



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-04-03</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.</b>		
chleb krojony mały120,g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Kiełbasa krakowska40g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), pomidor100g , Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jabłko 150g ,	Zupa krupnik z ziemniakami250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), filet drobiowy w sosie100g ( <b>GLUTEN</b> ), Fasolka szparagowa z bułką tartą150g ( <b>GLUTEN, ROŚ</b> ), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Galaretką 1szt. ,	chleb krojony mały120,g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Ser żółty 50g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2893.35 kcal; Białko ogółem: 112.84 g; białko zwierzęce: 76.71 g; Tłuszcz: 77.30 g; Węglowodany ogółem: 460.54 g; Sód: 2787.89 mg; Potas: 4515.72 mg; Magnez: 360.85 mg; Wapń: 911.32 mg; Żelazo: 11.55 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 932.64 ug; Błonnik pokarmowy: 29.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.12 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.35 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.26 g; suma cukrów prostych: 126.96 g;		
<b>środa 2024-04-03</b> <b>Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.</b>		
zupa mleczna z płatkami owsianymi250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), chleb krojony mały70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Kiełbasa krakowska40g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), pomidor100g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 ,	Zupa krupnik z ziemniakami250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), filet drobiowy w sosie100g ( <b>GLUTEN</b> ), marchewka oprószana150g ( <b>GLUTEN</b> ), ziemniaki gotowane200g. , <b>Podwieczorek:</b> Galaretką 1szt. ,	Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), chleb krojony mały70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Dżem 50g , Twaróg50g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2711.62 kcal; Białko ogółem: 103.27 g; białko zwierzęce: 72.15 g; Tłuszcz: 70.01 g; Węglowodany ogółem: 437.91 g; Sód: 2732.34 mg; Potas: 4468.12 mg; Magnez: 342.88 mg; Wapń: 470.74 mg; Żelazo: 10.39 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2859.11 ug; Błonnik pokarmowy: 25.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.85 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.54 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.47 g; suma cukrów prostych: 138.36 g;		
<b>środa 2024-04-03</b> <b>Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA</b>		
zupa mleczna z płatkami owsianymi250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), chleb krojony mały70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Kiełbasa krakowska40g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), pomidor100g , Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jabłko 150g ,	Zupa krupnik z ziemniakami250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), filet drobiowy w sosie100g ( <b>GLUTEN</b> ), Fasolka szparagowa z bułką tartą150g ( <b>GLUTEN, ROŚ</b> ), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Serek naturalny 1szt. ,	chleb krojony mały120,g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Ser żółty 50g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 3096.13 kcal; Białko ogółem: 132.57 g; białko zwierzęce: 93.72 g; Tłuszcz: 122.39 g; Węglowodany ogółem: 396.78 g; Sód: 3142.39 mg; Potas: 5039.05 mg; Magnez: 449.38 mg; Wapń: 1206.30 mg; Żelazo: 13.11 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1344.64 ug; Błonnik pokarmowy: 33.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 65.07 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.30 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.06 g; suma cukrów prostych: 96.72 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-04-04</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.</b>		
Chleb krojony mały 120g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), ogórki konserwowe 100g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 2szt. ,	Żurek z ziemniakami 250ml ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO</b> ), kotlet drobiowy 100g ( <b>GLUTEN, JAJ</b> ), Sałatka z kapusty czerwonej 150g, Kasza jęczmienna na sypko 200. g ( <b>GLUTEN</b> ), Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Deser budyniowy 1szt. ,	Chleb krojony mały 120g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), twaróg ze szczypiorkiem 50g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>czwartek 2024-04-04</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 50g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), sałata zielona ( 2 listki - ok 30g), Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 2szt. ,	zupa ziemniaczanka 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Potrawka z kurczaka 180g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ), brokuł 150g, Kasza jęczmienna na sypko 200. g ( <b>GLUTEN</b> ), Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Deser budyniowy 1szt. ,	chleb mały krojony 50g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), miód 1szt. , Twaróg 50g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2176.07 kcal; Białko ogółem: 83.17 g; białko zwierzęce: 48.41 g; Tłuszcz: 61.07 g; Węglowodany ogółem: 345.97 g; Sód: 3912.98 mg; Potas: 3529.21 mg; Magnez: 313.64 mg; Wapń: 610.12 mg; Żelazo: 9.67 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1048.54 ug; Błonnik pokarmowy: 26.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.99 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.03 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 49.55 g; suma cukrów prostych: 76.49 g;		
