

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2023-12-05 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (<i>MLE</i>), chleb razowo- słonecznikowy 40g (<i>MLE, GLU, ŻYT</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), twaróg 50g (<i>MLE</i>), Dżem 50g, sałata zielona (1 lub 2 listki), Kawa z mlekiem 250 ml (<i>MLE, GLU, ŻYT</i>),	Zupa ogórkowa 400g (<i>MLE, GLU, SEL, GOR</i>), Knedle z mięsem boczkiem i cebulką 6szt., surówka z kapusty białej 100g (<i>GOR</i>), Kompot 200ml, Podwieczorek: budyń 200ml (<i>MLE, GLU</i>),	chleb krojony mały 70g (<i>GLU, ŻYT</i>), chleb razowo- słonecznikowy 40g (<i>MLE, GLU, ŻYT</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka beskidzka 30g, ser żółty 30g (<i>MLE</i>), papryka czerwona 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2171.20 kcal; Białko ogółem: 75.28 g; białko zwierzęce: 43.70 g; Tłuszcz: 85.07 g; Węglowodany ogółem: 298.63 g; Sód: 6403.89 mg; Potas: 3156.21 mg; Magnez: 315.62 mg; Wapń: 1239.61 mg; Żelazo: 7.47 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1270.31 ug; Błonnik pokarmowy: 23.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.17 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.15 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.13 g; suma cukrów prostych: 103.98 g;		
wtorek 2023-12-05 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (<i>MLE</i>), Wek krojony 50g (<i>GLU</i>), Bułka zwykła 50g 1szt (<i>GLU</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Dżem 50g, Masło 15g (<i>MLE</i>), sałata zielona (1 lub 2 listki), Kawa z mlekiem 250 ml (<i>MLE, GLU, ŻYT</i>),	Zupa ziemniaczana 400g (<i>MLE, GLU, SEL</i>), Budyń mięsno jarzynowy z pomidorami 120g (<i>SEL</i>), Sos koperkowy 100g (<i>GLU</i>), Marchew oprószana 100g (<i>GLU</i>), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: budyń 200ml (<i>MLE, GLU</i>),	Chleb krojony mały 130g (<i>GLU, ŻYT</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Szynka beskidzka 30g, Kielki 4g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2463.34 kcal; Białko ogółem: 96.88 g; białko zwierzęce: 61.83 g; Tłuszcz: 88.44 g; Węglowodany ogółem: 341.20 g; Sód: 1857.04 mg; Potas: 4614.63 mg; Magnez: 315.01 mg; Wapń: 970.60 mg; Żelazo: 8.50 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2892.42 ug; Błonnik pokarmowy: 22.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.92 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.81 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.12 g; suma cukrów prostych: 102.57 g;		
wtorek 2023-12-05 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOROZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (<i>MLE</i>), chleb razowo- słonecznikowy 40g (<i>MLE, GLU, ŻYT</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek topiony 50g (<i>MLE</i>), sałata zielona (1 lub 2 listki), Kawa z mlekiem 250 ml (<i>MLE, GLU, ŻYT</i>),	Zupa ogórkowa 400g (<i>MLE, GLU, SEL, GOR</i>), Budyń mięsno jarzynowy z pomidorami 120g (<i>SEL</i>), Ziemniaki gotowane 200g, Marchew oprószana 120g (<i>GLU</i>), Kompot 200ml, Podwieczorek: Budyń błękitny (<i>MLE, GLU</i>),	chleb krojony mały 70g (<i>GLU, ŻYT</i>), chleb razowo- słonecznikowy 40g (<i>MLE, GLU, ŻYT</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka beskidzka 30g, papryka czerwona 50g, ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2404.35 kcal; Białko ogółem: 90.91 g; białko zwierzęce: 57.23 g; Tłuszcz: 100.83 g; Węglowodany ogółem: 310.91 g; Sód: 6294.64 mg; Potas: 4849.94 mg; Magnez: 398.80 mg; Wapń: 1324.32 mg; Żelazo: 9.61 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3414.36 ug; Błonnik pokarmowy: 27.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.04 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.21 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.26 g; suma cukrów prostych: 84.69 g;		
