

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hagera   |   |   |
|---|---|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>czwartek 2024-05-23</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> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>Banan 1szt,  | Zupa barszcz z botwinki 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Makaron ze szpinakiem i mięsem drobiowym 350g ( <b>GLUTEN, JAJ</b> ), Kompot 200ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>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: 2463.63 kcal; Białko ogółem: 86.15 g; białko zwierzęce: 48.47 g; Tłuszcz: 55.61 g; Węglowodany ogółem: 430.42 g; Sód: 2722.74 mg; Potas: 4957.07 mg; Magnez: 462.53 mg; Wapń: 521.23 mg; Żelazo: 10.87 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1076.89 ug; Błonnik pokarmowy: 31.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.15 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.64 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 15.32 g; suma cukrów prostych: 125.26 g;   |   |   |
| <b>czwartek 2024-05-23</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,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Banan 1szt,  | Zupa barszcz z botwinki 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Makaron ze szpinakiem i mięsem drobiowym 350g ( <b>GLUTEN, JAJ</b> ), Kompot 200ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>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: 2694.65 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; białko zwierzęce: 48.57 g; Tłuszcz: 59.74 g; Węglowodany ogółem: 474.42 g; Sód: 2738.88 mg; Potas: 5361.36 mg; Magnez: 507.82 mg; Wapń: 545.21 mg; Żelazo: 12.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1194.59 ug; Błonnik pokarmowy: 34.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.07 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.13 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 16.92 g; suma cukrów prostych: 122.15 g;  |   |   |
| <b>czwartek 2024-05-23</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> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>Banan 1szt,  | Zupa barszcz z botwinki 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Makaron ze szpinakiem i mięsem drobiowym 350g ( <b>GLUTEN, JAJ</b> ), Kompot 200ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>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: 2828.67 kcal; Białko ogółem: 101.79 g; białko zwierzęce: 55.35 g; Tłuszcz: 67.97 g; Węglowodany ogółem: 488.88 g; Sód: 3071.29 mg; Potas: 5896.96 mg; Magnez: 610.07 mg; Wapń: 811.42 mg; Żelazo: 14.49 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1234.59 ug; Błonnik pokarmowy: 41.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.64 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.72 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 18.57 g; suma cukrów prostych: 132.49 g; |   |   |
| <b>piątek 2024-05-24</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> ), Mix sałat z pomidorem 100g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>Mandarynka 2szt,  | Zupa kapuśniak 250ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ), jajka gotowane 2szt., Sos musztardowy 100g ( <b>MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA</b> ), Fasolka szparagowa z bułką tartą 150g ( <b>GLUTEN, ROŚ</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Sok warzywny 200ml, | chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Kiełbasa kminkowa 50g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Herbata 250ml,                                       |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2210.55 kcal; Białko ogółem: 75.51 g; białko zwierzęce: 39.23 g; Tłuszcz: 71.30 g; Węglowodany ogółem: 343.45 g; Sód: 1600.53 mg; Potas: 4740.46 mg; Magnez: 350.33 mg; Wapń: 978.01 mg; Żelazo: 11.30 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1067.57 ug; Błonnik pokarmowy: 31.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.92 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 6.74 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.64 g; suma cukrów prostych: 76.03 g;    |   |   |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hagera  |   |  |
|--|---|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>piątek 2024-05-24</b> <b>Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.</b>   |   |  |
| zupa mleczna z ryżem250ml ( <b>MLEKO</b> ),<br>bułka kanapkowa50g ( <b>GLUTEN</b> ), chleb<br>krojony mały70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ),<br>masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), kielbasa<br>krakowska50g ( <b>GLUTEN, SELER,</b><br><b>SOJA, GORCZYCA</b> ), Mix sałat z<br>pomidorem100g , Herbata 250ml ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Mandarynka2szt. ,   | zupa krem z dyni z grzankami 250ml<br>( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER</b> ), Makaron z<br>twarogiem (80g twarogu + masło10g+<br>makaron 180g) ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJ</b> ),<br>Kompot 200ml ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Sok warzywny 200ml ,  | chleb krojony mały70g ( <b>GLUTEN,</b><br><b>ŻYTO</b> ), bułka kanapkowa50g<br>( <b>GLUTEN</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ),<br>Kielbasa kminkowa50g ( <b>GLUTEN,</b><br><b>SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Herbata<br>250ml , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2503.97 kcal; Białko ogółem: 92.81 g; białko zwierzęce: 60.34 g; Tłuszcz: 84.34 g; Węglowodany ogółem: 360.49 g; Sód: 2100.14 mg; Potas: 3311.34 mg; Magnez: 262.14 mg; Wapń: 678.57 mg; Żelazo: 10.19 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1461.92 ug; Błonnik pokarmowy: 21.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.20 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.55 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.52 g; suma cukrów prostych: 117.66 g;  |   |  |
