

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2023-10-28		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), twaróg 70g (BIA), pomidor 50g , Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLU, SEL), Bigos 300g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml ,	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), szynka beskidzka 40g (BIA, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml , mleko 200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Odpadki: 133.19 g; Energia: 2475.25 kcal; Woda: 1372.24 g; Białko ogółem: 97.71 g; białko zwierzęce: 53.51 g; białko roślinne: 44.19 g; Tłuszcz: 71.07 g; Węglowodany ogółem: 392.19 g; Sód: 4968.28 mg; Potas: 4794.12 mg; Magnez: 419.87 mg; Wapń: 852.75 mg; Żelazo: 12.21 mg; Błonnik pokarmowy: 35.39 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 756.59 ug; Witamina B12: 2.81 ug;		
sobota 2023-10-28		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLU), Masło 15g(7) (BIA), twaróg 70g(7) (BIA), pomidor 50g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g(1,9) (GLU, SEL), Udziec duszony wieprzowy 70g(1,7) (GLU, MIĘ), Marchew oprószana 120g(1) (GLU), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLU, ŻYT), Masło 15g(7) (BIA), szynka konserwowa 40g(6,7,9,10) (BIA, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml , mleko 200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Odpadki: 106.60 g; Energia: 2144.46 kcal; Woda: 1116.08 g; Białko ogółem: 83.45 g; białko zwierzęce: 55.93 g; białko roślinne: 27.51 g; Tłuszcz: 82.27 g; Węglowodany ogółem: 284.33 g; Sód: 2375.59 mg; Potas: 3829.77 mg; Magnez: 261.80 mg; Wapń: 665.82 mg; Żelazo: 8.10 mg; Błonnik pokarmowy: 18.93 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2549.01 ug; Witamina B12: 3.07 ug;		
sobota 2023-10-28		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy 40g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g(7) (BIA), twaróg 70g(7) (BIA), pomidor 50g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (BIA, GLU, ŻYT), mleko 200ml (BIA),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g(1,9) (GLU, SEL), Udziec duszony wieprzowy 70g(1,7) (GLU, MIĘ), Marchew oprószana 120g(1) (GLU), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml ,	chleb krojony mały 70g(1,3,7) (GLU, ŻYT), chleb razowo- słonecznikowy 40g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g(7) (BIA), szynka konserwowa 40g(6,7,9,10) (BIA, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 106.60 g; Energia: 2092.96 kcal; Woda: 1120.74 g; Białko ogółem: 82.25 g; białko zwierzęce: 55.86 g; białko roślinne: 26.38 g; Tłuszcz: 83.31 g; Węglowodany ogółem: 274.52 g; Sód: 2327.69 mg; Potas: 3953.22 mg; Magnez: 303.70 mg; Wapń: 677.67 mg; Żelazo: 8.70 mg; Błonnik pokarmowy: 22.84 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2536.01 ug; Witamina B12: 3.07 ug;		
sobota 2023-10-28		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAÇA		
Wek krojony 50g(1), (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLU), Masło 15g(7) (BIA), twaróg 70g(7) (BIA), pomidor 50g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (BIA, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa krupnik z ziemniakami 400g(1,9) (GLU, SEL), Udziec duszony wieprzowy 70g(1,7) (GLU, MIĘ), Marchew oprószana 120g(1) (GLU), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: budyń 200ml (BIA, GLU),	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Masło 15g(7) (BIA), szynka konserwowa 40g(6,7,9,10) (BIA, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 106.60 g; Energia: 2231.28 kcal; Woda: 1256.27 g; Białko ogółem: 81.25 g; białko zwierzęce: 55.89 g; białko roślinne: 25.35 g; Tłuszcz: 84.87 g; Węglowodany ogółem: 304.31 g; Sód: 2206.00 mg; Potas: 3985.40 mg; Magnez: 255.41 mg; Wapń: 665.50 mg; Żelazo: 8.02 mg; Błonnik pokarmowy: 20.81 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2577.01 ug; Witamina B12: 3.07 ug;		
niedziela 2023-10-29		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), chleb razowo- słonecznikowy 40g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), serek topiony 35g (BIA), Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL), udko z kurczaka duszone 180g (GLU), Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml ,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), chleb razowo- słonecznikowy 40g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), szynka gotowana 40g (BIA, SEL, SOJ, GOR), ogórek zielony 50g , Herbata 250ml , mleko 200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Odpadki: 228.83 g; Energia: 2532.93 kcal; Woda: 1244.28 g; Białko ogółem: 110.90 g; białko zwierzęce: 79.69 g; białko roślinne: 31.22 g; Tłuszcz: 110.48 g; Węglowodany ogółem: 295.89 g; Sód: 2194.81 mg; Potas: 4386.48 mg; Magnez: 340.28 mg; Wapń: 831.80 mg; Żelazo: 12.49 mg; Błonnik pokarmowy: 23.88 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 673.36 ug; Witamina B12: 3.12 ug;		
