ogółem: 316.97 g; Sód: 2776.91 mg; Potas: 5003.38 mg; Magnez: 396.35 mg; Wapń: 607.72 mg; Żelazo: 12.58 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1423.47 ug; Błonnik pokarmowy: 30.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.35 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.16 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.86 g; suma cukrów prostych: 90.74 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-17 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb krojony mały120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Szyńka luksusowa40g (MLEKO, SELER, SOJA), Pomidor100g , kawa z mlekiem200ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Kiwi2szt. ,	Zupa pomidorowa z makaronem250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Sałatka z kapusty czerwonej 150g , ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczerek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb krojony mały120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), kiełbasa śląska100g , Musztarda 20g (GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2763.26 kcal; Białko ogółem: 107.65 g; białko zwierzęce: 65.33 g; Tłuszcz: 110.93 g; Węglowodany ogółem: 360.42 g; Sód: 6278.42 mg; Potas: 5297.85 mg; Magnez: 387.32 mg; Wapń: 498.94 mg; Żelazo: 13.67 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 829.08 ug; Błonnik pokarmowy: 29.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.40 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.53 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 76.20 g; suma cukrów prostych: 62.59 g;		
niedziela 2024-03-17 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z kaszą manną250ml (MLEKO, GLUTEN), chleb mały krojony100g (GLUTEN, ŻYTO), Wek krojony 50g (GLUTEN), masło 15g (MLEKO), Szyńka luksusowa40g (MLEKO, SELER, SOJA), Pomidor100g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Kiwi2szt. ,	Zupa pomidorowa z makaronem250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Sztuka mięsa100g (MIĘSO WIEP), Sałatka z jarzyn gotowanych150g (SELER), ziemniaki 200g , Kompot 200ml , Podwieczerek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb mały krojony100g (GLUTEN, ŻYTO), Wek krojony 50g (GLUTEN), masło 15g (MLEKO), kiełbasa krakowska50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2515.76 kcal; Białko ogółem: 98.86 g; białko zwierzęce: 61.93 g; Tłuszcz: 99.56 g; Węglowodany ogółem: 332.90 g; Sód: 7280.86 mg; Potas: 5119.34 mg; Magnez: 362.20 mg; Wapń: 498.48 mg; Żelazo: 12.28 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2141.84 ug; Błonnik pokarmowy: 29.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.51 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.71 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 70.84 g; suma cukrów prostych: 64.05 g;		
niedziela 2024-03-17 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z kaszą manną250ml (MLEKO, GLUTEN), chleb mały krojony100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Szyńka luksusowa40g (MLEKO, SELER, SOJA), Pomidor100g , kawa z mlekiem200ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Kiwi2szt. ,	Zupa pomidorowa z makaronem250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Sałatka z kapusty czerwonej 150g , ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczerek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), kiełbasa krakowska50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2656.14 kcal; Białko ogółem: 107.10 g; białko zwierzęce: 66.99 g; Tłuszcz: 103.26 g; Węglowodany ogółem: 353.39 g; Sód: 6172.23 mg; Potas: 5673.55 mg; Magnez: 412.40 mg; Wapń: 737.02 mg; Żelazo: 13.49 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1047.12 ug; Błonnik pokarmowy: 31.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.87 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.36 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 40.88 g; suma cukrów prostych: 72.38 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-18 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb mały krojony100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Szyńka drobiowa 50.g , Ogórek kiszony 100g , kawa z mlekiem200ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mus owocowy200g ,	Zupa grysikowa250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), buraki 150g , ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Drożdżówka1szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ),	chleb mały krojony100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), pasta z kiełbasy i jajka60g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2207.56 kcal; Białko ogółem: 100.85 g; białko zwierzęce: 68.42 g; Tłuszcz: 65.70 g; Węglowodany ogółem: 327.42 g; Sód: 4364.68 mg; Potas: 4478.15 mg; Magnez: 342.46 mg; Wapń: 479.47 mg; Żelazo: 14.16 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 757.73 ug; Błonnik pokarmowy: 27.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.79 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.31 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.40 g; suma cukrów prostych: 89.04 g;		