wtorek 2023-12-05 Dieta: CUKRZYCOWA/PODSTAWOWA - ZOL - PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (<i>MLE</i>), Wek krojony 50g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), rogal (<i>GLU, JAJ</i>), Miód 1szt., Serek naturalny 150g, pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (<i>MLE, GLU, ŻYT</i>), II Śniadanie: Pomarańcza 1szt.,	Zupa ogórkowa 400g (<i>MLE, GLU, SEL, GOR</i>), bitki w sosie (100g+80g sos) (<i>GLU, MIĘ</i>), surówka z kapusty białej 100g (<i>GOR</i>), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: budyń 200ml (<i>MLE, GLU</i>),	Chleb krojony mały 130g (<i>GLU, ŻYT</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), szynka drobiowa 30g (<i>GLU, SEL, SOJ, GOR</i>), ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Kielki 4g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3120.13 kcal; Białko ogółem: 106.78 g; białko zwierzęce: 68.34 g; Tłuszcz: 129.23 g; Węglowodany ogółem: 406.74 g; Sód: 8267.75 mg; Potas: 5444.18 mg; Magnez: 408.22 mg; Wapń: 1336.65 mg; Żelazo: 10.94 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1472.79 ug; Błonnik pokarmowy: 26.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 66.55 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.31 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.21 g; suma cukrów prostych: 105.08 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2023-12-05 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (<i>MLE</i>), Wek krojony 50g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), rogal (<i>GLU, JAJ</i>), Miód 1szt. , Serek naturalny 150g , Kawa z mlekiem 250 ml (<i>MLE, GLU, ŻYT</i>), pomidor 70g , II Śniadanie: Pomarańcza 1szt. ,	Zupa ogórkowa 400g (<i>MLE, GLU, SEL, GOR</i>), bitki w sosie(100g+80g sos) (<i>GLU, MIĘ</i>), surówka z kapusty białej 100g (<i>GOR</i>), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczerek: budyń 200ml (<i>MLE, GLU</i>),	Chleb krojony mały 130g (<i>GLU, ŻYT</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), szynka drobiowa 30g (<i>GLU, SEL, SOJ, GOR</i>), ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Kiełki 4g , Herbata 250ml ,
<p>Wartości odżywcze: Energia: 3120.13 kcal; Białko ogółem: 106.78 g; białko zwierzęce: 68.34 g; Tłuszcz: 129.23 g; Węglowodany ogółem: 406.74 g; Sód: 8267.75 mg; Potas: 5444.18 mg; Magnez: 408.22 mg; Wapń: 1336.65 mg; Żelazo: 10.94 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1472.79 ug; Błonnik pokarmowy: 26.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 66.55 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.31 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.21 g; suma cukrów prostych: 105.08 g;</p>		
środa 2023-12-06 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 400g (<i>MLE, GLU</i>), chleb krojony mały 70g (<i>GLU, ŻYT</i>), chleb razowo-słonecznikowy 40g (<i>MLE, GLU, ŻYT</i>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), rukola 6g , Masło 15g (<i>MLE</i>), Kawa z mlekiem 250 ml (<i>MLE, GLU, ŻYT</i>),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (<i>SEL</i>), Potrawka mięsna 180g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 200g , szpinak na gęsto 150g , Kompot 200ml , Podwieczerek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały 70g (<i>GLU, ŻYT</i>), chleb razowo-słonecznikowy 40g (<i>MLE, GLU, ŻYT</i>), kielbasa krakowska drobiowa 40g (<i>GLU, SEL, SOJ, GOR</i>), pomidor 70g , Masło 15g (<i>MLE</i>), Herbata 250ml ,
<p>Wartości odżywcze: Energia: 2340.63 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; białko zwierzęce: 60.50 g; Tłuszcz: 91.69 g; Węglowodany ogółem: 307.47 g; Sód: 2354.10 mg; Potas: 4035.95 mg; Magnez: 384.44 mg; Wapń: 1211.91 mg; Żelazo: 12.65 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2179.39 ug; Błonnik pokarmowy: 25.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.80 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.25 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.69 g; suma cukrów prostych: 68.52 g;</p>		
środa 2023-12-06 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 400g (<i>MLE, GLU</i>), Wek krojony 50g (<i>GLU</i>), Bułka zwykła 50g 1szt (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), twaróg 50g (<i>MLE</i>), Miód 1szt. , rukola 6g , Kawa z mlekiem 250 ml (<i>MLE, GLU, ŻYT</i>),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (<i>SEL</i>), Potrawka mięsna 180g (<i>GLU, SEL</i>), szpinak na gęsto 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczerek: Sok warzywny 200ml ,	Chleb krojony mały 130g (<i>GLU, ŻYT</i>), kielbasa krakowska drobiowa 40g (<i>GLU, SEL, SOJ, GOR</i>), pomidor 70g , Masło 15g (<i>MLE</i>), Herbata 250ml ,
