



## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-04-13</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.</b>		
chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Parówki Cieszynki 100g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Pomidor 100g, Musztarda 20g ( <b>GORCZYCA</b> ), Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Serek naturalny 150g,	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Bigos 300g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Jabłko 150g,	chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), pasta z jajka i twarogu 50g ( <b>MLEKO, GORCZYCA</b> ), Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>sobota 2024-04-13</b> <b>Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.</b>		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), chleb krojony mały 70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Parówki Cieszynki 100g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Pomidor 100g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Serek naturalny 150g,	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Sztuka mięsa 100g ( <b>MIĘSO WIEP</b> ), szpinak na gęsto 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, kompot 200ml., <b>Podwieczorek:</b> Jabłko pieczone 150,	Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), chleb krojony mały 70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), pasta z białka jaja i twarogu 50g ( <b>MLEKO, GORCZYCA</b> ), Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2885.47 kcal; Białko ogółem: 103.40 g; białko zwierzęce: 70.05 g; Tłuszcz: 142.61 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Sód: 5021.87 mg; Potas: 4346.83 mg; Magnez: 376.46 mg; Wapń: 595.31 mg; Żelazo: 14.22 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2014.60 ug; Błonnik pokarmowy: 24.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 69.11 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.83 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 51.57 g; suma cukrów prostych: 83.23 g;		
<b>sobota 2024-04-13</b> <b>Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA</b>		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), chleb krojony mały 70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Parówki Cieszynki 100g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Pomidor 100g, Musztarda 20g ( <b>GORCZYCA</b> ), Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Serek naturalny 150g,	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Bigos 300g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Jabłko 150g,	Chleb krojony razowo słonecznikowy 150g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), pasta z jajka i twarogu 50g ( <b>MLEKO, GORCZYCA</b> ), Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2864.52 kcal; Białko ogółem: 98.67 g; białko zwierzęce: 60.41 g; Tłuszcz: 123.91 g; Węglowodany ogółem: 373.39 g; Sód: 2710.48 mg; Potas: 5124.54 mg; Magnez: 455.70 mg; Wapń: 932.45 mg; Żelazo: 13.22 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1141.56 ug; Błonnik pokarmowy: 36.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 61.65 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.54 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.53 g; suma cukrów prostych: 100.51 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>poniedziałek 2024-04-15</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.</b>		
Chleb krojony mały 130g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), szynkowa drobiowa 50g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Sniadanie:</b> Jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO</b> ),	Żurek z ziemniakami 250ml ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO</b> ), gulasz drobiowy (120g+80g) ( <b>GLUTEN</b> ), Sałatka coleslaw 150g, Makaron razowy świderk 200g, Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Banan 1szt,	Chleb krojony mały 130g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Jajo gotowane 1 szt ( <b>JAJ</b> ), Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2754.08 kcal; Białko ogółem: 102.81 g; białko zwierzęce: 63.53 g; Tłuszcz: 63.32 g; Węglowodany ogółem: 465.61 g; Sód: 7441.32 mg; Potas: 5688.68 mg; Magnez: 512.15 mg; Wapń: 652.48 mg; Żelazo: 13.04 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 806.07 ug; Błonnik pokarmowy: 27.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.82 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.50 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 19.89 g; suma cukrów prostych: 151.01 g;		
<b>poniedziałek 2024-04-15</b> <b>Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.</b>		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), Wek krojony 50g(1), ( <b>GLUTEN</b> ), Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), szynkowa drobiowa 50g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Pomidor 100g, Herbata 250ml, <b>II Sniadanie:</b> Jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), gulasz drobiowy (120g+80g) ( <b>GLUTEN</b> ), marchewka oprószana 150g ( <b>GLUTEN</b> ), Makaron razowy świderk 200g, Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Banan 1szt,	chleb mały krojony 50g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Pasta mięsna 70g(9) ( <b>SELER</b> ), Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2714.25 kcal; Białko ogółem: 100.83 g; białko zwierzęce: 62.04 g; Tłuszcz: 80.90 g; Węglowodany ogółem: 423.16 g; Sód: 2878.89 mg; Potas: 5085.40 mg; Magnez: 489.20 mg; Wapń: 638.21 mg; Żelazo: 11.87 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3171.72 ug; Błonnik pokarmowy: 31.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.47 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.74 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.36 g; suma cukrów prostych: 128.08 g;		