| <b>piątek 2024-05-24</b> <b>Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA</b>   |   |  |
| zupa mleczna z ryżem250ml ( <b>MLEKO</b> ),<br>Chleb krojony razowy-słon 50g<br>( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), chleb<br>krojony mały70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ),<br>masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Ser żółty 50g<br>( <b>MLEKO</b> ), Mix sałat z pomidorem100g ,<br>Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO,</b><br><b>GLUTEN, ŻYTO</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>Mandarynka2szt. ,  | Zupa kapuśniak250ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ),<br>jajka gotowane2szt. , ziemniaki<br>gotowane200g. , Sos musztardowy 100g<br>( <b>MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA</b> ),<br>Fasolka szparagowa z bułką tartą150g<br>( <b>GLUTEN, ROŚ</b> ), Kompot 200ml ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Sok warzywny 200ml , | Chleb krojony razowo<br>słonecznikowy150g ( <b>MLEKO,</b><br><b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g<br>( <b>MLEKO</b> ), kielbasa krakowska50g<br>( <b>GLUTEN, SELER, SOJA,</b><br><b>GORCZYCA</b> ), Herbata 250ml ,              |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2468.83 kcal; Białko ogółem: 91.15 g; białko zwierzęce: 52.63 g; Tłuszcz: 81.72 g; Węglowodany ogółem: 375.26 g; Sód: 2057.78 mg; Potas: 5457.59 mg; Magnez: 461.66 mg; Wapń: 1362.99 mg; Żelazo: 13.07 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1140.17 ug; Błonnik pokarmowy: 37.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.68 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.35 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.39 g; suma cukrów prostych: 91.57 g; |   |  |
| <b>sobota 2024-05-25</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWAHAGERA.</b>   |   |  |
| chleb mały krojony100g ( <b>GLUTEN,</b><br><b>ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Parówki<br>Cieszynki 100g ( <b>MLEKO, SELER,</b><br><b>SOJA, GORCZYCA</b> ), Pomidor100g ,<br>Musztarda 20g ( <b>GORCZYCA</b> ), Kawa z<br>mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN,</b><br><b>ŻYTO</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>Serek naturalny150g ,   | Zupa krupnik z ziemniakami250ml<br>( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER,</b><br><b>GORCZYCA</b> ), Bigos 300g ( <b>GLUTEN,</b><br><b>SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), ziemniaki z<br>koperkiem 200g , Kompot 200ml ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Jabłko 150g ,  | chleb mały krojony100g ( <b>GLUTEN,</b><br><b>ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), pasta z<br>jajka i twarogu 50g ( <b>MLEKO,</b><br><b>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: 1392.89 mg; Potas: 4465.85 mg; Magnez: 318.81 mg; Wapń: 648.11 mg; Żelazo: 10.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1091.56 ug; Błonnik pokarmowy: 27.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 58.27 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.86 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.40 g; suma cukrów prostych: 89.13 g;  |   |  |

## Jadłospis dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hagera   |   |   |
|---|---|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>sobota 2024-05-25</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,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Serek naturalny 150g,  | Zupa krupnik z ziemniakami 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), filet drobiowy w sosie 100g ( <b>GLUTEN</b> ), szpinak na gęsto 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, kompot 200ml.,<br><b>Podwieczorek:</b><br>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: 2670.79 kcal; Białko ogółem: 108.16 g; białko zwierzęce: 75.80 g; Tłuszcz: 113.84 g; Węglowodany ogółem: 325.95 g; Sód: 1709.24 mg; Potas: 4374.84 mg; Magnez: 389.78 mg; Wapń: 593.05 mg; Żelazo: 13.01 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2060.85 ug; Błonnik pokarmowy: 24.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 57.80 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.65 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 36.24 g; suma cukrów prostych: 81.86 g; |   |   |
