

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2023-12-03		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLE, GLU, ŻYT), Masło 15g (MLE), szynka luksusowa 40g (MLE, SEL, SOJ), ogórek kiszony 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLE, GLU, SEL), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLU, MIĘ), surówka z kapusty pekińskiej 100g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Mandarynka (1szt.),	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLE, GLU, ŻYT), Masło 15g (MLE), Parówki Śląskie 100g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Musztarda 20g (GOR), Kielki 4g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2377.74 kcal; Białko ogółem: 93.61 g; białko zwierzęce: 61.87 g; Tłuszcz: 109.73 g; Węglowodany ogółem: 275.81 g; Sód: 4296.51 mg; Potas: 4122.18 mg; Magnez: 359.34 mg; Wapń: 533.06 mg; Żelazo: 11.06 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1184.51 ug; Błonnik pokarmowy: 23.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.03 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.78 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 44.56 g; suma cukrów prostych: 70.47 g;		
niedziela 2023-12-03		
Dieta: CUKRZYCOWA \ PODSTAWOWA - ZOL - PYSKOWICE		
Wek krojony 50g (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt (GLU), Masło 15g (MLE), Parówki Śląskie 100g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Musztarda 20g (GOR), ogórek kiszony 70g, Serek topiony 17,5g (MLE), Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Mandarynka (1szt.),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLE, GLU, SEL), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLU, MIĘ), surówka z kapusty pekińskiej 100g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Wafelek,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Masło 15g (MLE), Kielbasa krakowska 30g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Kielki 4g, Twaróg z rzodkiewką 50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3019.03 kcal; Białko ogółem: 112.63 g; białko zwierzęce: 78.83 g; Tłuszcz: 148.27 g; Węglowodany ogółem: 326.72 g; Sód: 4524.26 mg; Potas: 4183.42 mg; Magnez: 331.72 mg; Wapń: 711.71 mg; Żelazo: 11.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1302.08 ug; Błonnik pokarmowy: 19.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.45 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.94 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 63.71 g; suma cukrów prostych: 106.29 g;		
niedziela 2023-12-03		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
Wek krojony 50g (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt (GLU), Masło 15g (MLE), Parówki Śląskie 100g (MLE, SEL, SOJ, GOR), Musztarda 20g (GOR), ogórek kiszony 70g, Serek topiony 17,5g (MLE), Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Mandarynka (1szt.),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLE, GLU, SEL), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLU, MIĘ), surówka z kapusty pekińskiej 100g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Wafelek,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Masło 15g (MLE), Kielbasa krakowska 30g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Kielki 4g, Twaróg z rzodkiewką 50g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3019.03 kcal; Białko ogółem: 112.63 g; białko zwierzęce: 78.83 g; Tłuszcz: 148.27 g; Węglowodany ogółem: 326.72 g; Sód: 4524.26 mg; Potas: 4183.42 mg; Magnez: 331.72 mg; Wapń: 711.71 mg; Żelazo: 11.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1302.08 ug; Błonnik pokarmowy: 19.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.45 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.94 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 63.71 g; suma cukrów prostych: 106.29 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-12-04		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLE, GLU), chleb razowo-słonecznikowy 40g (MLE, GLU, ŻYT), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Masło 15g (MLE), szynka pol. drobiowa 30g (MLE, SEL, SOJ, ZIA), Serek topiony 17,5g (MLE), ogórki konserwowe 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLU, SEL), filet drobiowy w sosie 100g (GLU), Buraki 100g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Kiwi 1szt. ,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), chleb razowo-słonecznikowy 40g (MLE, GLU, ŻYT), Masło 15g (MLE), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Kiełbasa krakowska 30g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 70g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2426.65 kcal; Białko ogółem: 118.25 g; białko zwierzęce: 84.02 g; Tłuszcz: 76.63 g; Węglowodany ogółem: 340.92 g; Sód: 3356.27 mg; Potas: 5265.81 mg; Magnez: 440.26 mg; Wapń: 811.63 mg; Żelazo: 15.12 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1008.53 ug; Błonnik pokarmowy: 28.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.17 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.81 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.47 g; suma cukrów prostych: 82.75 g;		