niedziela 2023-10-29		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLU), Masło 15g(7) (BIA), serek topiony 35g (BIA), Jabłko 150g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLU, JAJ, SEL), Udko z kurczaka gotowane 180g(9) (GLU, SEL), Sałatka z jarzyn gotowanych 120g (SEL), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLU, ŻYT), Masło 15g(7) (BIA), szynka gotowana 40g(6,7,9,10) (BIA, SEL, SOJ, GOR), pomidor 50g , Herbata 250ml , mleko 200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Odpadki: 171.56 g; Energia: 2473.98 kcal; Woda: 1368.40 g; Białko ogółem: 106.79 g; białko zwierzęce: 79.69 g; białko roślinne: 27.10 g; Tłuszcz: 99.86 g; Węglowodany ogółem: 309.15 g; Sód: 2066.44 mg; Potas: 4455.14 mg; Magnez: 293.93 mg; Wapń: 784.26 mg; Żelazo: 11.82 mg; Błonnik pokarmowy: 24.08 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2174.58 ug; Witamina B12: 3.10 ug;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2023-10-29		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy 40g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g(7) (BIA), serek topiony 35g(7) (BIA), Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLU, JAJ, SEL), Udko z kurczaka gotowane 180g(9) (GLU, SEL), Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml ,	chleb krojony mały 70g(1,3,7) (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g(7) (BIA), szynka gotowana 40g(6,7,9,10) (BIA, SEL, SOJ, GOR), ogórek zielony 50g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 228.76 g; Energia: 2252.82 kcal; Woda: 1061.14 g; Białko ogółem: 100.93 g; białko zwierzęce: 72.84 g; białko roślinne: 28.09 g; Tłuszcz: 99.61 g; Węglowodany ogółem: 260.11 g; Sód: 1929.41 mg; Potas: 4098.73 mg; Magnez: 316.63 mg; Wapń: 590.63 mg; Żelazo: 11.97 mg; Błonnik pokarmowy: 23.61 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 690.28 ug; Witamina B12: 2.30 ug;		
niedziela 2023-10-29		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
Wek krojony 50g(1), (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLU), Masło 15g(7) (BIA), miód 1szt. , twaróg 50g (BIA), Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (BIA, GLU, ŻYT), II Śniadanie: kiwi 1szt. ,	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLU, JAJ, SEL), Udko z kurczaka gotowane 180g(9) (GLU, SEL), Sałatka z jarzyn gotowanych 120g (SEL), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Wafelek ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLU, ŻYT), Masło 15g(7) (BIA), szynka gotowana 40g(6,7,9,10) (BIA, SEL, SOJ, GOR), pomidor 50g , Herbata 250ml , mleko 200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Odpadki: 189.56 g; Energia: 2917.38 kcal; Woda: 1338.70 g; Białko ogółem: 120.27 g; białko zwierzęce: 88.39 g; białko roślinne: 31.88 g; Tłuszcz: 117.66 g; Węglowodany ogółem: 366.24 g; Sód: 1907.64 mg; Potas: 4809.79 mg; Magnez: 327.08 mg; Wapń: 814.06 mg; Żelazo: 12.81 mg; Błonnik pokarmowy: 24.60 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2174.58 ug; Witamina B12: 3.28 ug;		
poniedziałek 2023-10-30		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (BIA, GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), szynkowa drobiowa 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 40g , Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT),	Żurek 400g (GLU, SEL, SOJ, GOR, ŻYT), Makaron w sosie myśliwskim 300g (BIA, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Sałatka szwedzka 120g , Kompot 200ml ,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Herbata 250ml , mleko 200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Odpadki: 77.85 g; Energia: 2392.19 kcal; Woda: 1154.63 g; Białko ogółem: 96.62 g; białko zwierzęce: 56.89 g; białko roślinne: 39.73 g; Tłuszcz: 72.41 g; Węglowodany ogółem: 359.47 g; Sód: 2491.51 mg; Potas: 3585.67 mg; Magnez: 379.35 mg; Wapń: 928.76 mg; Żelazo: 12.46 mg; Błonnik pokarmowy: 24.26 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 884.75 ug; Witamina B12: 4.63 ug;		
poniedziałek 2023-10-30		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g(1,7) (BIA, GLU), Wek krojony 50g(1), (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLU), Masło 15g(7) (BIA), szynkowa drobiowa 40g(6,7,9,10) (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 40g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (BIA, GLU, ŻYT),	zupa jarzynowa 400ml (1,7,9)-bez brokuła (BIA, GLU, SEL), gulasz drobiowy(80g+80g)(1,7) (GLU), Marchew oprószana 120g (GLU), makaron "świderki" 200g(1,3) (GLU, JAJ), Kompot 200ml ,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Masło 15g(7) (BIA), Pasta mięsna 70g(9) (SEL), Herbata 250ml , mleko 200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Odpadki: 71.29 g; Energia: 2288.98 kcal; Woda: 1189.88 g; Białko ogółem: 101.64 g; białko zwierzęce: 71.14 g; białko roślinne: 30.50 g; Tłuszcz: 85.02 g; Węglowodany ogółem: 295.43 g; Sód: 2381.64 mg; Potas: 3631.30 mg; Magnez: 304.16 mg; Wapń: 884.92 mg; Żelazo: 9.00 mg; Błonnik pokarmowy: 17.91 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2876.34 ug; Witamina B12: 3.96 ug;		