| <b>sobota 2024-05-25</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> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>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,<br><b>Podwieczorek:</b><br>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: 2846.52 kcal; Białko ogółem: 98.16 g; białko zwierzęce: 60.40 g; Tłuszcz: 123.58 g; Węglowodany ogółem: 369.72 g; Sód: 1694.66 mg; Potas: 5105.79 mg; Magnez: 450.90 mg; Wapń: 930.35 mg; Żelazo: 13.09 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1141.56 ug; Błonnik pokarmowy: 36.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 61.60 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.33 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.47 g; suma cukrów prostych: 100.40 g; |   |   |
| <b>niedziela 2024-05-26</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.</b>  |   |   |
| chleb krojony mały 120g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Ser żółty 50g ( <b>MLEKO</b> ), Ogórek kiszony 100g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>Mandarynka 2 szt.,   | Zupa rosół z makaronem 250ml ( <b>GLUTEN, JAJ, SELER</b> ), Pałki z kurczaka pieczone 150g, sos pieczeniowy (2 szt.) ( <b>GLUTEN</b> ), Sałatka z kapusty czerwonej 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Sok warzywny 200ml, | chleb krojony mały 120g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), szynka gotowana 50g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Herbata 250ml,                                    |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2286.97 kcal; Białko ogółem: 73.52 g; białko zwierzęce: 36.67 g; Tłuszcz: 76.22 g; Węglowodany ogółem: 351.06 g; Sód: 4935.67 mg; Potas: 3941.24 mg; Magnez: 329.67 mg; Wapń: 966.19 mg; Żelazo: 9.57 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 912.76 ug; Błonnik pokarmowy: 27.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.07 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.13 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.33 g; suma cukrów prostych: 80.94 g;     |   |   |

## Jadłospis dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hagera   |  |   |
|---|--|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>niedziela 2024-05-26</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> ), twaróg 50g ( <b>MLEKO</b> ), Pomidor 100g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b><br>Mandarynka 2szt. ,  | Zupa rosół z makaronem 250ml ( <b>GLUTEN, JAJ, SELER</b> ), Pałki z kurczaka gotowane 150g, sos (2szt.) ( <b>GLUTEN, SELER</b> ), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g ( <b>SELER</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g, kompot 200ml. ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Sok warzywny 200ml , | Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), chleb krojony mały 70g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), szynka gotowana 50g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Herbata 250ml , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1852.16 kcal; Białko ogółem: 64.40 g; białko zwierzęce: 32.11 g; Tłuszcz: 49.73 g; Węglowodany ogółem: 311.73 g; Sód: 4920.24 mg; Potas: 4094.79 mg; Magnez: 308.02 mg; Wapń: 528.68 mg; Żelazo: 9.14 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2317.73 ug; Błonnik pokarmowy: 28.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.02 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 5.10 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 16.07 g; suma cukrów prostych: 74.45 g;   |  |   |
| <b>niedziela 2024-05-26</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> ), Ser żółty 50g ( <b>MLEKO</b> ), Ogórek kiszony 100g, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b><br>Mandarynka 2szt. ,  | Zupa rosół z makaronem 250ml ( <b>GLUTEN, JAJ, SELER</b> ), Pałki z kurczaka pieczone 150g, sos pieczeniowy (2szt.) ( <b>GLUTEN</b> ), Sałatka z kapusty czerwonej 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Sok warzywny 200ml ,                 | Chleb krojony razowo słonecznikowy 150g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), szynka gotowana 50g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Herbata 250ml ,            |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2314.49 kcal; Białko ogółem: 78.21 g; białko zwierzęce: 43.42 g; Tłuszcz: 84.44 g; Węglowodany ogółem: 339.23 g; Sód: 5138.79 mg; Potas: 4357.31 mg; Magnez: 403.99 mg; Wapń: 1220.41 mg; Żelazo: 10.29 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 962.76 ug; Błonnik pokarmowy: 31.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.79 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.98 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.39 g; suma cukrów prostych: 90.89 g; |  |   |
| <b>poniedziałek 2024-05-27</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.</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 Śniadanie:</b><br>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 świderki 200g, Kompot 200ml ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>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: 5651.31 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; |  |   |