<p>Wartości odżywcze: Energia: 2168.39 kcal; Białko ogółem: 85.38 g; białko zwierzęce: 54.81 g; Tłuszcz: 75.18 g; Węglowodany ogółem: 303.87 g; Sód: 1796.99 mg; Potas: 3840.06 mg; Magnez: 315.45 mg; Wapń: 747.87 mg; Żelazo: 11.36 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2038.49 ug; Błonnik pokarmowy: 19.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.19 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.66 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.27 g; suma cukrów prostych: 70.15 g;</p>		
środa 2023-12-06 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOROZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 400g (<i>MLE, GLU</i>), chleb razowo-słonecznikowy 40g (<i>MLE, GLU, ŻYT</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), rukola 6g , Kawa z mlekiem 250 ml (<i>MLE, GLU, ŻYT</i>),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (<i>SEL</i>), Potrawka mięsna 180g (<i>GLU, SEL</i>), szpinak na gęsto 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczerek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały 70g (<i>GLU, ŻYT</i>), chleb razowo-słonecznikowy 40g (<i>MLE, GLU, ŻYT</i>), kielbasa krakowska drobiowa 40g (<i>GLU, SEL, SOJ, GOR</i>), pomidor 70g , Masło 15g (<i>MLE</i>), Herbata 250ml ,
<p>Wartości odżywcze: Energia: 2179.99 kcal; Białko ogółem: 89.87 g; białko zwierzęce: 60.44 g; Tłuszcz: 90.73 g; Węglowodany ogółem: 272.40 g; Sód: 2076.34 mg; Potas: 3948.91 mg; Magnez: 367.80 mg; Wapń: 1201.67 mg; Żelazo: 11.88 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2179.39 ug; Błonnik pokarmowy: 23.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.60 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.67 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.48 g; suma cukrów prostych: 67.88 g;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2023-12-06 Dieta: CUKRZYCOWA PODSTAWOWA - ZOL- PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLE, GLU), Wek krojony 50g (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt (GLU), Masło 15g (MLE), Kiełbasa krakowska drobiowa 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), jajko 1\2szt. (JAJ), rukola 6g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Wafelek,	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SEL), Potrawka mięsna 180g (GLU, SEL), kalfior z wody z masłem i bułka tarta 120g. (GLU), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), Kiełbasa kminkowa 30g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Serek topiony 17,5g (MLE), pomidor 70g, Masło 15g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2798.54 kcal; Białko ogółem: 99.52 g; białko zwierzęce: 64.51 g; Tłuszcz: 118.15 g; Węglowodany ogółem: 352.47 g; Sód: 2864.34 mg; Potas: 4056.49 mg; Magnez: 298.26 mg; Wapń: 779.28 mg; Żelazo: 11.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1296.76 ug; Błonnik pokarmowy: 20.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.04 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.49 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 46.65 g; suma cukrów prostych: 102.39 g;		
środa 2023-12-06 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLE, GLU), Wek krojony 50g (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt (GLU), Masło 15g (MLE), Kiełbasa krakowska drobiowa 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), jajko 1\2szt. (JAJ), rukola 6g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Wafelek,	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SEL), Potrawka mięsna 180g (GLU, SEL), kalfior z wody z masłem i bułka tarta 120g. (GLU), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), Kiełbasa kminkowa 30g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Serek topiony 17,5g (MLE), pomidor 70g, Masło 15g (MLE), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2798.54 kcal; Białko ogółem: 99.52 g; białko zwierzęce: 64.51 g; Tłuszcz: 118.15 g; Węglowodany ogółem: 352.47 g; Sód: 2864.34 mg; Potas: 4056.49 mg; Magnez: 298.26 mg; Wapń: 779.28 mg; Żelazo: 11.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1296.76 ug; Błonnik pokarmowy: 20.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.04 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.49 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 46.65 g; suma cukrów prostych: 102.39 g;		