poniedziałek 2023-10-30		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g(1,7) (BIA, GLU), Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g(7) (BIA), szynkowa drobiowa 40g(6,7,9,10) (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 40g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (BIA, GLU, ŻYT),	Żurek 400g(1), (GLU, SEL, SOJ, GOR, ŻYT), Makaron w sosie myśliwskim 300g (BIA, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Sałatka szwedzka 120g , Kompot 200ml ,	chleb krojony mały 70g(1,3,7) (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g(7) (BIA), Jajo gotowane 1 szt(3) (JAJ), Herbata 250ml , mleko 200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Odpadki: 77.85 g; Energia: 2291.55 kcal; Woda: 1141.67 g; Białko ogółem: 93.84 g; białko zwierzęce: 56.85 g; białko roślinne: 36.99 g; Tłuszcz: 72.57 g; Węglowodany ogółem: 336.62 g; Sód: 2310.50 mg; Potas: 3561.13 mg; Magnez: 378.71 mg; Wapń: 925.52 mg; Żelazo: 12.14 mg; Błonnik pokarmowy: 23.75 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 884.75 ug; Witamina B12: 4.63 ug;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-10-30		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g(1,7) (BIA, GLU), Wek krojony 50g(1), (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLU), Masło 15g(7) (BIA), szynkowa drobiowa 40g(6,7,9,10) (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 40g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (BIA, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (BIA),	zupa jarzynowa 400ml (1,7,9)-bez brokuła (BIA, GLU, SEL), gulasz drobiowy(80g+80g)(1,7) (GLU), Marchew oprószana 120g (GLU), makaron "świderki" 200g(1,3) (GLU, JAJ), Kompot 200ml, Podwieczorek: kisiel,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLU, ŻYT), Masło 15g(7) (BIA), Pasta mięsna 70g(9) (SEL), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 71.29 g; Energia: 2372.64 kcal; Woda: 1112.69 g; Białko ogółem: 101.39 g; białko zwierzęce: 67.98 g; białko roślinne: 33.40 g; Tłuszcz: 83.12 g; Węglowodany ogółem: 321.93 g; Sód: 2512.85 mg; Potas: 3583.70 mg; Magnez: 306.13 mg; Wapń: 788.10 mg; Żelazo: 9.52 mg; Błonnik pokarmowy: 19.56 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2845.34 ug; Witamina B12: 3.51 ug;		
wtorek 2023-10-31		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400ml. (BIA), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Bułka zwykła 50g 1szt (GLU), Masło 15g (BIA), twaróg z koperkiem 70g (BIA), sałata zielona, Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SEL), Pulpet gotowany 80g (GLU, JAJ, SEL), Sos koperkowy 100g (GLU), buraki 120g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), kielbasa szynkowa 40g (BIA, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml, mleko 200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Odpadki: 150.62 g; Energia: 2736.30 kcal; Woda: 1430.26 g; Białko ogółem: 107.95 g; białko zwierzęce: 67.58 g; białko roślinne: 40.37 g; Tłuszcz: 88.41 g; Węglowodany ogółem: 403.55 g; Sód: 3024.09 mg; Potas: 4665.22 mg; Magnez: 401.89 mg; Wapń: 1125.59 mg; Żelazo: 14.33 mg; Błonnik pokarmowy: 29.85 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 886.18 ug; Witamina B12: 4.73 ug;		
wtorek 2023-10-31		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400ml. (7) (BIA), Bułka zwykła 50g 1szt (GLU), Masło 15g (7) (BIA), twaróg z koperkiem 70g (7) (BIA), sałata zielona, Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SEL), Sztuka mięsa 70.g (MIĘ), Sos koperkowy 100g(1,7,) (GLU), buraki 120g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Masło 15g(7) (BIA), kielbasa szynkowa 40g(6,7,9,10) (BIA, SEL, SOJ, GOR), Wek krojony 50g (GLU), Herbata 250ml, mleko 200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Odpadki: 147.47 g; Energia: 2213.78 kcal; Woda: 1349.92 g; Białko ogółem: 94.05 g; białko zwierzęce: 68.05 g; białko roślinne: 25.99 g; Tłuszcz: 82.64 g; Węglowodany ogółem: 288.31 g; Sód: 3038.88 mg; Potas: 4249.23 mg; Magnez: 286.65 mg; Wapń: 1061.85 mg; Żelazo: 10.66 mg; Błonnik pokarmowy: 17.00 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 746.38 ug; Witamina B12: 4.41 ug;		
wtorek 2023-10-31		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOSTRAWNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g(7) (BIA), Chleb razowy 100g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g(7) (BIA), twaróg z koperkiem 70g(7) (BIA), sałata zielona, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SEL), Sztuka mięsa 70.g (MIĘ), Sos koperkowy 100g(1,7,) (GLU), Ziemniaki gotowane 200g, Mizeria 120g, Kompot 200ml,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g(7) (BIA), kielbasa szynkowa 40g(6,7,9,10) (BIA, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml, mleko 200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Odpadki: 153.51 g; Energia: 2331.96 kcal; Woda: 1324.75 g; Białko ogółem: 94.82 g; białko zwierzęce: 64.70 g; białko roślinne: 30.12 g; Tłuszcz: 85.53 g; Węglowodany ogółem: 316.89 g; Sód: 3269.53 mg; Potas: 4024.60 mg; Magnez: 356.72 mg; Wapń: 929.05 mg; Żelazo: 9.96 mg; Błonnik pokarmowy: 23.31 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 762.13 ug; Witamina B12: 4.01 ug;		
