

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>poniedziałek 2024-04-22</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> ), Szynka beskidzka 50g , Papryka konserwowa 100g , kawa z mlekiem 200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Sniadanie:</b> Serek homogenizowany 1szt. ,	Zupa barszcz z ziemniakami 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), wątróbka duszona drobiowa 120g ( <b>GLUTEN</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z kapusty białej 120g ( <b>GORCZYCA</b> ), Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Mandarynka 2szt. ,	chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Wieprzowinka w galarecie 50g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2700.59 kcal; Białko ogółem: 77.59 g; białko zwierzęce: 31.63 g; Tłuszcz: 123.85 g; Węglowodany ogółem: 352.08 g; Sód: 4836.06 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;		
<b>poniedziałek 2024-04-22</b> <b>Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.</b>		
Zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>MLEKO</b> ), Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), Bułka zwykła 50g 1szt ( <b>GLUTEN</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Szynka beskidzka 50g , pomidor 100g , Herbata 250ml , <b>II Sniadanie:</b> Serek homogenizowany 1szt. ,	Zupa barszcz z ziemniakami 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), schab duszony 100g ( <b>GLUTEN, MIĘSO WIEP</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , marchewka oprószana 150g ( <b>GLUTEN</b> ), Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Mandarynka 2szt. ,	Chleb krojony mały 130g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Wieprzowinka w galarecie 50g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 3165.80 kcal; Białko ogółem: 137.75 g; białko zwierzęce: 94.27 g; Tłuszcz: 152.06 g; Węglowodany ogółem: 339.73 g; Sód: 4880.37 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;		
<b>poniedziałek 2024-04-22</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> ), Papryka konserwowa 100g , Szynka beskidzka 50g , Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Sniadanie:</b> Serek homogenizowany 1szt. ,	Zupa barszcz z ziemniakami 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), schab duszony 100g ( <b>GLUTEN, MIĘSO WIEP</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , surówka z kapusty białej 150g ( <b>GORCZYCA</b> ), Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Mandarynka 2szt. ,	chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), Jajko 1 szt ( <b>JAJ</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 3401.05 kcal; Białko ogółem: 153.13 g; białko zwierzęce: 103.92 g; Tłuszcz: 154.91 g; Węglowodany ogółem: 385.91 g; Sód: 5889.95 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
<b>środa 2024-04-24</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> ), kielbasa krakowska 50g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), pomidor 100g, kawa z mlekiem 200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), filet drobiowy w sosie 100g ( <b>GLUTEN</b> ), Kapusta kiszona zasmażana 150g ( <b>GLUTEN</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Jabłko 150g,	chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Pasztet drobiowy 50g ( <b>GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA</b> ), Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2673.98 kcal; Białko ogółem: 106.00 g; białko zwierzęce: 72.66 g; Tłuszcz: 106.53 g; Węglowodany ogółem: 348.60 g; Sód: 3215.40 mg; Potas: 4790.32 mg; Magnez: 368.72 mg; Wapń: 575.64 mg; Żelazo: 12.17 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1423.95 ug; Błonnik pokarmowy: 28.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.76 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.69 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 44.70 g; suma cukrów prostych: 87.28 g;		
<b>środa 2024-04-24</b> <b>Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.</b>		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), kielbasa krakowska 50g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), pomidor 100g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), filet drobiowy w sosie 100g ( <b>GLUTEN</b> ), szpinak na gęsto 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Jabłko pieczone 150g,	chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Pasztet drobiowy 50g ( <b>GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA</b> ), Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2696.20 kcal; Białko ogółem: 113.14 g; białko zwierzęce: 74.41 g; Tłuszcz: 95.53 g; Węglowodany ogółem: 372.66 g; Sód: 2953.89 mg; Potas: 4899.41 mg; Magnez: 462.36 mg; Wapń: 702.17 mg; Żelazo: 15.93 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2390.35 ug; Błonnik pokarmowy: 30.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.83 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.28 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.45 g; suma cukrów prostych: 90.17 g;		