<b>poniedziałek 2024-04-15</b> <b>Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA</b>		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), Chleb razowy 100g(1,3,7,8) ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), szynkowa drobiowa 50g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Sniadanie:</b> Jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO</b> ),	Żurek z ziemniakami 250ml ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO</b> ), gulasz drobiowy (120g+80g) ( <b>GLUTEN</b> ), Sałatka coleslaw 150g, Makaron razowy świderk 200g, Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Pomarańcza 1szt,	Chleb krojony razowo słonecznikowy 150g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Jajo gotowane 1 szt(3) ( <b>JAJ</b> ), Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2429.50 kcal; Białko ogółem: 107.04 g; białko zwierzęce: 70.31 g; Tłuszcz: 73.30 g; Węglowodany ogółem: 361.06 g; Sód: 7905.87 mg; Potas: 4384.05 mg; Magnez: 472.42 mg; Wapń: 957.40 mg; Żelazo: 13.69 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 849.07 ug; Błonnik pokarmowy: 29.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.36 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.63 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.78 g; suma cukrów prostych: 106.42 g;		



## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-04-17</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), chleb mały krojony100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), wieprzowinka w galarecie50g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Pomidor100g , kawa z mlekiem200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jabłko 150g ,	zupa pieczarkowa z ziemniakami250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER</b> ), Gulasz wieprzowy(100g +100ml sosu) ( <b>GLUTEN</b> ), surówka z kapusty białej 150g ( <b>GORCZYCA</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 200. g ( <b>GLUTEN</b> ), Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Mus owocowy200g ,	chleb mały krojony100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Pasta rybna z koperkiem50g ( <b>JAJ, RYB</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2898.44 kcal; Białko ogółem: 105.42 g; białko zwierzęce: 63.33 g; Tłuszcz: 105.40 g; Węglowodany ogółem: 421.85 g; Sód: 2764.19 mg; Potas: 4515.81 mg; Magnez: 412.30 mg; Wapń: 768.05 mg; Żelazo: 13.80 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1202.89 ug; Błonnik pokarmowy: 42.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.60 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.25 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.66 g; suma cukrów prostych: 98.39 g;		
<b>środa 2024-04-17</b> <b>Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), chleb mały krojony100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), wieprzowinka w galarecie50g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Pomidor100g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 ,	Zupa brokułowa250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER</b> ), Gulasz wieprzowy(100g +100ml sosu) ( <b>GLUTEN</b> ), szpinak na gęsto150g , Kasza jęczmienna na sypko 200g ( <b>GLUTEN</b> ), Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Mus owocowy200g ,	chleb mały krojony100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Pasta rybna z koperkiem50g ( <b>JAJ, RYB</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2527.83 kcal; Białko ogółem: 96.94 g; białko zwierzęce: 61.04 g; Tłuszcz: 92.83 g; Węglowodany ogółem: 355.95 g; Sód: 2163.52 mg; Potas: 3844.96 mg; Magnez: 346.81 mg; Wapń: 560.45 mg; Żelazo: 14.29 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1870.94 ug; Błonnik pokarmowy: 32.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.03 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.05 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.30 g; suma cukrów prostych: 85.58 g;		
<b>środa 2024-04-17</b> <b>Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), Chleb razowy 100g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), wieprzowinka w galarecie50g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Pomidor100g , kawa z mlekiem200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jabłko 150g ,	zupa pieczarkowa z ziemniakami250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER</b> ), Gulasz wieprzowy(100g +100ml sosu) ( <b>GLUTEN</b> ), surówka z kapusty białej 150g ( <b>GORCZYCA</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 200. g ( <b>GLUTEN</b> ), Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Mus owocowy200g ,	Chleb krojony razowo słonecznikowy150g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), Pasta rybna z koperkiem50g ( <b>JAJ, RYB</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2592.84 kcal; Białko ogółem: 96.94 g; białko zwierzęce: 63.21 g; Tłuszcz: 104.80 g; Węglowodany ogółem: 353.73 g; Sód: 2898.99 mg; Potas: 4398.21 mg; Magnez: 396.30 mg; Wapń: 753.65 mg; Żelazo: 12.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1202.89 ug; Błonnik pokarmowy: 39.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.35 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.95 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.51 g; suma cukrów prostych: 97.35 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-04-18</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.</b>		
chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunka Ojca Grzegorza 40g, ogórek zielony 100g, kawa z mlekiem 200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Serek naturalny 150g,	zupa ziemniaczanka 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), kotlet mielony 100g ( <b>GLUTEN, JAJ</b> ), Fasolka szparagowa z bułką tartą 150g ( <b>GLUTEN, ROŚ</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, <b>Podwieczerek:</b> Mandarynka 2szt.,	chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Serek topiony 50g ( <b>MLEKO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2859.78 kcal; Białko ogółem: 91.91 g; białko zwierzęce: 53.12 g; Tłuszcz: 129.29 g; Węglowodany ogółem: 364.04 g; Sód: 4543.81 mg; Potas: 4741.68 mg; Magnez: 411.83 mg; Wapń: 702.68 mg; Żelazo: 12.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1156.77 ug; Błonnik pokarmowy: 33.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 61.29 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.32 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 44.80 g; suma cukrów prostych: 72.60 g;		
