

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wędzonka Jana40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidor40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa jarzynowa z ziemniakami400ml . (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Łazanki 300g (GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Drożdżówka1szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ),	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z kiełbasy i jajka100g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki13g , Ogórek zielony60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2480.97 kcal; Białko ogółem: 90.53 g; białko zwierzęce: 48.71 g; Tłuszcz: 89.30 g; Węglowodany ogółem: 355.65 g; Sód: 1982.27 mg; Potas: 3660.83 mg; Magnez: 338.70 mg; Wapń: 555.18 mg; Żelazo: 13.26 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1107.67 ug; Błonnik pokarmowy: 29.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.89 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.79 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.22 g; suma cukrów prostych: 70.38 g;		
sobota 2024-03-16		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Wędzonka Jana40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidor40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa jarzynowa 400ml -bez brokuła (MLEKO, GLUTEN, SELER), schab duszony100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Drożdżówka1szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Miód1szt. , Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Kiełki13g , Pomidor60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2824.28 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; białko zwierzęce: 88.71 g; Tłuszcz: 106.39 g; Węglowodany ogółem: 364.96 g; Sód: 2180.94 mg; Potas: 5460.96 mg; Magnez: 354.05 mg; Wapń: 650.16 mg; Żelazo: 12.62 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2894.41 ug; Błonnik pokarmowy: 24.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.98 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.53 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.83 g; suma cukrów prostych: 79.71 g;		
sobota 2024-03-16		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wędzonka Jana40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidor40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), schab duszony100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko50g ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z kiełbasy i jajka100g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki13g , Ogórek zielony60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2627.31 kcal; Białko ogółem: 123.19 g; białko zwierzęce: 92.12 g; Tłuszcz: 113.81 g; Węglowodany ogółem: 304.21 g; Sód: 2170.18 mg; Potas: 5325.48 mg; Magnez: 391.82 mg; Wapń: 492.26 mg; Żelazo: 13.52 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2877.95 ug; Błonnik pokarmowy: 27.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.59 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.36 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 45.58 g; suma cukrów prostych: 68.70 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
sobota 2024-03-16		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Wędzonka Jana 40g, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Pomidor 40g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Drożdżówka 1szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z kiełbasy i jajka 100g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki 13g, Ogórek zielony 60g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2929.91 kcal; Białko ogółem: 126.54 g; białko zwierzęce: 94.02 g; Tłuszcz: 120.65 g; Węglowodany ogółem: 358.37 g; Sód: 2123.93 mg; Potas: 5398.63 mg; Magnez: 337.52 mg; Wapń: 512.51 mg; Żelazo: 13.59 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2982.95 ug; Błonnik pokarmowy: 25.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.10 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.94 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 49.42 g; suma cukrów prostych: 100.73 g;		
niedziela 2024-03-17		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynka luksusowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA), pomidor 50g, Mix sałat 13g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Sałatka z kapusty czerwonej 120g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO), ciastka kruche 30g (MLEKO, GLUTEN),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszyński 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Musztarda 20g (GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Rzodkiewka 40g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2808.56 kcal; Białko ogółem: 106.85 g; białko zwierzęce: 63.67 g; Tłuszcz: 118.10 g; Węglowodany ogółem: 357.42 g; Sód: 3033.62 mg; Potas: 4834.01 mg; Magnez: 406.63 mg; Wapń: 693.28 mg; Żelazo: 13.76 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 918.31 ug; Błonnik pokarmowy: 30.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.40 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.54 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 46.87 g; suma cukrów prostych: 75.86 g;		
niedziela 2024-03-17		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), szynka luksusowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA), pomidor 50g, Mix sałat 13g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Sałatka z jarzyn gotowanych 120g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO), ciastka kruche 30g (MLEKO, GLUTEN),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszyński 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Pomidor 40g,
Wartości odżywcze: Energia: 2391.28 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; białko zwierzęce: 63.59 g; Tłuszcz: 107.18 g; Węglowodany ogółem: 281.79 g; Sód: 2820.25 mg; Potas: 4464.98 mg; Magnez: 291.74 mg; Wapń: 598.52 mg; Żelazo: 10.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2338.11 ug; Błonnik pokarmowy: 22.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.64 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.81 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.77 g; suma cukrów prostych: 73.65 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