czwartek 2023-12-07 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLE, GLU), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLE, GLU, ŻYT), Masło 15g (MLE), ogórki konserwowe 70g, Szynka luksusowa 30g (MLE, SEL, SOJ), pasztet z blachy 20g (MLE, GLU, JAJ, DWU, SOJ, GOR), Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLE, GLU, SEL, GOR), Sztuka mięsa 100g (MIĘ), Sos pietruszkowy 100g (MLE, GLU), Surówka z marchwi i jabłka 100g (MLE), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), Masło 15g (MLE), twaróg z koperkiem 70g (MLE), Herbata 250ml, Mix sałat 10g,
Wartości odżywcze: Energia: 3254.73 kcal; Białko ogółem: 115.23 g; białko zwierzęce: 71.01 g; Tłuszcz: 101.26 g; Węglowodany ogółem: 505.10 g; Sód: 8343.96 mg; Potas: 7533.62 mg; Magnez: 647.25 mg; Wapń: 830.43 mg; Żelazo: 15.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2524.23 ug; Błonnik pokarmowy: 40.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.46 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.35 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.38 g; suma cukrów prostych: 156.85 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2023-12-07 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (1,7) (MLE, GLU), Wek krojony 50g (1), (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt (GLU), Masło 15g (7) (MLE), pasztet z blachy 20g (MLE, GLU, JAJ, DWU, SOJ, GOR), Szyńka luksusowa 30g (MLE, SEL, SOJ), Jabłko 150g, Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa grysikowa 400g (1,9) (GLU, SEL), Sztuka mięsa 100g (MIĘ), Sos pietruszkowy 100g (MLE, GLU), sałatka z jarzyn gotowanych 100g (SEL), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Masło 15g (7) (MLE), twaróg z koperkiem 70g (7) (MLE), Mix sałat 10g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2967.36 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; białko zwierzęce: 70.20 g; Tłuszcz: 99.53 g; Węglowodany ogółem: 440.32 g; Sód: 4572.42 mg; Potas: 6325.08 mg; Magnez: 493.46 mg; Wapń: 744.57 mg; Żelazo: 12.06 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1924.92 ug; Błonnik pokarmowy: 31.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.71 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.75 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.59 g; suma cukrów prostych: 162.59 g;		
czwartek 2023-12-07 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (1,7) (MLE, GLU), chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLE, GLU, ŻYT), Masło 15g (7) (MLE), Szyńka luksusowa 30g (MLE, SEL, SOJ), pasztet z blachy 20g (MLE, GLU, JAJ, DWU, SOJ, GOR), ogórki konserwowe 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) (MLE, GLU, ŻYT),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLE, GLU, SEL, GOR), Sztuka mięsa 100g (MIĘ), Sos pietruszkowy 100g (MLE, GLU), Surówka z marchwi i jabłka 100g (MLE), ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	chleb krojony mały 70g (1,3,7) (GLU, ŻYT), chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLE, GLU, ŻYT), Masło 15g (7) (MLE), twaróg z koperkiem 70g (7) (MLE), Mix sałat 10g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3034.09 kcal; Białko ogółem: 109.05 g; białko zwierzęce: 70.92 g; Tłuszcz: 99.17 g; Węglowodany ogółem: 457.80 g; Sód: 7969.45 mg; Potas: 7384.08 mg; Magnez: 614.61 mg; Wapń: 813.19 mg; Żelazo: 14.38 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2524.23 ug; Błonnik pokarmowy: 36.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.12 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.06 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 36.94 g; suma cukrów prostych: 155.86 g;		