<b>czwartek 2024-04-04</b> <b>Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA</b>		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml ( <b>MLEKO</b> ), Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</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> ), ogórki konserwowe 100g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 2szt. ,	Żurek z ziemniakami 250ml ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO</b> ), Potrawka z kurczaka 180g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ), Sałatka z kapusty czerwonej 150g, Kasza jęczmienna na sypko 200. g ( <b>GLUTEN</b> ), Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Sok warzywny 200ml ,	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: 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
<b>piątek 2024-04-05</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.</b>		
chleb krojony mały 120g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Jajko 1 szt ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Banan 1szt,	Zupa grochówka 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, ROŚ, GORCZYCA</b> ), ryba smażona 150g ( <b>GLUTEN, JAJ, RYB</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g, Surówka z kapusty kiszonej 150g, Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Drożdżówka 1szt. ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJ</b> ),	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: 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;		
<b>piątek 2024-04-05</b> <b>Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.</b>		
Zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>MLEKO</b> ), bułka kanapkowa 50g ( <b>GLUTEN</b> ), chleb krojony mały 70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml, szynka tyrolska 50g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Pomidor 100g, <b>II Śniadanie:</b> Banan 1szt,	rosół z lanym ciastem 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, GORCZYCA</b> ), ryba gotowana 150g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA</b> ), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g ( <b>SELER</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Drożdżówka 1szt. ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJ</b> ),	chleb krojony mały 70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), bułka kanapkowa 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: 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;		
<b>piątek 2024-04-05</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> ), Jajko 1 szt ( <b>JAJ</b> ), Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), Pomidor 100g, <b>II Śniadanie:</b> Banan 1szt,	Zupa grochówka 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, ROŚ, GORCZYCA</b> ), ryba gotowana 150g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g, Surówka z kapusty kiszonej 150g, Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Grejpfrut 200g,	chleb krojony mały 70g ( <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: 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
<b>sobota 2024-04-06</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.</b>		
Chleb krojony mały 120g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Kiełbasa szynkowa40g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Papryka konserwowa100g , Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Kiwi2szt. ,	Zupa grysikowa250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Kiełbasa smażona z cebulą 100g , Sałatka z ogórka kiszzonego150g , ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Mus owocowy200g ,	Chleb krojony mały 120g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Serek topiony 50g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2400.55 kcal; Białko ogółem: 79.76 g; białko zwierzęce: 50.27 g; Tłuszcz: 101.96 g; Węglowodany ogółem: 318.45 g; Sód: 5071.14 mg; Potas: 4021.84 mg; Magnez: 311.13 mg; Wapń: 640.58 mg; Żelazo: 11.51 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 716.98 ug; Błonnik pokarmowy: 29.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.50 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.52 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.45 g; suma cukrów prostych: 65.85 g;		
<b>sobota 2024-04-06</b> <b>Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.</b>		