poniedziałek 2024-03-18 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z płatkami owsianymi250ml (MLEKO, GLUTEN), chleb mały krojony100g (GLUTEN, ŻYTO), Wek krojony 50g (GLUTEN), masło 15g (MLEKO), Szyńka drobiowa 50.g , Pomidor100g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Mus owocowy200g ,	Zupa grysikowa250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), buraki 150g , ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Drożdżówka1szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ),	chleb mały krojony100g (GLUTEN, ŻYTO), Wek krojony 50g (GLUTEN), masło 15g (MLEKO), serek waniliowy70g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2410.53 kcal; Białko ogółem: 112.14 g; białko zwierzęce: 72.26 g; Tłuszcz: 62.05 g; Węglowodany ogółem: 377.71 g; Sód: 4069.24 mg; Potas: 4894.68 mg; Magnez: 386.91 mg; Wapń: 598.67 mg; Żelazo: 14.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 778.03 ug; Błonnik pokarmowy: 31.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.31 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.06 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 20.62 g; suma cukrów prostych: 92.40 g;		
poniedziałek 2024-03-18 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z płatkami owsianymi250ml (MLEKO, GLUTEN), chleb mały krojony100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Szyńka drobiowa 50.g , Ogórek kiszony 100g , kawa z mlekiem200ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mus owocowy200g ,	Zupa grysikowa250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), buraki 150g , ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mandarynka2szt. ,	Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), pasta z kiełbasy i jajka60g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2252.26 kcal; Białko ogółem: 106.82 g; białko zwierzęce: 73.34 g; Tłuszcz: 68.00 g; Węglowodany ogółem: 334.71 g; Sód: 4670.93 mg; Potas: 5218.10 mg; Magnez: 464.91 mg; Wapń: 767.17 mg; Żelazo: 15.48 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 768.73 ug; Błonnik pokarmowy: 34.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.70 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.20 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.72 g; suma cukrów prostych: 101.86 g;		
wtorek 2024-03-19 Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.		
chleb mały krojony100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Szyńka beskidzka 50g , Mix sałat z papryką100g , kawa z mlekiem200ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Banan 1szt ,	zupa ziemniaczanka250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), bitki w sosie(100g+80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), ziemniaki gotowane200g. , Sałatka z kapusty białej150g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Wafelek 42g(1szt.) ,	chleb krojony mały120.g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Dżem 50g , Twaróg50g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3412.65 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; białko zwierzęce: 43.19 g; Tłuszcz: 117.50 g; Węglowodany ogółem: 525.20 g; Sód: 4517.15 mg; Potas: 6746.91 mg; Magnez: 510.91 mg; Wapń: 603.11 mg; Żelazo: 12.17 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1068.68 ug; Błonnik pokarmowy: 36.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.29 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.14 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 44.09 g; suma cukrów prostych: 172.85 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-19 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (MLEKO), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Wek krojony 50g (GLUTEN), masło 15g (MLEKO), Szynka beskidzka 50g, Mix sałat z pomidorem 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Banan 1szt,	Zupa ziemniaczanka 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), szpinak na gęsto 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Wafelek 42g (1szt.),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Wek krojony 50g (GLUTEN), masło 15g (MLEKO), Dżem 50g, Twaróg 50g (MLEKO), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3218.01 kcal; Białko ogółem: 94.09 g; białko zwierzęce: 44.32 g; Tłuszcz: 105.43 g; Węglowodany ogółem: 504.29 g; Sód: 3728.53 mg; Potas: 6701.50 mg; Magnez: 548.84 mg; Wapń: 704.28 mg; Żelazo: 14.44 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2199.60 ug; Błonnik pokarmowy: 34.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.48 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.27 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 36.23 g; suma cukrów prostych: 178.16 g;		