wtorek 2023-10-31		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400ml. (7) (BIA), Bułka zwykła 50g 1szt (GLU), Masło 15g(7) (BIA), twaróg z koperkiem 70g(7) (BIA), sałata zielona, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (BIA, GLU, ŻYT), II Śniadanie: banan 1szt,	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SEL), Sztuka mięsa 70.g (MIĘ), Sos koperkowy 100g(1,7,) (GLU), buraki 120g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: budyń 200ml (BIA, GLU),	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Masło 15g(7) (BIA), kielbasa szynkowa 40g(6,7,9,10) (BIA, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml, Wek krojony 50g (GLU), mleko 200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Odpadki: 147.47 g; Energia: 2857.00 kcal; Woda: 1532.90 g; Białko ogółem: 106.55 g; białko zwierzęce: 74.85 g; białko roślinne: 31.69 g; Tłuszcz: 88.29 g; Węglowodany ogółem: 431.61 g; Sód: 3134.89 mg; Potas: 6770.76 mg; Magnez: 498.17 mg; Wapń: 1336.43 mg; Żelazo: 13.11 mg; Błonnik pokarmowy: 26.60 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 841.38 ug; Witamina B12: 5.21 ug;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2023-11-01		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), Serek topiony 50g (BIA), Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (BIA, GLU, SEL), Gulasz wieprzowy 180g (GLU), szpinak na gęsto100g, ziemniaki 200g, Kompot 200ml,	chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), szynka luksusowa40g (BIA, SEL, SOJ), pomidor50g, Herbata 250ml, mleko200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Odpadki: 99.41 g; Energia: 2368.68 kcal; Woda: 1123.56 g; Białko ogółem: 88.23 g; białko zwierzęce: 51.85 g; białko roślinne: 36.38 g; Tłuszcz: 92.77 g; Węglowodany ogółem: 319.30 g; Sód: 2625.16 mg; Potas: 3992.95 mg; Magnez: 392.81 mg; Wapń: 898.04 mg; Żelazo: 12.78 mg; Błonnik pokarmowy: 25.97 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1680.97 ug; Witamina B12: 3.18 ug;		
środa 2023-11-01		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLU), Bułka zwykła50g 1szt (GLU), Masło 15g (BIA), serek topiony light50g (BIA), Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g(1,7,9,3) (BIA, GLU, SEL), Gulasz wieprzowy 180g (GLU), szpinak na gęsto100g, ziemniaki 200g, Kompot 200ml,	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), szynka luksusowa40g(6,7,9,10) (BIA, SEL, SOJ), pomidor50g, Herbata 250ml, mleko200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Odpadki: 99.41 g; Energia: 2139.54 kcal; Woda: 1077.44 g; Białko ogółem: 81.55 g; białko zwierzęce: 51.80 g; białko roślinne: 29.74 g; Tłuszcz: 88.52 g; Węglowodany ogółem: 269.59 g; Sód: 2201.80 mg; Potas: 3657.46 mg; Magnez: 302.27 mg; Wapń: 861.95 mg; Żelazo: 10.51 mg; Błonnik pokarmowy: 16.74 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1693.97 ug; Witamina B12: 3.18 ug;		
środa 2023-11-01		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy40g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), pasta z konserwy rybnej 50g (JAJ), Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g(1,7,9,3) (BIA, GLU, SEL), Gulasz wieprzowy 180g (GLU), szpinak na gęsto100g, ziemniaki 200g, Kompot 200ml,	chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), szynka luksusowa40g(6,7,9,10) (BIA, SEL, SOJ), pomidor50g, Herbata 250ml, mleko200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Odpadki: 103.73 g; Energia: 2125.38 kcal; Woda: 1121.48 g; Białko ogółem: 83.62 g; białko zwierzęce: 53.27 g; białko roślinne: 30.35 g; Tłuszcz: 87.06 g; Węglowodany ogółem: 272.73 g; Sód: 2095.40 mg; Potas: 3938.25 mg; Magnez: 364.36 mg; Wapń: 722.60 mg; Żelazo: 12.24 mg; Błonnik pokarmowy: 22.29 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1692.04 ug; Witamina B12: 6.72 ug;		
środa 2023-11-01		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAÇA		
Wek krojony 50g(1), (GLU), Bułka zwykła50g 1szt (GLU), Masło 15g (BIA), Dżem 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jabłko 150g,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g(1,7,9,3) (BIA, GLU, SEL), Gulasz wieprzowy 180g (GLU), szpinak na gęsto100g, ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: serek waniliowy (BIA),	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), szynka luksusowa40g(6,7,9,10) (BIA, SEL, SOJ), pomidor50g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 99.41 g; Energia: 2310.04 kcal; Woda: 1121.79 g; Białko ogółem: 85.55 g; białko zwierzęce: 55.05 g; białko roślinne: 30.49 g; Tłuszcz: 78.52 g; Węglowodany ogółem: 332.99 g; Sód: 1735.80 mg; Potas: 3698.46 mg; Magnez: 284.77 mg; Wapń: 535.95 mg; Żelazo: 10.76 mg; Błonnik pokarmowy: 20.34 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1620.47 ug; Witamina B12: 2.61 ug;		