## Jadłospis dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hagera   |   |  |
|---|---|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>poniedziałek 2024-05-27</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 50.g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Pomidor 100g, Herbata 250ml,<br><b>II Śniadanie:</b><br>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,<br><b>Podwieczorek:</b><br>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: 2696.25 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; białko zwierzęce: 62.03 g; Tłuszcz: 80.57 g; Węglowodany ogółem: 419.49 g; Sód: 2864.86 mg; Potas: 5066.65 mg; Magnez: 484.40 mg; Wapń: 636.11 mg; Żelazo: 11.73 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3171.72 ug; Błonnik pokarmowy: 30.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.74 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.73 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.77 g; suma cukrów prostych: 127.97 g; |   |  |
| <b>poniedziałek 2024-05-27</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 50.g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>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,<br><b>Podwieczorek:</b><br>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: 2405.50 kcal; Białko ogółem: 106.36 g; białko zwierzęce: 70.30 g; Tłuszcz: 72.85 g; Węglowodany ogółem: 356.17 g; Sód: 5897.16 mg; Potas: 4359.05 mg; Magnez: 466.02 mg; Wapń: 954.60 mg; Żelazo: 13.51 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 849.07 ug; Błonnik pokarmowy: 28.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.30 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.34 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.69 g; suma cukrów prostych: 106.28 g;  |   |  |
| <b>wtorek 2024-05-28</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.</b>   |   |  |
| chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), ogórki konserwowe 100g, kiełbasa szynkowa 50g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), kawa z mlekiem 200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>Ciasto jogurtowe 100g,  | Zupa grochówka 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, ROŚ, GORCZYCA</b> ), Stek drobiowy 100g ( <b>GLUTEN</b> ), buraki 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Gruszka 120g,   | chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), twaróg z koperkiem 50g ( <b>MLEKO</b> ), Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2836.91 kcal; Białko ogółem: 119.03 g; białko zwierzęce: 62.83 g; Tłuszcz: 83.60 g; Węglowodany ogółem: 451.04 g; Sód: 1774.70 mg; Potas: 5856.23 mg; Magnez: 485.50 mg; Wapń: 539.72 mg; Żelazo: 18.09 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 651.25 ug; Błonnik pokarmowy: 41.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.71 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.16 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.08 g; suma cukrów prostych: 91.57 g;   |   |  |

## Jadłospis dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hagera   |   |   |
|---|---|---|
| Sniadanie<br>II Sniadanie   | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posilek nocny  |
| <b>wtorek 2024-05-28</b> <b>Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.</b>  |   |   |
| Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi250ml ( <b>MLEKO</b> ), Wek krojony 50g(1), ( <b>GLUTEN</b> ), chleb mały krojony100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), kielbasa szynkowa50g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), kawa z mlekiem200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), Pasta z brokuła100g ,<br><b>II Sniadanie:</b><br>Ciasto jogurtowe100g ,  | Zupa ryżowa z pietruszką250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Stek drobiowy 100g ( <b>GLUTEN</b> ), buraki 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Sok warzywny 200ml ,   | Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), chleb mały krojony100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), twaróg z koperkiem50g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml ,                                    |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2610.22 kcal; Białko ogółem: 109.50 g; białko zwierzęce: 69.50 g; Tłuszcz: 84.31 g; Węglowodany ogółem: 375.27 g; Sód: 2037.23 mg; Potas: 4896.43 mg; Magnez: 351.97 mg; Wapń: 809.92 mg; Żelazo: 14.07 mg; Witamina A (ekwiv. retinolu): 987.16 ug; Błonnik pokarmowy: 25.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.36 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.84 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.27 g; suma cukrów prostych: 98.56 g;   |   |   |
| <b>wtorek 2024-05-28</b> <b>Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA</b>  |   |   |
| Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi250ml ( <b>MLEKO</b> ), Chleb razowy 100g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), kielbasa szynkowa50g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), ogórki konserwowe100g , kawa z mlekiem200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ),<br><b>II Sniadanie:</b><br>Jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO</b> ),  | Zupa grochówka250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, ROŚ, GORCZYCA</b> ), Stek drobiowy 100g ( <b>GLUTEN</b> ), buraki 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Gruszka 120g ,  | Chleb krojony razowo słonecznikowy150g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), twaróg z koperkiem50g ( <b>MLEKO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml ,  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2495.26 kcal; Białko ogółem: 117.02 g; białko zwierzęce: 73.12 g; Tłuszcz: 82.60 g; Węglowodany ogółem: 368.66 g; Sód: 1930.40 mg; Potas: 6200.63 mg; Magnez: 508.60 mg; Wapń: 961.92 mg; Żelazo: 16.45 mg; Witamina A (ekwiv. retinolu): 644.75 ug; Błonnik pokarmowy: 38.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.22 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.35 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.32 g; suma cukrów prostych: 101.00 g;  |   |   |
| <b>środa 2024-05-29</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> ),<br><b>II Sniadanie:</b><br>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 ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>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: 2862.44 kcal; Białko ogółem: 104.40 g; białko zwierzęce: 63.32 g; Tłuszcz: 104.72 g; Węglowodany ogółem: 414.51 g; Sód: 2710.79 mg; Potas: 4478.31 mg; Magnez: 402.70 mg; Wapń: 763.85 mg; Żelazo: 13.53 mg; Witamina A (ekwiv. retinolu): 1202.89 ug; Błonnik pokarmowy: 41.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.48 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.62 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.23 g; suma cukrów prostych: 98.18 g; |   |   |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hagera  |  |   |
|--|--|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>środa 2024-05-29</b> <b>Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.</b>  |  |   |
| Zupa mleczna z kaszą manną 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), wieprzowinka w galarecie 50g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Pomidor 100g, Herbata 250ml,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jabłko pieczone 150g,  | Zupa brokułowa 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER</b> ), filet drobiowy w sosie 100g ( <b>GLUTEN</b> ), szpinak na gęsto 150g, Kasza jęczmienna na sypko 200g ( <b>GLUTEN</b> ), Kompot 200ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Mus owocowy 200g,   | chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Wek krojony 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: 2401.43 kcal; Białko ogółem: 111.75 g; białko zwierzęce: 75.99 g; Tłuszcz: 71.94 g; Węglowodany ogółem: 355.12 g; Sód: 1408.97 mg; Potas: 4140.30 mg; Magnez: 371.10 mg; Wapń: 559.85 mg; Żelazo: 13.83 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1915.42 ug; Błonnik pokarmowy: 32.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.28 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.63 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.72 g; suma cukrów prostych: 85.22 g; |  |   |
| <b>środa 2024-05-29</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> ), wieprzowinka w galarecie 50g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Pomidor 100g, kawa z mlekiem 200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jabłko 150g,   | zupa pieczarkowa z ziemniakami 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER</b> ), filet drobiowy w sosie 100g ( <b>GLUTEN</b> ), surówka z kapusty białej 150g ( <b>GORCZYCA</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 200g ( <b>GLUTEN</b> ), Kompot 200ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Mus owocowy 200g, | Chleb krojony razowo słonecznikowy 150g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), Pasta rybna z koperkiem 50g ( <b>JAJ, RYB</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml,             |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2442.45 kcal; Białko ogółem: 111.07 g; białko zwierzęce: 78.15 g; Tłuszcz: 83.46 g; Węglowodany ogółem: 348.00 g; Sód: 1900.38 mg; Potas: 4668.55 mg; Magnez: 414.19 mg; Wapń: 750.25 mg; Żelazo: 11.97 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1247.37 ug; Błonnik pokarmowy: 39.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.54 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.24 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.84 g; suma cukrów prostych: 96.85 g; |  |   |
| <b>czwartek 2024-05-30</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.</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 Ojca Grzegorza 40g, ogórek zielony 100g, kawa z mlekiem 200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>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,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Mandarynka 2 szt.,                   | 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: 2849.28 kcal; Białko ogółem: 92.60 g; białko zwierzęce: 54.12 g; Tłuszcz: 129.03 g; Węglowodany ogółem: 360.96 g; Sód: 2683.85 mg; Potas: 4766.93 mg; Magnez: 410.58 mg; Wapń: 703.98 mg; Żelazo: 11.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1162.67 ug; Błonnik pokarmowy: 32.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 58.58 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.33 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 41.22 g; suma cukrów prostych: 72.53 g; |  |   |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hagera  |  |   |