czwartek 2023-12-07 Dieta: CUKRZYCOWA/PODSTAWOWA - ZOL- PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (1,7) (MLE, GLU), Wek krojony 50g (1), (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt (GLU), Masło 15g (7) (MLE), ogórki konserwowe 70g, Szyńka luksusowa 30g (MLE, SEL, SOJ), Jogurt naturalny 1szt (MLE), Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Drożdżówka 1szt. (MLE, GLU, JAJ),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLE, GLU, SEL, GOR), Sztuka mięsa 100g (MIĘ), Sos pietruszkowy 100g (MLE, GLU), Surówka z marchwi i jabłka 100g (MLE), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Masło 15g (7) (MLE), twaróg z koperkiem 50g (MLE), Wieprzowinka w galarecie 30g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Mix sałat 10g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3339.07 kcal; Białko ogółem: 118.82 g; białko zwierzęce: 78.33 g; Tłuszcz: 109.48 g; Węglowodany ogółem: 497.73 g; Sód: 7903.31 mg; Potas: 7586.19 mg; Magnez: 591.35 mg; Wapń: 984.82 mg; Żelazo: 14.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2482.23 ug; Błonnik pokarmowy: 33.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.97 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.18 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.29 g; suma cukrów prostych: 172.61 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2023-12-07 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĆCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (1,7) (MLE, GLU), Wek krojony 50g (1), (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt (GLU), Masło 15g (7) (MLE), ogórki konserwowe 70g, Szyńska luksusowa 30g (MLE, SEL, SOJ), Jogurt naturalny 1szt (MLE), Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Drożdżówka 1szt. (MLE, GLU, JAJ),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLE, GLU, SEL, GOR), Sztuka mięsa 100g (MIĘ), Sos pietruszkowy 100g (MLE, GLU), Surówka z marchwi i jabłka 100g (MLE), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Masło 15g (7) (MLE), twaróg z koperkiem 50g (MLE), Wieprzowinka w galarecie 30g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Mix sałat 10g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3339.07 kcal; Białko ogółem: 118.82 g; białko zwierzęce: 78.33 g; Tłuszcz: 109.48 g; Węglowodany ogółem: 497.73 g; Sód: 7903.31 mg; Potas: 7586.19 mg; Magnez: 591.35 mg; Wapń: 984.82 mg; Żelazo: 14.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2482.23 ug; Błonnik pokarmowy: 33.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.97 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.18 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.29 g; suma cukrów prostych: 172.61 g;		
piątek 2023-12-08 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLE), chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLE, GLU, ŻYT), chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Masło 15g (MLE), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), pomidor 70g, ser żółty 30g (MLE), Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (MLE, GLU, SEL, GOR), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło 10g + makaron 180g) (MLE, GLU, JAJ), Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko 150g,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLE, GLU, ŻYT), Masło 15g (MLE), pasta z konserwy rybnej 50g (JAJ), Serek topiony 17,5g (MLE), sałata zielona (1 lub 2 listki), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2624.28 kcal; Białko ogółem: 99.76 g; białko zwierzęce: 67.00 g; Tłuszcz: 93.72 g; Węglowodany ogółem: 365.32 g; Sód: 2776.24 mg; Potas: 2907.04 mg; Magnez: 284.47 mg; Wapń: 1068.70 mg; Żelazo: 11.21 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1439.43 ug; Błonnik pokarmowy: 22.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.77 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.86 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.94 g; suma cukrów prostych: 103.70 g;		