czwartek 2023-11-02		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (BIA, GLU), chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), sałata zielona, szynka tyrolska40g (BIA, SEL, SOJ, GOR), Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa ziemniaczana 400g (BIA, GLU, SEL), Hache mięsno- jarzynowe120g (SEL), Marchew oprószana 120g (GLU), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml,	chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml, mleko200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Odpadki: 142.37 g; Energia: 2647.23 kcal; Woda: 1497.37 g; Białko ogółem: 93.30 g; białko zwierzęce: 54.82 g; białko roślinne: 38.47 g; Tłuszcz: 102.98 g; Węglowodany ogółem: 366.56 g; Sód: 2841.52 mg; Potas: 5122.93 mg; Magnez: 437.69 mg; Wapń: 959.38 mg; Żelazo: 13.08 mg; Błonnik pokarmowy: 31.93 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3626.92 ug; Witamina B12: 5.19 ug;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2023-11-02 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (BIA, GLU), Wek krojony 50g (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt (GLU), Masło 15g (BIA), sałata zielona , szynka tyrolska 40g (BIA, SEL, SOJ, GOR), Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa ziemniaczana 400g (BIA, GLU, SEL), Hache mięsno- jarzynowe 120g (SEL), Ziemniaki gotowane 200g , Marchew oprószana 120g (GLU), Kompot 200ml ,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), Paszтет drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 142.37 g; Energia: 2215.69 kcal; Woda: 1259.21 g; Białko ogółem: 77.02 g; białko zwierzęce: 47.94 g; białko roślinne: 29.08 g; Tłuszcz: 94.13 g; Węglowodany ogółem: 285.13 g; Sód: 2154.56 mg; Potas: 4451.04 mg; Magnez: 312.75 mg; Wapń: 676.89 mg; Żelazo: 10.13 mg; Błonnik pokarmowy: 21.39 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3589.92 ug; Witamina B12: 4.39 ug;		
czwartek 2023-11-02 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOSTRAWNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (BIA, GLU), chleb razowo- słonecznikowy 40g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), sałata zielona , szynka tyrolska 40g (BIA, SEL, SOJ, GOR), Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa ziemniaczana 400g (BIA, GLU, SEL), Hache mięsno- jarzynowe 120g (SEL), Ziemniaki gotowane 200g , Marchew oprószana 120g (GLU), Kompot 200ml ,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), Paszтет drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 142.37 g; Energia: 2324.59 kcal; Woda: 1287.40 g; Białko ogółem: 80.32 g; białko zwierzęce: 47.93 g; białko roślinne: 32.38 g; Tłuszcz: 96.90 g; Węglowodany ogółem: 309.46 g; Sód: 2377.01 mg; Potas: 4691.39 mg; Magnez: 381.05 mg; Wapń: 702.14 mg; Żelazo: 11.66 mg; Błonnik pokarmowy: 28.22 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3576.92 ug; Witamina B12: 4.39 ug;		
czwartek 2023-11-02 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (BIA, GLU), Wek krojony 50g (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt (GLU), Masło 15g (BIA), sałata zielona , szynka tyrolska 40g (BIA, SEL, SOJ, GOR), Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT), II Śniadanie: kiwi 1szt. ,	Zupa ziemniaczana 400g (BIA, GLU, SEL), Hache mięsno- jarzynowe 120g (SEL), Ziemniaki gotowane 200g , Marchew oprószana 120g (GLU), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (BIA),	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), Paszтет drobiowy 50g (GLU, MIĘ, SEL, SOJ), Herbata 250ml , jajko 1/2 szt. (JAJ),
Wartości odżywcze: Odpadki: 166.87 g; Energia: 2512.79 kcal; Woda: 1497.85 g; Białko ogółem: 90.85 g; białko zwierzęce: 57.83 g; białko roślinne: 33.02 g; Tłuszcz: 101.68 g; Węglowodany ogółem: 332.23 g; Sód: 2450.46 mg; Potas: 5098.94 mg; Magnez: 362.15 mg; Wapń: 870.79 mg; Żelazo: 12.39 mg; Błonnik pokarmowy: 25.53 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3753.32 ug; Witamina B12: 5.54 ug;		
piątek 2023-11-03 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (BIA), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), szynka beskidzka 40g (BIA, SEL, SOJ, GOR), Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (BIA, GLU, SEL, GOR), Ryba smażona 120g (GLU, JAJ, RYB), ziemniaki gotowane 200g. , Surówka z kapusty pekińskiej 120g (BIA, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Kompot 200ml ,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), Ser żółty 50g (BIA), pomidor 40g , Herbata 250ml , mleko 200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Odpadki: 220.51 g; Energia: 2888.10 kcal; Woda: 1626.75 g; Białko ogółem: 113.04 g; białko zwierzęce: 73.09 g; białko roślinne: 39.95 g; Tłuszcz: 113.04 g; Węglowodany ogółem: 384.64 g; Sód: 2614.32 mg; Potas: 5372.65 mg; Magnez: 457.16 mg; Wapń: 1463.61 mg; Żelazo: 11.86 mg; Błonnik pokarmowy: 32.37 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1429.25 ug; Witamina B12: 5.66 ug;		