wtorek 2024-03-19 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (MLEKO), chleb mały krojony 100g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Szynka beskidzka 50g, Mix sałat z papryką 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Grejfrut 200g,	Zupa ziemniaczanka 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), ziemniaki gotowane 200g, Sałatka z kapusty białej 150g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Serek topiony 50g (MLEKO), chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2657.21 kcal; Białko ogółem: 91.27 g; białko zwierzęce: 47.11 g; Tłuszcz: 97.10 g; Węglowodany ogółem: 384.25 g; Sód: 4013.89 mg; Potas: 5663.54 mg; Magnez: 422.82 mg; Wapń: 1109.23 mg; Żelazo: 10.27 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1508.99 ug; Błonnik pokarmowy: 31.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.68 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.88 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.47 g; suma cukrów prostych: 98.12 g;		
środa 2024-03-20 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mandarynka 2szt.,	Zupa ryżowa z pietruszką 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Pałki z kurczaka 150g, sos (2szt.) (GLUTEN), Sałatka coleslaw 150g, ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Mus owocowy 200g,	chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Pasztet drobiowy 50g (GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2218.41 kcal; Białko ogółem: 59.13 g; białko zwierzęce: 22.87 g; Tłuszcz: 67.51 g; Węglowodany ogółem: 371.13 g; Sód: 3082.30 mg; Potas: 3741.13 mg; Magnez: 307.55 mg; Wapń: 470.85 mg; Żelazo: 10.57 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1298.62 ug; Błonnik pokarmowy: 30.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.18 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.04 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.73 g; suma cukrów prostych: 96.21 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-20 Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 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: Mandarynka 2szt. ,	Zupa ryżowa z pietruszką 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Pałki z kurczaka gotowane 150g, sos (2szt.) (GLUTEN, SELER), brokuł 150g, ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Mus owocowy 200g ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Wek krojony 50g (GLUTEN), masło 15g (MLEKO), Paszтет drobiowy 50g (GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1933.94 kcal; Białko ogółem: 59.88 g; białko zwierzęce: 24.52 g; Tłuszcz: 60.43 g; Węglowodany ogółem: 315.00 g; Sód: 2699.99 mg; Potas: 4051.27 mg; Magnez: 305.50 mg; Wapń: 551.41 mg; Żelazo: 10.51 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1640.94 ug; Błonnik pokarmowy: 30.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.93 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 5.88 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.84 g; suma cukrów prostych: 71.80 g;		
środa 2024-03-20 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mandarynka 2szt. ,	Zupa ryżowa z pietruszką 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Pałki z kurczaka gotowane 150g, sos (2szt.) (GLUTEN, SELER), Sałatka coleslaw 150g, ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Mus owocowy 200g ,	chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Paszтет drobiowy 50g (GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2229.99 kcal; Białko ogółem: 65.13 g; białko zwierzęce: 29.63 g; Tłuszcz: 67.27 g; Węglowodany ogółem: 371.72 g; Sód: 3449.51 mg; Potas: 4148.71 mg; Magnez: 366.08 mg; Wapń: 725.06 mg; Żelazo: 11.20 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1449.54 ug; Błonnik pokarmowy: 33.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.28 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.79 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.45 g; suma cukrów prostych: 106.41 g;		
czwartek 2024-03-21 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Szyńka Ojca Grzegorza 40g, ogórki konserwowe 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Zupa barszcz z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Kiełbasa smażona z cebulą 100g, Kapusta kiszona zasmażana 150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: pączek (MLEKO, GLUTEN, JAJ),	chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3022.61 kcal; Białko ogółem: 103.85 g; białko zwierzęce: 63.25 g; Tłuszcz: 118.68 g; Węglowodany ogółem: 407.97 g; Sód: 6069.66 mg; Potas: 4918.34 mg; Magnez: 368.79 mg; Wapń: 686.48 mg; Żelazo: 13.48 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 843.89 ug; Błonnik pokarmowy: 26.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.58 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.43 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 46.05 g; suma cukrów prostych: 95.98 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-21 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), Szynka Ojca Grzegorza 40g, Herbata 250ml, pomidor 100g, II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Zupa barszcz z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Sztuka mięsa 100g (MIĘSO WIEP), Sos pietruszkowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Galaretki 1szt.,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Wek krojony 50g (GLUTEN), masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2772.38 kcal; Białko ogółem: 107.35 g; białko zwierzęce: 70.98 g; Tłuszcz: 86.52 g; Węglowodany ogółem: 414.16 g; Sód: 7359.29 mg; Potas: 5443.14 mg; Magnez: 411.74 mg; Wapń: 734.44 mg; Żelazo: 12.47 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2109.59 ug; Błonnik pokarmowy: 27.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.63 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.29 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.64 g; suma cukrów prostych: 117.66 g;		