poniedziałek 2023-12-04		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLE, GLU), Wek krojony 50g (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt (GLU), Masło 15g (MLE), szynka pol. drobiowa 30g (MLE, SEL, SOJ, ZIA), Twaróg 50g (MLE), Jabłko 150g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLU, SEL), filet drobiowy w sosie 100g (GLU), Buraki 100g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Kiwi 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), Masło 15g (MLE), serek waniliowy 70g (MLE), Kiełbasa krakowska 30g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Pomidor 40g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2460.26 kcal; Białko ogółem: 122.76 g; białko zwierzęce: 91.61 g; Tłuszcz: 68.94 g; Węglowodany ogółem: 358.25 g; Sód: 2621.15 mg; Potas: 5166.58 mg; Magnez: 375.92 mg; Wapń: 790.43 mg; Żelazo: 11.91 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 765.48 ug; Błonnik pokarmowy: 25.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.54 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.99 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.28 g; suma cukrów prostych: 112.30 g;		
poniedziałek 2023-12-04		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLE, GLU), chleb razowo-słonecznikowy 40g (MLE, GLU, ŻYT), Masło 15g (MLE), szynka pol. drobiowa 30g (MLE, SEL, SOJ, ZIA), ogórek kiszony 70g, Serek topiony 17,5g (MLE), Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLU, SEL), filet drobiowy w sosie 100g (GLU), sałata zielona 80g (GOR), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Kiwi 1szt. ,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), chleb razowo-słonecznikowy 40g (MLE, GLU, ŻYT), Masło 15g (MLE), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Kiełbasa krakowska 30g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 70g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2246.18 kcal; Białko ogółem: 111.48 g; białko zwierzęce: 83.96 g; Tłuszcz: 80.63 g; Węglowodany ogółem: 289.55 g; Sód: 2620.58 mg; Potas: 4691.86 mg; Magnez: 398.64 mg; Wapń: 746.52 mg; Żelazo: 11.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1053.53 ug; Błonnik pokarmowy: 23.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.32 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.73 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.18 g; suma cukrów prostych: 69.49 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-12-04 Dieta: CUKRZYCOWA \ PODSTAWOWA - ZOL- PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLE, GLU), Wek krojony 50g (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt (GLU), Masło 15g (MLE), Dżem porcja 1szt. 25g , Jogurt owocowy 1szt (MLE), szynka drobiowa 30g (GLU, SEL, SOJ, GOR), ogórki konserwowe 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: kiwi 1szt. ,	zupa jarzynowa bez śmietany 300ml (MLE, GLU, SEL, GOR), kotlet drobiowy 100g (GLU, JAJ), Buraki 100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: galaretki ,	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), Masło 15g (MLE), jajko 1\2szt. (JAJ), sałatka z tuńczyka ryżu, kukurydzy, ogórka i szczypiorku 150g , Kiełbasa krakowska 30g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2724.04 kcal; Białko ogółem: 122.38 g; białko zwierzęce: 82.89 g; Tłuszcz: 73.97 g; Węglowodany ogółem: 415.29 g; Sód: 5432.44 mg; Potas: 5224.30 mg; Magnez: 413.17 mg; Wapń: 867.51 mg; Żelazo: 13.80 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 937.35 ug; Błonnik pokarmowy: 27.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.29 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.50 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.77 g; suma cukrów prostych: 101.62 g;		
poniedziałek 2023-12-04 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLE, GLU), Wek krojony 50g (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt (GLU), Masło 15g (MLE), Dżem porcja 1szt. 25g , Jogurt owocowy 1szt (MLE), szynka drobiowa 30g (GLU, SEL, SOJ, GOR), ogórki konserwowe 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: kiwi 1szt. ,	zupa jarzynowa bez śmietany 300ml (MLE, GLU, SEL, GOR), kotlet drobiowy 100g (GLU, JAJ), Buraki 100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: galaretki ,	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), Masło 15g (MLE), jajko 1\2szt. (JAJ), sałatka z tuńczyka ryżu, kukurydzy, ogórka i szczypiorku 150g , Kiełbasa krakowska 30g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2724.04 kcal; Białko ogółem: 122.38 g; białko zwierzęce: 82.89 g; Tłuszcz: 73.97 g; Węglowodany ogółem: 415.29 g; Sód: 5432.44 mg; Potas: 5224.30 mg; Magnez: 413.17 mg; Wapń: 867.51 mg; Żelazo: 13.80 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 937.35 ug; Błonnik pokarmowy: 27.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.29 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.50 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.77 g; suma cukrów prostych: 101.62 g;		

Dietetyk

.....