<b>środa 2024-04-24</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> ), kielbasa krakowska 50g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), pomidor 100g, kawa z mlekiem 200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), filet drobiowy w sosie 100g ( <b>GLUTEN</b> ), Kapusta kiszona zasmażana 150g ( <b>GLUTEN</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Jabłko 150g,	chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Pasztet drobiowy 50g ( <b>GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA</b> ), Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2906.68 kcal; Białko ogółem: 116.97 g; białko zwierzęce: 79.48 g; Tłuszcz: 115.63 g; Węglowodany ogółem: 380.78 g; Sód: 3623.65 mg; Potas: 5308.27 mg; Magnez: 468.17 mg; Wapń: 844.34 mg; Żelazo: 14.18 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1473.95 ug; Błonnik pokarmowy: 33.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.81 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 20.66 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 47.28 g; suma cukrów prostych: 97.90 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-04-25</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.</b>		
Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Szynka drobiowa 40g, ogórek zielony 100g, kawa z mlekiem 200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Deser budyniowy 1 szt. ,	Żurek z ziemniakami 250ml ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO</b> ), Potrawka z kurczaka 180g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ), Surówka z marchwi i jabłka 150g ( <b>MLEKO</b> ), Ryż brązowy na sypko 200g, Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Kiwi 2 szt. ,	chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Twaróg ze szczypiorkiem 50g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2277.82 kcal; Białko ogółem: 83.37 g; białko zwierzęce: 49.79 g; Tłuszcz: 67.75 g; Węglowodany ogółem: 364.58 g; Sód: 6392.71 mg; Potas: 3957.87 mg; Magnez: 426.44 mg; Wapń: 488.89 mg; Żelazo: 10.14 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2560.94 ug; Błonnik pokarmowy: 34.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.73 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.50 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 51.84 g; suma cukrów prostych: 73.04 g;		
<b>czwartek 2024-04-25</b> <b>Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.</b>		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml ( <b>MLEKO</b> ), Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Szynka drobiowa 40g, pomidor 100g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Deser budyniowy 1 szt. ,	zupa ziemniaczanka 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Potrawka z kurczaka 180g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ), brokuł 150g, Ryż brązowy na sypko 200g, Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Kiwi 2 szt. ,	chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Szynka beszkidzka 50g, Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2292.19 kcal; Białko ogółem: 86.33 g; białko zwierzęce: 40.05 g; Tłuszcz: 75.37 g; Węglowodany ogółem: 347.10 g; Sód: 4981.37 mg; Potas: 4098.85 mg; Magnez: 382.11 mg; Wapń: 561.63 mg; Żelazo: 9.93 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1106.06 ug; Błonnik pokarmowy: 30.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.91 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.89 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 50.79 g; suma cukrów prostych: 62.23 g;		
<b>czwartek 2024-04-25</b> <b>Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA</b>		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml ( <b>MLEKO</b> ), Chleb razowy 100g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), ogórek zielony 100g, Szynka drobiowa 40g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Sok warzywny 200ml ,	Żurek z ziemniakami 250ml ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO</b> ), Potrawka z kurczaka 180g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ), Surówka z marchwi i jabłka 150g ( <b>MLEKO</b> ), Ryż brązowy na sypko 200g, Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Kiwi 2 szt. ,	chleb krojony mały 70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), twaróg ze szczypiorkiem 50g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2447.91 kcal; Białko ogółem: 99.43 g; białko zwierzęce: 63.73 g; Tłuszcz: 68.43 g; Węglowodany ogółem: 394.55 g; Sód: 7164.56 mg; Potas: 4727.91 mg; Magnez: 516.18 mg; Wapń: 897.53 mg; Żelazo: 11.75 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2810.74 ug; Błonnik pokarmowy: 39.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.29 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.93 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 19.77 g; suma cukrów prostych: 92.17 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>sobota 2024-04-27</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> ), Miód 1szt. , Twaróg 50g ( <b>MLEKO</b> ), sałata zielona ( 2 listki -0k 30g) , pomidor 70g , kawa z mlekiem 200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Sniadanie:</b> Jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Łazanki 300g ( <b>GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Jabłko 150g ,	chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Pol.drobiowa z koperkie 40g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2072.68 kcal; Białko ogółem: 79.32 g; białko zwierzęce: 49.24 g; Tłuszcz: 64.21 g; Węglowodany ogółem: 314.30 g; Sód: 1336.24 mg; Potas: 2691.70 mg; Magnez: 243.50 mg; Wapń: 597.28 mg; Żelazo: 8.65 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 953.87 ug; Błonnik pokarmowy: 22.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.02 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.53 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 18.71 g; suma cukrów prostych: 88.34 g;		