piątek 2023-11-03 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (BIA), Wek krojony 50g (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt (GLU), Masło 15g (BIA), szynka beskidzka 40g (BIA, SEL, SOJ, GOR), Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLU, SEL), Ryba gotowana 90g (SEL, RYB), Sos po grecku 100g (GLU, SEL), Sałatka z jarzyn gotowanych 120g (SEL), ziemniaki gotowane 200g. , Kompot 200ml ,	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), twaróg z koperkiem 70g (BIA), pomidor 40g , Herbata 250ml , mleko 200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Odpadki: 134.40 g; Energia: 2216.60 kcal; Woda: 1439.69 g; Białko ogółem: 99.74 g; białko zwierzęce: 68.80 g; białko roślinne: 30.94 g; Tłuszcz: 67.38 g; Węglowodany ogółem: 324.08 g; Sód: 1744.04 mg; Potas: 4702.28 mg; Magnez: 328.51 mg; Wapń: 958.95 mg; Żelazo: 9.06 mg; Błonnik pokarmowy: 24.44 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2363.93 ug; Witamina B12: 4.64 ug;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2023-11-03		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (BIA), Chleb razowy 100g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (BIA, GLU, SEL, GOR), Ryba gotowana 90g (SEL, RYB), Ziemniaki gotowane 200g, Sos po grecku 100g (GLU, SEL), Surówka z kapusty pekińskiej 120g (BIA, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Kompot 200ml,	chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), twaróg z koperkiem70g (BIA), pomidor40g, Herbata 250ml, mleko200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Odpadki: 224.70 g; Energia: 2510.94 kcal; Woda: 1731.79 g; Białko ogółem: 112.62 g; białko zwierzęce: 75.46 g; białko roślinne: 37.16 g; Tłuszcz: 80.57 g; Węglowodany ogółem: 362.45 g; Sód: 1866.66 mg; Potas: 5557.00 mg; Magnez: 452.55 mg; Wapń: 1086.81 mg; Żelazo: 13.01 mg; Błonnik pokarmowy: 31.96 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1815.60 ug; Witamina B12: 6.15 ug;		
piątek 2023-11-03		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
Zupa mleczna z ryżem 400g (BIA), Wek krojony 50g (GLU), Bułka zwykła50g 1szt (GLU), Masło 15g (BIA), szynka beskidzka 40g (BIA, SEL, SOJ, GOR), Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT), II Śniadanie: brzoskwinie,	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLU, SEL), Ryba gotowana 90g (SEL, RYB), Sos po grecku 100g (GLU, SEL), Sałatka z jarzyn gotowanych 120g (SEL), ziemniaki gotowane200g., Kompot 200ml, Podwieczorek: galaretka,	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), twaróg z koperkiem70g (BIA), pomidor40g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 152.40 g; Energia: 2296.79 kcal; Woda: 1395.76 g; Białko ogółem: 122.23 g; białko zwierzęce: 89.79 g; białko roślinne: 32.44 g; Tłuszcz: 63.71 g; Węglowodany ogółem: 332.13 g; Sód: 1669.10 mg; Potas: 4727.54 mg; Magnez: 320.14 mg; Wapń: 736.08 mg; Żelazo: 9.76 mg; Błonnik pokarmowy: 27.29 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2462.43 ug; Witamina B12: 3.84 ug;		
sobota 2023-11-04		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), Szynka bartnika 40g (BIA, SEL, SOJ, GOR), rzodkiewka., Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa grysikowa 400g (GLU, SEL), Sztuka mięsa 70.g (MIĘ), Sos jarzynowy 100g (GLU, SEL), Marchew oprószana 120g (GLU), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml,	chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), Parówki Śląskie 100g (BIA, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml, Musztarda 20g (GOR), mleko200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Odpadki: 105.21 g; Energia: 2489.34 kcal; Woda: 1144.17 g; Białko ogółem: 92.53 g; białko zwierzęce: 57.33 g; białko roślinne: 35.20 g; Tłuszcz: 99.35 g; Węglowodany ogółem: 331.15 g; Sód: 3596.51 mg; Potas: 3999.70 mg; Magnez: 377.02 mg; Wapń: 704.66 mg; Żelazo: 11.09 mg; Błonnik pokarmowy: 27.12 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2568.68 ug; Witamina B12: 2.80 ug;		
sobota 2023-11-04		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g (GLU), Bułka zwykła50g 1szt (GLU), Masło 15g (BIA), Szynka bartnika 40g (BIA, SEL, SOJ, GOR), pomidor50g, Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa grysikowa 400g (GLU, SEL), Sztuka mięsa 70.g (MIĘ), Sos jarzynowy 100g (GLU, SEL), Marchew oprószana 120g (GLU), ziemniaki gotowane200g., Kompot 200ml,	chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), szynka szkolna40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml, mleko200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Odpadki: 97.96 g; Energia: 1933.90 kcal; Woda: 1071.28 g; Białko ogółem: 80.41 g; białko zwierzęce: 55.04 g; białko roślinne: 25.37 g; Tłuszcz: 73.67 g; Węglowodany ogółem: 251.62 g; Sód: 2699.30 mg; Potas: 3683.31 mg; Magnez: 253.93 mg; Wapń: 600.92 mg; Żelazo: 7.47 mg; Błonnik pokarmowy: 16.12 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2635.18 ug; Witamina B12: 2.67 ug;		