<b>czwartek 2024-04-18</b> <b>Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.</b>		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunka Ojca Grzegorza 40g, Sałata zielona z kiełkami i pomidorem 100g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Serek naturalny 150g,	zupa ziemniaczanka 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), budyń mięsno jarzynowy z pomidorami 120g ( <b>SELER</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Brokuł z wody 120g, Kompot 200ml, <b>Podwieczerek:</b> Mandarynka 2szt.,	chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Kiełbasa kminkowa 50g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2363.89 kcal; Białko ogółem: 90.24 g; białko zwierzęce: 59.63 g; Tłuszcz: 109.53 g; Węglowodany ogółem: 279.66 g; Sód: 4374.28 mg; Potas: 5117.62 mg; Magnez: 381.81 mg; Wapń: 545.90 mg; Żelazo: 10.92 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1686.00 ug; Błonnik pokarmowy: 26.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 57.33 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.51 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 36.90 g; suma cukrów prostych: 74.29 g;		
<b>czwartek 2024-04-18</b> <b>Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA</b>		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), Chleb razowy 100g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunka Ojca Grzegorza 40g, ogórek zielony 100g, kawa z mlekiem 200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Serek naturalny 150g,	zupa ziemniaczanka 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), budyń mięsno jarzynowy z pomidorami 120g ( <b>SELER</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Fasolka szparagowa z bułką tartą 150g ( <b>GLUTEN, ROŚ</b> ), Kompot 200ml, <b>Podwieczerek:</b> Mandarynka 2szt.,	Chleb krojony razowo słonecznikowy 150g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), Serek topiony 50g ( <b>MLEKO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2638.29 kcal; Białko ogółem: 95.94 g; białko zwierzęce: 60.38 g; Tłuszcz: 118.44 g; Węglowodany ogółem: 333.05 g; Sód: 4735.57 mg; Potas: 5298.63 mg; Magnez: 494.86 mg; Wapń: 968.37 mg; Żelazo: 12.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1600.89 ug; Błonnik pokarmowy: 36.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 63.12 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.74 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 36.22 g; suma cukrów prostych: 83.71 g;		





## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-04-20</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.</b>		
chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Rzodkiewka 100g, kawa z mlekiem 200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa grysikowa 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Spaghetti bolognese z mięsem mielonym 400g ( <b>GLUTEN, JAJ, SELER</b> ), Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Mandarynka 2szt. ,	chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Paszтет drobiowy 50g ( <b>GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2229.69 kcal; Białko ogółem: 76.23 g; białko zwierzęce: 42.65 g; Tłuszcz: 85.84 g; Węglowodany ogółem: 307.51 g; Sód: 4288.13 mg; Potas: 2359.56 mg; Magnez: 280.17 mg; Wapń: 601.09 mg; Żelazo: 9.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1521.34 ug; Błonnik pokarmowy: 21.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.51 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.01 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.18 g; suma cukrów prostych: 72.53 g;		
<b>sobota 2024-04-20</b> <b>Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.</b>		
Zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>MLEKO</b> ), Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), chleb krojony mały 70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), pomidor 100g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa grysikowa 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Spaghetti bolognese z mięsem mielonym 400g ( <b>GLUTEN, JAJ, SELER</b> ), Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Mandarynka 2szt. ,	chleb krojony mały 70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Paszтет drobiowy 50g ( <b>GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2244.64 kcal; Białko ogółem: 78.08 g; białko zwierzęce: 44.69 g; Tłuszcz: 85.96 g; Węglowodany ogółem: 305.02 g; Sód: 4545.02 mg; Potas: 2487.83 mg; Magnez: 252.40 mg; Wapń: 643.95 mg; Żelazo: 9.19 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1667.79 ug; Błonnik pokarmowy: 17.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.29 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.59 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.79 g; suma cukrów prostych: 74.70 g;		
<b>sobota 2024-04-20</b> <b>Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA</b>		
Zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>MLEKO</b> ), Chleb razowy 100g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Rzodkiewka 100g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa grysikowa 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Spaghetti bolognese z mięsem mielonym 400g ( <b>GLUTEN, JAJ, SELER</b> ), Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Mandarynka 2szt. ,	Chleb krojony razowo słonecznikowy 150g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Paszтет drobiowy 50g ( <b>GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2324.84 kcal; Białko ogółem: 84.35 g; białko zwierzęce: 51.45 g; Tłuszcz: 94.27 g; Węglowodany ogółem: 307.52 g; Sód: 4679.93 mg; Potas: 2825.21 mg; Magnez: 349.17 mg; Wapń: 913.69 mg; Żelazo: 10.57 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1591.09 ug; Błonnik pokarmowy: 24.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.82 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.23 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.47 g; suma cukrów prostych: 84.87 g;		