piątek 2023-12-08 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLE), Wek krojony 50g (GLU), Bułka zwykła 50g 1szt (GLU), Masło 15g (MLE), Dżem 50g, Kielbasa krakowska 30g (GLU, SEL, SOJ, GOR), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło 10g + makaron 180g) (MLE, GLU, JAJ), Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko 150g,	Chleb krojony mały 130g (GLU, ŻYT), Masło 15g (MLE), Szyńska luksusowa 40g (MLE, SEL, SOJ), sałata zielona (1 lub 2 listki), Herbata 250ml, mleko 200ml (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2474.40 kcal; Białko ogółem: 89.90 g; białko zwierzęce: 58.29 g; Tłuszcz: 73.49 g; Węglowodany ogółem: 378.32 g; Sód: 3784.50 mg; Potas: 3287.87 mg; Magnez: 263.05 mg; Wapń: 937.54 mg; Żelazo: 8.30 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1032.60 ug; Błonnik pokarmowy: 18.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.92 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 6.89 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.66 g; suma cukrów prostych: 130.10 g;		
piątek 2023-12-08 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLE), chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLE, GLU, ŻYT), Masło 15g (MLE), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), ser żółty 30g (MLE), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT),	zupa jarmużowa z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło 10g + makaron 180g) (MLE, GLU, JAJ), Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko 150g,	chleb krojony mały 70g (GLU, ŻYT), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLE, GLU, ŻYT), Masło 15g (MLE), pasta z konserwy rybnej 50g (JAJ), Szyńska luksusowa 30g (MLE, SEL, SOJ), sałata zielona (1 lub 2 listki), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2524.43 kcal; Białko ogółem: 100.85 g; białko zwierzęce: 69.66 g; Tłuszcz: 89.14 g; Węglowodany ogółem: 349.05 g; Sód: 1897.58 mg; Potas: 3132.09 mg; Magnez: 292.11 mg; Wapń: 988.66 mg; Żelazo: 11.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1260.30 ug; Błonnik pokarmowy: 21.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.33 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.25 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.45 g; suma cukrów prostych: 102.56 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2023-12-08		
Dieta: CUKRZYCOWA\PODSTAWOWA - ZOL- PYSKOWICE		
chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Bułka zwykła50g 1szt (GLU), Masło 15g (MLE), Jajecznic(2szt.) (JAJ), ser żółty30g (MLE), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (MLE),	zupa jarzynowa z ziemniakami400ml . (MLE, GLU, SEL, GOR), Naleśniki z serem 3szt. (MLE, GLU, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel ,	chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Masło 15g (MLE), Kielbasa krakowska30g (GLU, SEL, SOJ, GOR), sałata zielona (1 lub 2 listki) , pasta z konserwy rybnej 50g (JAJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2760.67 kcal; Białko ogółem: 131.24 g; białko zwierzęce: 96.93 g; Tłuszcz: 104.35 g; Węglowodany ogółem: 337.65 g; Sód: 4321.62 mg; Potas: 3170.14 mg; Magnez: 266.41 mg; Wapń: 1129.56 mg; Żelazo: 13.57 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1677.49 ug; Błonnik pokarmowy: 16.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.52 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.43 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.07 g; suma cukrów prostych: 73.85 g;		
piątek 2023-12-08		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAÇA		
chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Bułka zwykła50g 1szt (GLU), Masło 15g (MLE), Jajecznic(2szt.) (JAJ), ser żółty30g (MLE), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU, ŻYT), II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (MLE),	zupa jarzynowa z ziemniakami400ml . (MLE, GLU, SEL, GOR), Naleśniki z serem 3szt. (MLE, GLU, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel ,	chleb krojony mały70g (GLU, ŻYT), Masło 15g (MLE), Kielbasa krakowska30g (GLU, SEL, SOJ, GOR), sałata zielona (1 lub 2 listki) , pasta z konserwy rybnej 50g (JAJ), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2760.67 kcal; Białko ogółem: 131.24 g; białko zwierzęce: 96.93 g; Tłuszcz: 104.35 g; Węglowodany ogółem: 337.65 g; Sód: 4321.62 mg; Potas: 3170.14 mg; Magnez: 266.41 mg; Wapń: 1129.56 mg; Żelazo: 13.57 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1677.49 ug; Błonnik pokarmowy: 16.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.52 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.43 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.07 g; suma cukrów prostych: 73.85 g;		

Dietetyk

.....