zupa mleczna z ryżem250ml ( <b>MLEKO</b> ), bułka kanapkowa50g ( <b>GLUTEN</b> ), chleb mały krojony50g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Kiełbasa szynkowa40g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), sałata zielona ( 2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Kiwi2szt. ,	Zupa grysikowa250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), schab duszony100g ( <b>GLUTEN, MIĘSO WIEP</b> ), szpinak na gęsto150g , ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Mus owocowy200g ,	chleb mały krojony50g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), bułka kanapkowa50g ( <b>GLUTEN</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Pol.drobiowa z koperkie40g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>sobota 2024-04-06</b> <b>Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA</b>		
zupa mleczna z ryżem250ml ( <b>MLEKO</b> ), Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), chleb krojony mały70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Kiełbasa szynkowa40g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Papryka konserwowa100g , Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Kiwi2szt. ,	Zupa grysikowa250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), schab duszony100g ( <b>GLUTEN, MIĘSO WIEP</b> ), szpinak na gęsto150g , ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Mus owocowy200g ,	chleb krojony mały70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Pol.drobiowa z koperkie40g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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
<b>niedziela 2024-04-07</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.</b>		
Chleb krojony mały 120g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), kielbasa śląska 100g, Musztarda 20g ( <b>GORCZYCA</b> ), Ogórek kiszony 100g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jabłko 150g,	Zupa pomidorowa z makaronem 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), pieczeń w sosie (100g +80g sos) ( <b>GLUTEN, MIĘSO WIEP</b> ), surówka z kapusty pekińskiej 150g ( <b>MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Deser budyniowy 1 szt.	chleb mały krojony 50g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Twaróg z rzodkiewką 50g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>niedziela 2024-04-07</b> <b>Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), bułka kanapkowa 50g ( <b>GLUTEN</b> ), chleb mały krojony 50g ( <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> Jabłko pieczone 150,	Zupa pomidorowa z makaronem 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Sztuka mięsa 100g ( <b>MIĘSO WIEP</b> ), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g ( <b>SELER</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Deser budyniowy 1 szt.	chleb mały krojony 50g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), bułka kanapkowa 50g ( <b>GLUTEN</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Twaróg 50g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>niedziela 2024-04-07</b> <b>Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 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> ), kielbasa krakowska 50g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Ogórek kiszony 100g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jabłko 150g,	Zupa pomidorowa z makaronem 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), pieczeń w sosie (100g +80g sos) ( <b>GLUTEN, MIĘSO WIEP</b> ), surówka z kapusty pekińskiej 150g ( <b>MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), ziemniaki z koperkiem 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 z rzodkiewką 50g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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
<b>poniedziałek 2024-04-08</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.</b>		
Chleb krojony mały 120g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Ser żółty 50g ( <b>MLEKO</b> ), ogórki konserwowe 100g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Galartetka 1szt. ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Gulasz wieprzowy (100g +100ml sosu) ( <b>GLUTEN</b> ), buraki 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały 120g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), pasta z kiełbasy i jajka 60g ( <b>MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2703.95 kcal; Białko ogółem: 92.15 g; białko zwierzęce: 59.71 g; Tłuszcz: 91.89 g; Węglowodany ogółem: 396.92 g; Sód: 3074.12 mg; Potas: 4126.91 mg; Magnez: 319.65 mg; Wapń: 971.51 mg; Żelazo: 14.00 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1115.96 ug; Błonnik pokarmowy: 23.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.64 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.02 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.71 g; suma cukrów prostych: 125.38 g;		