<b>sobota 2024-04-27</b> <b>Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.</b>		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Miód 1szt. , sałata zielona ( 2 listki -0k 30g) , Twaróg 50g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml , pomidor 70g , <b>II Sniadanie:</b> Jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), schab duszony 100g ( <b>GLUTEN, MIĘSO WIEP</b> ), marchewka oprószana 150g ( <b>GLUTEN</b> ), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Jabłko pieczone 150 ,	Chleb krojony mały 130g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Pol.drobiowa z koperkie 40g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2752.91 kcal; Białko ogółem: 128.12 g; białko zwierzęce: 96.34 g; Tłuszcz: 98.21 g; Węglowodany ogółem: 362.16 g; Sód: 1692.45 mg; Potas: 4761.70 mg; Magnez: 358.02 mg; Wapń: 675.57 mg; Żelazo: 11.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3115.96 ug; Błonnik pokarmowy: 26.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.62 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.73 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.48 g; suma cukrów prostych: 95.90 g;		
<b>sobota 2024-04-27</b> <b>Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA</b>		
Chleb razowy 100g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Wędzonka Jana 40g , sałata zielona ( 2 listki -0k 30g) , pomidor 70g , kawa z mlekiem 200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Sniadanie:</b> Jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), schab duszony 100g ( <b>GLUTEN, MIĘSO WIEP</b> ), Surówka z kapusty kiszonej 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Jabłko 150g ,	chleb krojony mały 70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), pol.drobiowa z koperkiem 50g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2536.43 kcal; Białko ogółem: 122.82 g; białko zwierzęce: 92.10 g; Tłuszcz: 99.03 g; Węglowodany ogółem: 316.97 g; Sód: 2798.06 mg; Potas: 5014.36 mg; Magnez: 397.43 mg; Wapń: 607.93 mg; Żelazo: 12.59 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1423.65 ug; Błonnik pokarmowy: 30.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.35 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.17 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.87 g; suma cukrów prostych: 90.74 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>poniedziałek 2024-04-29</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.</b>		
chleb mały krojony100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunka drobiowa 50.g , Ogórek kiszony 100g , kawa z mlekiem200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Sniadanie:</b> Mus owocowy200g ,	Zupa grysikowa250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), filet drobiowy w sosie100g ( <b>GLUTEN</b> ), buraki 150g , ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Drożdżówka1szt. ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJ</b> ),	chleb mały krojony100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), pasta z kiełbasy i jajka60g ( <b>MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2219.00 kcal; Białko ogółem: 102.04 g; białko zwierzęce: 69.61 g; Tłuszcz: 66.44 g; Węglowodany ogółem: 327.43 g; Sód: 4430.76 mg; Potas: 4502.47 mg; Magnez: 344.86 mg; Wapń: 480.11 mg; Żelazo: 14.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 759.41 ug; Błonnik pokarmowy: 27.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.00 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.47 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.76 g; suma cukrów prostych: 89.04 g;		
<b>poniedziałek 2024-04-29</b> <b>Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.</b>		
zupa mleczna z płatkami owsianymi250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), chleb mały krojony100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunka drobiowa 50.g , Pomidor100g , Herbata 250ml , <b>II Sniadanie:</b> Mus owocowy200g ,	Zupa grysikowa250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), filet drobiowy w sosie100g ( <b>GLUTEN</b> ), buraki 150g , ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Drożdżówka1szt. ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJ</b> ),	chleb mały krojony100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), serek waniliowy70g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2421.97 kcal; Białko ogółem: 113.33 g; białko zwierzęce: 73.45 g; Tłuszcz: 62.80 g; Węglowodany ogółem: 377.72 g; Sód: 4135.32 mg; Potas: 4919.00 mg; Magnez: 389.31 mg; Wapń: 599.31 mg; Żelazo: 14.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 779.71 ug; Błonnik pokarmowy: 31.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.51 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.22 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 20.99 g; suma cukrów prostych: 92.40 g;		