nieдіala 2024-03-17		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynka luksusowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA), pomidor 50g, Mix sałat 13g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Sałatka z kapusty czerwonej 120g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszyński 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Musztarda 20g (GORCZYCA), Rzodkiewka 40g, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2457.42 kcal; Białko ogółem: 99.62 g; białko zwierzęce: 64.04 g; Tłuszcz: 109.43 g; Węglowodany ogółem: 292.70 g; Sód: 3039.07 mg; Potas: 4686.87 mg; Magnez: 374.19 mg; Wapń: 707.84 mg; Żelazo: 12.26 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 852.91 ug; Błonnik pokarmowy: 26.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.01 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.59 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.85 g; suma cukrów prostych: 68.42 g;		
nieдіala 2024-03-17		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), szynka luksusowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA), Mix sałat 13g, pomidor 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: kiwi 1szt. ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Ziemniaki gotowane 200g, sałata z kapusty czerwonej 100g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO), ciastka kruche 30g (MLEKO, GLUTEN),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszyński 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Rzodkiewka 40g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2600.72 kcal; Białko ogółem: 99.16 g; białko zwierzęce: 63.63 g; Tłuszcz: 113.07 g; Węglowodany ogółem: 316.64 g; Sód: 3148.42 mg; Potas: 4679.02 mg; Magnez: 307.59 mg; Wapń: 645.48 mg; Żelazo: 11.36 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 938.21 ug; Błonnik pokarmowy: 22.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.24 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.85 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 45.92 g; suma cukrów prostych: 73.24 g;		
poniedziałek 2024-03-18		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g, ogórek kiszony 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grycikowa 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), buraki 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Deser budyniowy 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Sałatka z rukoli i pomidora 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2948.82 kcal; Białko ogółem: 120.68 g; białko zwierzęce: 75.21 g; Tłuszcz: 104.36 g; Węglowodany ogółem: 410.78 g; Sód: 2127.13 mg; Potas: 5107.75 mg; Magnez: 466.52 mg; Wapń: 782.83 mg; Żelazo: 17.38 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1022.56 ug; Błonnik pokarmowy: 32.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.63 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 22.36 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 70.17 g; suma cukrów prostych: 89.66 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-18		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g, pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), buraki 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt.,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg 70g (MLEKO), Sałatka z rukoli i pomidora 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2387.86 kcal; Białko ogółem: 107.26 g; białko zwierzęce: 75.64 g; Tłuszcz: 92.11 g; Węglowodany ogółem: 300.64 g; Sód: 1532.03 mg; Potas: 4753.84 mg; Magnez: 343.36 mg; Wapń: 749.92 mg; Żelazo: 12.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 869.46 ug; Błonnik pokarmowy: 20.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.04 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.10 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 66.27 g; suma cukrów prostych: 86.68 g;		
poniedziałek 2024-03-18		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), ogórek kiszony 70g,	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), buraki 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Mandarynka (1szt.),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Sałatka z rukoli i pomidora 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2521.06 kcal; Białko ogółem: 110.66 g; białko zwierzęce: 75.06 g; Tłuszcz: 93.04 g; Węglowodany ogółem: 337.76 g; Sód: 2220.88 mg; Potas: 5119.89 mg; Magnez: 453.76 mg; Wapń: 791.67 mg; Żelazo: 16.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1038.56 ug; Błonnik pokarmowy: 30.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.27 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 20.53 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.86 g; suma cukrów prostych: 95.35 g;		
poniedziałek 2024-03-18		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g, pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mandarynka 100g,	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), buraki 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt.,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), Twarożek z tuńczykiem i szczypiorkiem 90g (MLEKO), Sałatka z rukoli i pomidora 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2716.46 kcal; Białko ogółem: 112.81 g; białko zwierzęce: 75.05 g; Tłuszcz: 100.29 g; Węglowodany ogółem: 367.04 g; Sód: 1748.94 mg; Potas: 5244.74 mg; Magnez: 444.96 mg; Wapń: 789.12 mg; Żelazo: 15.46 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1139.56 ug; Błonnik pokarmowy: 29.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.49 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.45 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 69.97 g; suma cukrów prostych: 93.87 g;		