|--|--|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>czwartek 2024-05-30</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> ), Szynka Ojca Grzegorza 40g, Sałata zielona z kiełkami i pomidorem 100g, Herbata 250ml,<br><b>II Śniadanie:</b><br>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,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Mandarynka 2szt.,   | chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Kielbasa kminkowa 50g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata 250ml, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2384.54 kcal; Białko ogółem: 92.32 g; białko zwierzęce: 61.65 g; Tłuszcz: 110.90 g; Węglowodany ogółem: 279.67 g; Sód: 2577.82 mg; Potas: 5153.02 mg; Magnez: 384.91 mg; Wapń: 546.65 mg; Żelazo: 11.04 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1686.60 ug; Błonnik pokarmowy: 26.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 54.78 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 6.71 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.60 g; suma cukrów prostych: 74.30 g;  |  |   |
| <b>czwartek 2024-05-30</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> ), Szynka Ojca Grzegorza 40g, ogórek zielony 100g, kawa z mlekiem 200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>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,<br><b>Podwieczorek:</b><br>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: 2621.79 kcal; Białko ogółem: 96.46 g; białko zwierzęce: 61.38 g; Tłuszcz: 118.07 g; Węglowodany ogółem: 328.75 g; Sód: 2671.06 mg; Potas: 5317.63 mg; Magnez: 492.01 mg; Wapń: 968.97 mg; Żelazo: 12.61 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1606.79 ug; Błonnik pokarmowy: 36.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 60.05 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.58 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.17 g; suma cukrów prostych: 83.60 g; |  |   |
| <b>piątek 2024-05-31</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.</b>  |  |   |
| Chleb krojony razowy-słon 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), twaróg z koperkiem 50g ( <b>MLEKO</b> ), Pomidor 100g, kawa z mlekiem 200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>Sok warzywny 200ml,  | Zupa kalafiorowa 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), Ryba smażona 100g ( <b>GLUTEN, JAJ, RYB</b> ), ziemniaki gotowane 200g, surówka z kapusty pekińskiej 150g ( <b>MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Kompot 200ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kiwi 2szt.,   | chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Jajko 1 szt ( <b>JAJ</b> ), Herbata 250ml,                                     |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2361.69 kcal; Białko ogółem: 95.70 g; białko zwierzęce: 58.06 g; Tłuszcz: 70.96 g; Węglowodany ogółem: 360.06 g; Sód: 2913.08 mg; Potas: 5524.42 mg; Magnez: 419.46 mg; Wapń: 580.10 mg; Żelazo: 13.51 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1661.10 ug; Błonnik pokarmowy: 34.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.35 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.22 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.95 g; suma cukrów prostych: 63.97 g;  |  |   |



## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hagera  |   |   |
|--|---|---|
| Sniadanie<br>II Sniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posilek nocny  |
| <b>piątek 2024-05-31</b> <b>Dieta: DIETA NISKOTŁUSZCZOWA HAGERA.</b>   |   |   |
| zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>MLEKO</b> ),<br>Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ), chleb<br>mały krojony 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ),<br>masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), twaróg z<br>koperkiem 50g ( <b>MLEKO</b> ), Pomidor 100g<br>, Herbata 250ml ,<br><b>II Sniadanie:</b><br>Sok warzywny 200ml ,  | Zupa krupnik z ziemniakami 250ml<br>( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER,</b><br><b>GORCZYCA</b> ), ryba gotowana 100g<br>( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB,</b><br><b>GORCZYCA</b> ), Sos po grecku 100g<br>( <b>GLUTEN, SELER</b> ), Sałatka z jarzyn<br>gotowanych 150g ( <b>SELER</b> ), ziemniaki<br>gotowane 200g. ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kiwi 2 szt. , | chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN,</b><br><b>ŻYTO</b> ), Wek krojony 50g ( <b>GLUTEN</b> ),<br>masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Szynka bartenika<br>40g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA,</b><br><b>GORCZYCA</b> ), Herbata 250ml , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2238.48 kcal; Białko ogółem: 96.26 g; białko zwierzęce: 58.83 g; Tłuszcz: 58.00 g; Węglowodany ogółem: 361.33 g; Sód: 1786.44 mg; Potas: 5433.91 mg; Magnez: 374.45 mg; Wapń: 669.56 mg; Żelazo: 10.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2544.52 ug; Błonnik pokarmowy: 32.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.00 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.59 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 17.57 g; suma cukrów prostych: 63.41 g;  |   |   |