sobota 2023-11-04		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy40g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), Szynka bartnika 40g (BIA, SEL, SOJ, GOR), rzodkiewka., Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa grysikowa 400g (GLU, SEL), Sztuka mięsa 70.g (MIĘ), Marchew oprószana 120g (GLU), Ziemniaki gotowane 200g, Sos jarzynowy 100g (GLU, SEL), Kompot 200ml,	chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), Parówki Śląskie 70g (BIA, SEL, SOJ, GOR), Musztarda 20g (GOR), Herbata 250ml, mleko200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Odpadki: 104.61 g; Energia: 2191.00 kcal; Woda: 1093.97 g; Białko ogółem: 83.11 g; białko zwierzęce: 54.09 g; białko roślinne: 29.02 g; Tłuszcz: 90.54 g; Węglowodany ogółem: 282.60 g; Sód: 3057.60 mg; Potas: 3807.86 mg; Magnez: 339.58 mg; Wapń: 673.92 mg; Żelazo: 9.54 mg; Błonnik pokarmowy: 23.38 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2566.28 ug; Witamina B12: 2.70 ug;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2023-11-04		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAÇA		
Wek krojony 50g (GLU), Bułka zwykła50g 1szt (GLU), Masło 15g (BIA), Szynka bartnika 40g (BIA, SEL, SOJ, GOR), pomidor50g, Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jabłko 150g,	Zupa grysikowa 400g (GLU, SEL), Sztuka mięsa 70.g (MIĘ), Sos jarzynowy 100g (GLU, SEL), Marchew oprószana 120g (GLU), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: kissiel,	chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), szynka szkolna40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml, mleko200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Odpadki: 97.96 g; Energia: 2145.16 kcal; Woda: 1226.55 g; Białko ogółem: 81.06 g; białko zwierzęce: 55.04 g; białko roślinne: 26.01 g; Tłuszcz: 76.88 g; Węglowodany ogółem: 299.40 g; Sód: 2703.91 mg; Potas: 3894.31 mg; Magnez: 258.50 mg; Wapń: 609.70 mg; Żelazo: 7.92 mg; Błonnik pokarmowy: 19.35 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2663.18 ug; Witamina B12: 2.67 ug;		
niedziela 2023-11-05		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), Dżem 50g, twaróg50g (BIA), Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL), Filet z kurczaka 70g (GLU), sałatka z kapusty czerwonej100g, Ziemniaki gotowane 200g, Sos koperkowy 100g (GLU), Kompot 200ml,	chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), kielbasa krakowska drobiowa40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), sałata zielona, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 126.88 g; Energia: 2163.70 kcal; Woda: 982.00 g; Białko ogółem: 89.08 g; białko zwierzęce: 53.76 g; białko roślinne: 35.33 g; Tłuszcz: 62.75 g; Węglowodany ogółem: 333.18 g; Sód: 2157.45 mg; Potas: 3757.45 mg; Magnez: 337.35 mg; Wapń: 485.79 mg; Żelazo: 9.48 mg; Błonnik pokarmowy: 26.37 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 652.77 ug; Witamina B12: 2.02 ug;		
niedziela 2023-11-05		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g (GLU), Bułka zwykła50g 1szt (GLU), Masło 15g (BIA), Dżem 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT), twaróg50g (BIA),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL), Udko z kurczaka gotowane 180g (GLU, SEL), szpinak na gęsto120g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml,	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), kielbasa krakowska drobiowa40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), sałata zielona, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 172.56 g; Energia: 2163.78 kcal; Woda: 1018.85 g; Białko ogółem: 104.06 g; białko zwierzęce: 76.31 g; białko roślinne: 27.74 g; Tłuszcz: 82.93 g; Węglowodany ogółem: 264.37 g; Sód: 1858.39 mg; Potas: 3640.19 mg; Magnez: 303.63 mg; Wapń: 512.50 mg; Żelazo: 13.28 mg; Błonnik pokarmowy: 16.67 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1693.88 ug; Witamina B12: 2.25 ug;		
niedziela 2023-11-05		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy40g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), Serek topiony 50g (BIA), Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL), Udko z kurczaka gotowane 180g (GLU, SEL), Sałatka z kapusty czerwonej 120g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml,	chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), kielbasa krakowska drobiowa40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), sałata zielona, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 217.76 g; Energia: 2220.92 kcal; Woda: 1038.69 g; Białko ogółem: 102.30 g; białko zwierzęce: 73.67 g; białko roślinne: 28.63 g; Tłuszcz: 95.98 g; Węglowodany ogółem: 258.68 g; Sód: 1899.96 mg; Potas: 4023.78 mg; Magnez: 319.93 mg; Wapń: 643.08 mg; Żelazo: 11.98 mg; Błonnik pokarmowy: 23.50 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 730.08 ug; Witamina B12: 2.30 ug;		