wtorek 2024-03-19		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g, Twaróg 70g (MLEKO), Mix sałat 13g, Pomidor 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), szpinak na gęsto 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Wafelek 42g (1szt.),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka beskidzka 40g, papryka czerwona 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3360.42 kcal; Białko ogółem: 111.60 g; białko zwierzęce: 53.57 g; Tłuszcz: 119.14 g; Węglowodany ogółem: 495.93 g; Sód: 1219.76 mg; Potas: 5320.39 mg; Magnez: 485.75 mg; Wapń: 935.33 mg; Żelazo: 16.27 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2626.42 ug; Błonnik pokarmowy: 38.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.40 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.69 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 40.36 g; suma cukrów prostych: 125.52 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
wtorek 2024-03-19		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g , Twaróg 70g (MLEKO), Mix sałat 13g , Pomidor 50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), szpinak na gęsto 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Wafelek 42g(1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka beskidzka 40g , pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2842.56 kcal; Białko ogółem: 96.89 g; białko zwierzęce: 53.42 g; Tłuszcz: 113.02 g; Węglowodany ogółem: 383.10 g; Sód: 1005.06 mg; Potas: 4879.68 mg; Magnez: 364.79 mg; Wapń: 879.42 mg; Żelazo: 12.64 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2355.42 ug; Błonnik pokarmowy: 25.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.80 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.94 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.71 g; suma cukrów prostych: 123.31 g;		
wtorek 2024-03-19		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg 70g (MLEKO), Szyńka drobiowa 40g , Mix sałat 13g , Pomidor 50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Sos koperkowy 100g (GLUTEN), Sałatka z kapusty białej 150g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka beskidzka 40g , papryka czerwona 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2585.96 kcal; Białko ogółem: 103.18 g; białko zwierzęce: 59.98 g; Tłuszcz: 100.78 g; Węglowodany ogółem: 349.80 g; Sód: 1610.13 mg; Potas: 5459.81 mg; Magnez: 426.39 mg; Wapń: 1019.03 mg; Żelazo: 11.34 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1583.94 ug; Błonnik pokarmowy: 34.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.55 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.90 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.43 g; suma cukrów prostych: 78.69 g;		
wtorek 2024-03-19		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g , Twaróg 70g (MLEKO), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Mix sałat 13g , Pomidor 50g , II Sniadanie: Banan 1szt ,	Zupa ziemniaczana 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), szpinak na gęsto 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Wafelek ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka beskidzka 40g , papryka czerwona 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3390.16 kcal; Białko ogółem: 102.78 g; białko zwierzęce: 53.42 g; Tłuszcz: 114.86 g; Węglowodany ogółem: 518.04 g; Sód: 1006.76 mg; Potas: 7072.08 mg; Magnez: 553.59 mg; Wapń: 915.82 mg; Żelazo: 14.91 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2684.42 ug; Błonnik pokarmowy: 35.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.52 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.39 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.89 g; suma cukrów prostych: 186.30 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
środa 2024-03-20 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek kiszony 60g, kielki 7g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), Potrawka mięsna 180g (GLUTEN, SELER), Ziemniaki gotowane 200g, Sałatka colesław 150g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Mus owocowy 200g,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasztet z blachy 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej 70g, ogórek kiszony 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2864.83 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; białko zwierzęce: 59.13 g; Tłuszcz: 122.55 g; Węglowodany ogółem: 376.00 g; Sód: 2466.54 mg; Potas: 4282.77 mg; Magnez: 389.26 mg; Wapń: 740.07 mg; Żelazo: 12.38 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1332.13 ug; Błonnik pokarmowy: 32.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.94 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.71 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 46.12 g; suma cukrów prostych: 100.86 g;		
środa 2024-03-20 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 60g, kielki 7g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), Potrawka mięsna 180g (GLUTEN, SELER), marchewka oprószana 150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Mus owocowy 200g,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasztet z blachy 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2498.74 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; białko zwierzęce: 59.05 g; Tłuszcz: 122.96 g; Węglowodany ogółem: 286.08 g; Sód: 1515.85 mg; Potas: 4110.30 mg; Magnez: 285.82 mg; Wapń: 695.19 mg; Żelazo: 10.07 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3562.93 ug; Błonnik pokarmowy: 25.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.09 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.64 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 47.33 g; suma cukrów prostych: 69.79 g;		