<b>poniedziałek 2024-04-29</b> <b>Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA</b>		
zupa mleczna z płatkami owsianymi250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), chleb mały krojony100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunka drobiowa 50.g , Ogórek kiszony 100g , kawa z mlekiem200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Sniadanie:</b> Mus owocowy200g ,	Zupa grysikowa250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), filet drobiowy w sosie100g ( <b>GLUTEN</b> ), buraki 150g , ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Mandarynka2szt. ,	Chleb razowy 100g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), pasta z kiełbasy i jajka60g ( <b>MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2263.70 kcal; Białko ogółem: 108.02 g; białko zwierzęce: 74.53 g; Tłuszcz: 68.74 g; Węglowodany ogółem: 334.72 g; Sód: 4737.01 mg; Potas: 5242.42 mg; Magnez: 467.31 mg; Wapń: 767.81 mg; Żelazo: 15.55 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 770.41 ug; Błonnik pokarmowy: 34.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.90 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.37 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.08 g; suma cukrów prostych: 101.86 g;		
<b>wtorek 2024-04-30</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.</b>		
chleb mały krojony100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunka beskidzka 50g , Mix sałat z papryką100g , kawa z mlekiem200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Sniadanie:</b> Banan 1szt ,	zupa ziemniaczanka250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), bitki w sosie(100g+80g sos) ( <b>GLUTEN, MIĘSO WIEP</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 200g ( <b>GLUTEN</b> ), Sałatka z kapusty białej150g , Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Wafelek 42g(1szt.) ,	chleb krojony mały120.g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Dżem 50g , Twaróg50g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 3377.43 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; białko zwierzęce: 43.19 g; Tłuszcz: 118.81 g; Węglowodany ogółem: 513.65 g; Sód: 4493.08 mg; Potas: 5381.21 mg; Magnez: 461.91 mg; Wapń: 603.11 mg; Żelazo: 11.54 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1044.18 ug; Błonnik pokarmowy: 35.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.09 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.12 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.74 g; suma cukrów prostych: 171.45 g;		





## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-05-01</b> <b>Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), chleb krojony mały 70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Filet zapiekany na maśle - wędlna 40g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), pomidor 100g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 2szt. ,	Zupa ryżowa z pietruszką 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Pałki z kurczaka gotowane 150g, sos (2szt.) ( <b>GLUTEN, SELER</b> ), brokuł 150g, ziemniaki 200g, Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Mus owocowy 200g ,	chleb krojony mały 70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Pasztet drobiowy 50g ( <b>GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1938.44 kcal; Białko ogółem: 59.98 g; białko zwierzęce: 24.52 g; Tłuszcz: 60.45 g; Węglowodany ogółem: 316.17 g; Sód: 3899.09 mg; Potas: 4068.97 mg; Magnez: 314.50 mg; Wapń: 555.11 mg; Żelazo: 10.59 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1648.19 ug; Błonnik pokarmowy: 30.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.93 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 5.90 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.84 g; suma cukrów prostych: 72.02 g;		
<b>środa 2024-05-01</b> <b>Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), Chleb razowy 100g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Filet zapiekany na maśle - wędlna 40g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), pomidor 100g, kawa z mlekiem 200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 2szt. ,	Zupa ryżowa z pietruszką 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Pałki z kurczaka gotowane 150g, sos (2szt.) ( <b>GLUTEN, SELER</b> ), Sałatka colesław 150g, ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Mus owocowy 200g ,	chleb krojony mały 120g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Pasztet drobiowy 50g ( <b>GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2234.49 kcal; Białko ogółem: 65.23 g; białko zwierzęce: 29.63 g; Tłuszcz: 67.29 g; Węglowodany ogółem: 372.88 g; Sód: 4648.61 mg; Potas: 4166.41 mg; Magnez: 375.08 mg; Wapń: 728.76 mg; Żelazo: 11.28 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1456.79 ug; Błonnik pokarmowy: 34.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.29 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.81 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.45 g; suma cukrów prostych: 106.63 g;		

Dietetyk

.....