czwartek 2024-03-21 Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Szynka Ojca Grzegorza 40g, ogórki konserwowe 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Zupa barszcz z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Sztuka mięsa 100g (MIĘSO WIEP), Sos pietruszkowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Kapusta kiszona zasmażana 150g (GLUTEN), ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2894.13 kcal; Białko ogółem: 118.73 g; białko zwierzęce: 76.12 g; Tłuszcz: 107.46 g; Węglowodany ogółem: 387.07 g; Sód: 7990.75 mg; Potas: 5566.69 mg; Magnez: 442.54 mg; Wapń: 919.15 mg; Żelazo: 13.34 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 883.49 ug; Błonnik pokarmowy: 27.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.24 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.60 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.79 g; suma cukrów prostych: 85.35 g;		
piątek 2024-03-22 Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.		
chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), Sałata zielona z kiełkami i pomidorem 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mus owocowy 200g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło 10g + makaron 180g) (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml, Podwieczorek: Ciasto jogurtowe 100g,	chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Kiełbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2493.15 kcal; Białko ogółem: 95.43 g; białko zwierzęce: 57.43 g; Tłuszcz: 87.00 g; Węglowodany ogółem: 352.57 g; Sód: 1641.56 mg; Potas: 1919.53 mg; Magnez: 216.25 mg; Wapń: 898.12 mg; Żelazo: 9.40 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1154.52 ug; Błonnik pokarmowy: 23.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.26 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.06 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.20 g; suma cukrów prostych: 71.76 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-22		
Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.		
zupa mleczna z ryżem 250ml (MLEKO), chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Szynka luksusowa 50g (MLEKO, SELER, SOJA), Sałata zielona z kiełkami i pomidorem 100g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Mus owocowy 200g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło 10g + makaron 180g) (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml, Podwieczorek: Ciasto jogurtowe 100g,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Wek krojony 50g (GLUTEN), masło 15g (MLEKO), Kiełbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2419.36 kcal; Białko ogółem: 94.77 g; białko zwierzęce: 57.28 g; Tłuszcz: 77.65 g; Węglowodany ogółem: 354.29 g; Sód: 1779.40 mg; Potas: 2209.62 mg; Magnez: 223.83 mg; Wapń: 629.16 mg; Żelazo: 9.51 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1046.91 ug; Błonnik pokarmowy: 21.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.74 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.19 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.41 g; suma cukrów prostych: 78.86 g;		
piątek 2024-03-22		
Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA		
zupa mleczna z ryżem 250ml (MLEKO), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), Sałata zielona z kiełkami i pomidorem 100g, kawa z mlekiem 200ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mus owocowy 200g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), jajka gotowane 2szt., Sos musztardowy 100g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA), ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa 150g (GLUTEN, ROŚ), Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek naturalny 1szt.,	chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Kiełbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2719.47 kcal; Białko ogółem: 96.75 g; białko zwierzęce: 59.37 g; Tłuszcz: 117.02 g; Węglowodany ogółem: 352.74 g; Sód: 2020.32 mg; Potas: 4092.21 mg; Magnez: 373.74 mg; Wapń: 1308.51 mg; Żelazo: 11.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1518.46 ug; Błonnik pokarmowy: 33.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 64.83 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.96 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.24 g; suma cukrów prostych: 75.48 g;		

Dietetyk

.....