środa 2024-03-20 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOROZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek kiszony 60g, kielki 7g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), Potrawka mięsna 180g (GLUTEN, SELER), Sałatka colesław 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Mandarynka (1szt.),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasztet z blachy 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2760.39 kcal; Białko ogółem: 92.34 g; białko zwierzęce: 59.09 g; Tłuszcz: 122.54 g; Węglowodany ogółem: 348.44 g; Sód: 2383.99 mg; Potas: 4206.43 mg; Magnez: 381.42 mg; Wapń: 726.93 mg; Żelazo: 11.49 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1338.13 ug; Błonnik pokarmowy: 27.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.89 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.81 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 46.16 g; suma cukrów prostych: 103.59 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-20		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek kiszony 60g, kielki 7g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mandarynka (1szt.),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), Potrawka mięsna 180g (GLUTEN, SELER), marchewka oprószana 150g (GLUTEN), ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt.,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasztet z blachy 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2603.64 kcal; Białko ogółem: 86.26 g; białko zwierzęce: 59.05 g; Tłuszcz: 132.78 g; Węglowodany ogółem: 286.12 g; Sód: 1641.25 mg; Potas: 3931.30 mg; Magnez: 280.82 mg; Wapń: 688.09 mg; Żelazo: 9.28 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3507.03 ug; Błonnik pokarmowy: 19.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.07 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.55 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 82.34 g; suma cukrów prostych: 78.46 g;		
czwartek 2024-03-21		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka Ojca Grzegorza 40g, ogórki konserwowe 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Sztuka mięsa 100g (MIĘSO WIEP), Sos pietruszkowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Kapusta kiszona zasmażana 120g (GLUTEN), Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Galaretką 1szt.,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3591.96 kcal; Białko ogółem: 121.33 g; białko zwierzęce: 73.39 g; Tłuszcz: 131.92 g; Węglowodany ogółem: 509.70 g; Sód: 4329.70 mg; Potas: 4259.32 mg; Magnez: 437.82 mg; Wapń: 834.32 mg; Żelazo: 14.76 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 723.11 ug; Błonnik pokarmowy: 34.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.99 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 24.99 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 54.91 g; suma cukrów prostych: 120.99 g;		
czwartek 2024-03-21		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pomidor 70g, Szyńka Ojca Grzegorza 40g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), Sztuka mięsa 100g (MIĘSO WIEP), Sos pietruszkowy 100g (MLEKO, GLUTEN), sałatka z jarzyn gotowanych 100g (SELER), Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Galaretką 1szt.,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2802.67 kcal; Białko ogółem: 103.16 g; białko zwierzęce: 72.97 g; Tłuszcz: 109.27 g; Węglowodany ogółem: 369.57 g; Sód: 4094.56 mg; Potas: 2955.16 mg; Magnez: 283.31 mg; Wapń: 735.95 mg; Żelazo: 9.74 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1811.88 ug; Błonnik pokarmowy: 20.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.25 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.70 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 45.03 g; suma cukrów prostych: 114.06 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
czwartek 2024-03-21		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), ogórki konserwowe 70g, Szynka Ojca Grzegorza 40g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Sztuka mięsa 100g (MIĘSO WIEP), Sos pietruszkowy 100g (MLEKO, GLUTEN), surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), Kapusta kiszona zasmażana 120g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2718.44 kcal; Białko ogółem: 109.78 g; białko zwierzęce: 73.24 g; Tłuszcz: 130.53 g; Węglowodany ogółem: 306.61 g; Sód: 5069.83 mg; Potas: 4532.87 mg; Magnez: 413.84 mg; Wapń: 915.65 mg; Żelazo: 12.83 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1238.46 ug; Błonnik pokarmowy: 31.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.51 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 24.03 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 55.07 g; suma cukrów prostych: 83.72 g;		
czwartek 2024-03-21		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pomidor 70g, Szynka Ojca Grzegorza 40g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Sniadanie: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Sztuka mięsa 100g (MIĘSO WIEP), Sos pietruszkowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SELER), Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Galaretki 1szt.,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2953.10 kcal; Białko ogółem: 110.95 g; białko zwierzęce: 76.83 g; Tłuszcz: 107.70 g; Węglowodany ogółem: 407.99 g; Sód: 3803.79 mg; Potas: 4314.66 mg; Magnez: 354.66 mg; Wapń: 921.06 mg; Żelazo: 11.94 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2118.91 ug; Błonnik pokarmowy: 26.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.80 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.22 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 44.46 g; suma cukrów prostych: 127.22 g;		
piątek 2024-03-22		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), Ser żółty 40g (MLEKO), kiełki 7g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło 10g + makaron 180g) (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kiełbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g), ogórek zielony 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3457.18 kcal; Białko ogółem: 123.40 g; białko zwierzęce: 72.37 g; Tłuszcz: 97.57 g; Węglowodany ogółem: 553.11 g; Sód: 1877.03 mg; Potas: 5670.73 mg; Magnez: 548.43 mg; Wapń: 1144.43 mg; Żelazo: 15.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1441.67 ug; Błonnik pokarmowy: 37.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.75 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.42 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.32 g; suma cukrów prostych: 140.32 g;		