<b>poniedziałek 2024-04-08</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> ), twaróg 50g ( <b>MLEKO</b> ), Jabłko 150g, Dżem 50g, Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Galartetka 1szt. ,	Zupa krupnik z ziemniakami 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), filet drobiowy w sosie 100g ( <b>GLUTEN</b> ), buraki 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> serek naturalny 150g ,	Sok warzywny 200ml, bułka kanapkowa 50g ( <b>GLUTEN</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Szyńka drobiowa 50g, Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2863.57 kcal; Białko ogółem: 105.77 g; białko zwierzęce: 76.72 g; Tłuszcz: 91.05 g; Węglowodany ogółem: 425.86 g; Sód: 2813.78 mg; Potas: 4829.64 mg; Magnez: 359.45 mg; Wapń: 584.41 mg; Żelazo: 12.81 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1102.37 ug; Błonnik pokarmowy: 24.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.61 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.30 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.12 g; suma cukrów prostych: 167.92 g;		
<b>poniedziałek 2024-04-08</b> <b>Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA</b>		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), chleb krojony mały 70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Ser żółty 50g ( <b>MLEKO</b> ), ogórki konserwowe 100g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Serek homogenizowany 1szt. ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), filet drobiowy w sosie 100g ( <b>GLUTEN</b> ), buraki 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały 70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), pasta z kiełbasy i jajka 60g ( <b>MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2859.94 kcal; Białko ogółem: 128.99 g; białko zwierzęce: 91.70 g; Tłuszcz: 118.87 g; Węglowodany ogółem: 347.08 g; Sód: 2779.32 mg; Potas: 5078.69 mg; Magnez: 470.07 mg; Wapń: 1280.50 mg; Żelazo: 15.97 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1572.43 ug; Błonnik pokarmowy: 30.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 63.15 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.32 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.50 g; suma cukrów prostych: 95.43 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-04-09</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.</b>		
chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Pasztet drobiowy 50g ( <b>GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA</b> ), Sałata zielona z pomidorem 100g, kawa z mlekiem 200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 2 szt.	Zupa ogórkowa 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Knedle z mięsem i sosem pieczeniowym 6 szt. ( <b>GLUTEN</b> ), surówka z kapusty białej 150g ( <b>GORCZYCA</b> ), Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 1 szt ( <b>MLEKO</b> ),	Chleb krojony mały 120g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Jajko 1 szt ( <b>JAJ</b> ), Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1823.53 kcal; Białko ogółem: 59.65 g; białko zwierzęce: 33.44 g; Tłuszcz: 67.89 g; Węglowodany ogółem: 262.94 g; Sód: 5399.74 mg; Potas: 3124.00 mg; Magnez: 275.67 mg; Wapń: 716.52 mg; Żelazo: 9.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1960.01 ug; Błonnik pokarmowy: 21.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.07 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 6.19 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.23 g; suma cukrów prostych: 79.31 g;		
<b>wtorek 2024-04-09</b> <b>Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.</b>		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml ( <b>MLEKO</b> ), bułka kanapkowa 50g ( <b>GLUTEN</b> ), chleb mały krojony 50g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Pasztet drobiowy 50g ( <b>GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA</b> ), Sałata zielona z pomidorem 100g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 2 szt.	zupa ziemniaczanka 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g ( <b>SELER</b> ), marchewka oprószana 150g ( <b>GLUTEN</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 1 szt ( <b>MLEKO</b> ),	chleb mały krojony 50g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Szynka beskidzka 40g, bułka kanapkowa 50g ( <b>GLUTEN</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>wtorek 2024-04-09</b> <b>Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA</b>		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml ( <b>MLEKO</b> ), chleb krojony mały 70g ( <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> ), Sałata zielona z pomidorem 100g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 2 szt.	Zupa ogórkowa 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g ( <b>SELER</b> ), Sos koperkowy 100g ( <b>GLUTEN</b> ), surówka z kapusty białej 150g ( <b>GORCZYCA</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, <b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 1 szt ( <b>MLEKO</b> ),	chleb krojony mały 70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Jajko 1 szt ( <b>JAJ</b> ), Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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
<b>środa 2024-04-10</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.</b>		
chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Wafelek 42g(1szt.) ,	Zupa ryżowa z pietruszką 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), pieczeń w sosie (100g +80g sos) ( <b>GLUTEN, MIĘSO WIEP</b> ), Kalafior z wody z masłem i bułką tartą 150g ( <b>GLUTEN</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Drożdżówka 1szt. ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJ</b> ),	chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Pasta rybna z koperkiem 50g ( <b>JAJ, RYB</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2887.56 kcal; Białko ogółem: 109.96 g; białko zwierzęce: 72.51 g; Tłuszcz: 118.84 g; Węglowodany ogółem: 363.55 g; Sód: 4178.78 mg; Potas: 4280.36 mg; Magnez: 301.98 mg; Wapń: 516.89 mg; Żelazo: 12.05 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 931.10 ug; Błonnik pokarmowy: 21.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.25 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.42 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 49.11 g; suma cukrów prostych: 103.48 g;		
<b>środa 2024-04-10</b> <b>Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), bułka kanapkowa 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> Jabłko pieczone 150 ,	Zupa ryżowa z pietruszką 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Sztuka mięsa 100g ( <b>MIĘSO WIEP</b> ), Kalafior z wody 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Drożdżówka 1szt. ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJ</b> ),	chleb krojony mały 70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), bułka kanapkowa 50g ( <b>GLUTEN</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Pasta rybna z koperkiem 50g ( <b>JAJ, RYB</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2578.28 kcal; Białko ogółem: 104.91 g; białko zwierzęce: 68.57 g; Tłuszcz: 88.86 g; Węglowodany ogółem: 360.48 g; Sód: 5379.79 mg; Potas: 4390.01 mg; Magnez: 299.29 mg; Wapń: 443.54 mg; Żelazo: 11.93 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 802.11 ug; Błonnik pokarmowy: 23.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.34 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.40 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.90 g; suma cukrów prostych: 97.26 g;		
<b>środa 2024-04-10</b> <b>Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), chleb krojony mały 70g ( <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> ), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jabłko 150g ,	Zupa ryżowa z pietruszką 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), pieczeń w sosie (100g +80g sos) ( <b>GLUTEN, MIĘSO WIEP</b> ), Kalafior z wody z masłem i bułką tartą 150g ( <b>GLUTEN</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml , <b>Podwieczorek:</b> Serek naturalny 1szt. ,	chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Pasta rybna z koperkiem 50g ( <b>JAJ, RYB</b> ), Herbata 250ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 3153.00 kcal; Białko ogółem: 123.88 g; białko zwierzęce: 83.75 g; Tłuszcz: 135.21 g; Węglowodany ogółem: 389.27 g; Sód: 4513.88 mg; Potas: 4895.80 mg; Magnez: 403.42 mg; Wapń: 733.73 mg; Żelazo: 13.44 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1239.10 ug; Błonnik pokarmowy: 30.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 66.14 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.45 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 45.24 g; suma cukrów prostych: 98.54 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Hagera		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-04-11</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.</b>		
chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunka Ojca Grzegorza 40g, Ogórek kiszony 100g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Banan 1 szt,	Zupa barszcz z ziemniakami 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Makaron ze szpinakiem i mięsem drobiowym 350g ( <b>GLUTEN, JAJ</b> ), Kompot 200ml, <b>Podwieczerek:</b> Mus owocowy 200g,	chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), twaróg z koperkiem 50g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>czwartek 2024-04-11</b> <b>Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.</b>		
zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), bułka kanapkowa 50g ( <b>GLUTEN</b> ), chleb mały krojony 50g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Szyunka Ojca Grzegorza 40g, Pomidor 100g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Banan 1 szt,	Zupa barszcz z ziemniakami 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Makaron ze szpinakiem i mięsem drobiowym 350g ( <b>GLUTEN, JAJ</b> ), Kompot 200ml, <b>Podwieczerek:</b> Mus owocowy 200g,	chleb mały krojony 50g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), bułka kanapkowa 50g ( <b>GLUTEN</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), twaróg z koperkiem 50g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>czwartek 2024-04-11</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, Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Banan 1 szt,	Zupa barszcz z ziemniakami 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Makaron ze szpinakiem i mięsem drobiowym 350g ( <b>GLUTEN, JAJ</b> ), Kompot 200ml, <b>Podwieczerek:</b> Mus owocowy 200g,	chleb krojony mały 70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), twaróg z koperkiem 50g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		

Dietetyk

.....