niedziela 2023-11-05		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAÇA		
Wek krojony 50g (GLU), Bułka zwykła50g 1szt (GLU), Masło 15g (BIA), Dżem 50g, twaróg50g (BIA), Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT), II Śniadanie: banan 1szt,	Zupa rosół z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL), Udko z kurczaka gotowane 180g (GLU, SEL), szpinak na gęsto120g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Wafelek,	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), kielbasa krakowska drobiowa40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), sałata zielona, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 172.56 g; Energia: 3222.78 kcal; Woda: 1025.70 g; Białko ogółem: 118.06 g; białko zwierzęce: 80.31 g; białko roślinne: 37.74 g; Tłuszcz: 112.08 g; Węglowodany ogółem: 458.27 g; Sód: 1975.39 mg; Potas: 6042.69 mg; Magnez: 510.13 mg; Wapń: 633.00 mg; Żelazo: 16.33 mg; Błonnik pokarmowy: 27.47 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1799.88 ug; Witamina B12: 2.35 ug;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-11-06		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem -muszelki 400ml (BIA), chleb krojony mały 120g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), szynka konserwowa 50g, papryka konserwowa 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa ziemniaczana 400g (BIA, GLU, SEL), kaszotto warzywne 400g (GLU, SEL), kefir (BIA), Kompot 200ml,	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIE, SEL, SOJ), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 54.57 g; Energia: 2496.67 kcal; Woda: 961.65 g; Białko ogółem: 71.30 g; białko zwierzęce: 25.83 g; białko roślinne: 45.46 g; Tłuszcz: 75.52 g; Węglowodany ogółem: 412.04 g; Sód: 3694.43 mg; Potas: 3147.58 mg; Magnez: 359.21 mg; Wapń: 712.66 mg; Żelazo: 11.96 mg; Błonnik pokarmowy: 32.89 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1711.27 ug; Witamina B12: 3.56 ug;		
poniedziałek 2023-11-06		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem świderki 400ml (BIA), Wek krojony 50g (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt (GLU), Masło 15g (BIA), szynka konserwowa 50g, pomidor 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa ziemniaczana 400g (BIA, GLU, SEL), kaszotto warzywne 400g (GLU, SEL), kefir (BIA), Kompot 200ml,	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIE, SEL, SOJ), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 56.57 g; Energia: 1993.91 kcal; Woda: 923.62 g; Białko ogółem: 57.23 g; białko zwierzęce: 25.68 g; białko roślinne: 31.55 g; Tłuszcz: 69.69 g; Węglowodany ogółem: 302.75 g; Sód: 2788.99 mg; Potas: 2800.77 mg; Magnez: 243.55 mg; Wapń: 663.15 mg; Żelazo: 8.59 mg; Błonnik pokarmowy: 20.57 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1777.77 ug; Witamina B12: 3.56 ug;		
poniedziałek 2023-11-06		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLWODANÓW PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem świderki 400ml (BIA), Chleb razowy 100g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), szynka konserwowa 50g, papryka konserwowa 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT),	Zupa ziemniaczana 400g (BIA, GLU, SEL), kaszotto warzywne 400g (GLU, SEL), kefir (BIA), Kompot 200ml,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (BIA, GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIE, SEL, SOJ), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 54.57 g; Energia: 2114.91 kcal; Woda: 909.37 g; Białko ogółem: 60.68 g; białko zwierzęce: 25.68 g; białko roślinne: 34.99 g; Tłuszcz: 74.01 g; Węglowodany ogółem: 327.81 g; Sód: 3027.34 mg; Potas: 2970.72 mg; Magnez: 329.45 mg; Wapń: 691.50 mg; Żelazo: 10.30 mg; Błonnik pokarmowy: 28.68 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1711.27 ug; Witamina B12: 3.56 ug;		
poniedziałek 2023-11-06		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
zupa mleczna z makaronem świderki 400ml (BIA), Wek krojony 50g (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt (GLU), Masło 15g (BIA), szynka konserwowa 50g, pomidor 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (BIA, GLU, ŻYT), II Śniadanie: kiwi 1szt.,	Zupa ziemniaczana 400g (BIA, GLU, SEL), kaszotto warzywne 400g (GLU, SEL), kefir (BIA), Kompot 200ml, Podwieczorek: budyń 200ml (BIA, GLU),	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), Masło 15g (BIA), Pasztet drobiowy 50g (GLU, MIE, SEL, SOJ), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 74.57 g; Energia: 2164.33 kcal; Woda: 1202.45 g; Białko ogółem: 65.11 g; białko zwierzęce: 32.48 g; białko roślinne: 32.63 g; Tłuszcz: 74.29 g; Węglowodany ogółem: 329.53 g; Sód: 2883.80 mg; Potas: 3430.80 mg; Magnez: 285.57 mg; Wapń: 933.23 mg; Żelazo: 9.28 mg; Błonnik pokarmowy: 23.09 g; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1836.17 ug; Witamina B12: 4.36 ug;		

Dietetyk

.....