| <b>piątek 2024-05-31</b> <b>Dieta: DIETA CUKRZYCA HAGERA</b>   |   |   |
| zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>MLEKO</b> ),<br>Chleb razowy 100g ( <b>MLEKO, GLUTEN,</b><br><b>ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), twaróg z<br>koperkiem 50g ( <b>MLEKO</b> ), Pomidor 100g<br>, Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLEKO,</b><br><b>GLUTEN, ŻYTO</b> ),<br><b>II Sniadanie:</b><br>Sok warzywny 200ml ,  | Zupa kalafiorowa 250ml ( <b>MLEKO,</b><br><b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), ryba<br>gotowana 100g ( <b>MLEKO, GLUTEN,</b><br><b>SELER, RYB, GORCZYCA</b> ), Ziemniaki<br>gotowane 200g , surówka z kapusty<br>pekińskiej 150g ( <b>MLEKO, JAJ, SELER,</b><br><b>SOJA, GORCZYCA</b> ), Kompot 200ml ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kiwi 2 szt. ,         | Chleb krojony razowo<br>słonecznikowy 150g ( <b>MLEKO,</b><br><b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), Jajo gotowane 1 szt<br>( <b>JAJ</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Herbata<br>250ml ,  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2262.70 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; białko zwierzęce: 68.01 g; Tłuszcz: 66.34 g; Węglowodany ogółem: 342.09 g; Sód: 3245.03 mg; Potas: 6063.01 mg; Magnez: 485.71 mg; Wapń: 997.74 mg; Żelazo: 13.31 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1812.25 ug; Błonnik pokarmowy: 35.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.86 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.23 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 20.12 g; suma cukrów prostych: 81.35 g; |   |   |
| <b>sobota 2024-06-01</b> <b>Dieta: DIETA PODSTAWOWA HAGERA.</b>  |   |   |
| chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN,</b><br><b>ŻYTO</b> ), Chleb krojony razowy-słon 50g<br>( <b>MLEKO, GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g<br>( <b>MLEKO</b> ), Filet zapiekany na maśle -<br>wędlina 40g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA,</b><br><b>GORCZYCA</b> ), Rzodkiewka 100g , kawa<br>z mlekiem 200ml ( <b>MLEKO, GLUTEN,</b><br><b>ŻYTO</b> ),<br><b>II Sniadanie:</b><br>Jogurt naturalny 1 szt ( <b>MLEKO</b> ),  | Zupa grysikowa 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN,</b><br><b>SELER, GORCZYCA</b> ), Spaghetti<br>bolognese z mięsem mielonym 400g<br>( <b>GLUTEN, JAJ, SELER</b> ), Kompot 200ml ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Mandarynka 2 szt. ,   | chleb mały krojony 100g ( <b>GLUTEN,</b><br><b>ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Pasztet<br>drobiowy 50g ( <b>GLUTEN, MIĘSO WIEP,</b><br><b>SELER, SOJA</b> ), Herbata 250ml ,                                    |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2239.79 kcal; Białko ogółem: 76.36 g; białko zwierzęce: 42.78 g; Tłuszcz: 85.61 g; Węglowodany ogółem: 309.85 g; Sód: 2613.29 mg; Potas: 2250.91 mg; Magnez: 273.07 mg; Wapń: 595.89 mg; Żelazo: 9.64 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1466.74 ug; Błonnik pokarmowy: 20.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.49 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.82 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.16 g; suma cukrów prostych: 72.38 g;    |   |   |

## Jadłospis dla oddziałów

| Oddział: Szpital Hagera   |   |   |
|---|---|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>sobota 2024-06-01</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,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO</b> ),   | Zupa grysikowa 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA</b> ), filet drobiowy w sosie jarzynowym 100g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ), marchewka oprószana 150g ( <b>GLUTEN</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>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: 2275.75 kcal; Białko ogółem: 91.96 g; białko zwierzęce: 58.41 g; Tłuszcz: 76.77 g; Węglowodany ogółem: 326.89 g; Sód: 2252.94 mg; Potas: 4468.32 mg; Magnez: 350.11 mg; Wapń: 684.32 mg; Żelazo: 10.24 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3886.73 ug; Błonnik pokarmowy: 25.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.56 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.75 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.79 g; suma cukrów prostych: 80.13 g; |   |   |
| <b>sobota 2024-06-01</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> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>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 ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>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: 2328.94 kcal; Białko ogółem: 84.31 g; białko zwierzęce: 51.58 g; Tłuszcz: 93.93 g; Węglowodany ogółem: 308.64 g; Sód: 2800.42 mg; Potas: 2710.31 mg; Magnez: 340.47 mg; Wapń: 907.79 mg; Żelazo: 10.34 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1536.49 ug; Błonnik pokarmowy: 23.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.79 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.96 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.43 g; suma cukrów prostych: 84.68 g; |   |   |

Dietetyk

.....