

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-04-13		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg70g(7) (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g(1,9) (GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), marchewka oprószana150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko 150g ,	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka beskidzka 40g , kiełki7g , Ogórek zielony60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2393.34 kcal; Białko ogółem: 92.83 g; białko zwierzęce: 56.76 g; Tłuszcz: 98.14 g; Węglowodany ogółem: 311.82 g; Sód: 2471.72 mg; Potas: 4258.53 mg; Magnez: 303.79 mg; Wapń: 465.66 mg; Żelazo: 9.77 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2864.97 ug; Błonnik pokarmowy: 27.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.61 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.63 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.37 g; suma cukrów prostych: 90.04 g;		
sobota 2024-04-13		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Twaróg70g (MLEKO), pomidor 70g , Szynka bartnika 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa krupnik z ziemniakami 400g(1,9) (GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), marchewka oprószana150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka beskidzka 40g , pasta z jajka i twarogu ze szczypiorkiem80g (MLEKO, GORCZYCA), kiełki7g , Ogórek zielony60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2546.28 kcal; Białko ogółem: 110.23 g; białko zwierzęce: 75.23 g; Tłuszcz: 109.52 g; Węglowodany ogółem: 302.09 g; Sód: 2546.77 mg; Potas: 4311.48 mg; Magnez: 275.88 mg; Wapń: 499.91 mg; Żelazo: 9.05 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2900.17 ug; Błonnik pokarmowy: 22.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.27 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.88 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 68.61 g; suma cukrów prostych: 91.77 g;		
niedziela 2024-04-14		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Serek topiony 50g (MLEKO), Rukola13g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), udko z kurczaka duszone180g (GLUTEN), Sałatka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Biszkopty , Podwieczorek: Wafelek ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynka gotowana40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek kiszony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3157.98 kcal; Białko ogółem: 117.26 g; białko zwierzęce: 79.09 g; Tłuszcz: 143.35 g; Węglowodany ogółem: 373.65 g; Sód: 2209.84 mg; Potas: 4475.43 mg; Magnez: 347.38 mg; Wapń: 747.95 mg; Żelazo: 13.77 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 781.96 ug; Błonnik pokarmowy: 26.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.98 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 22.25 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 57.96 g; suma cukrów prostych: 103.65 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-04-15 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Dżem porcja 1szt. 25g, szynkowa drobiowa40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, kielki7g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), gulasz drobiowy(120g+80g) (GLUTEN), Sałatka colesław150g, Makaron razowy świderk 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), Kielbasa kminkowa30g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g, Ogórek kiszony60g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2782.70 kcal; Białko ogółem: 111.80 g; białko zwierzęce: 70.83 g; Tłuszcz: 85.62 g; Węglowodany ogółem: 415.34 g; Sód: 3410.11 mg; Potas: 3998.71 mg; Magnez: 409.78 mg; Wapń: 733.39 mg; Żelazo: 14.11 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 842.49 ug; Błonnik pokarmowy: 28.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.31 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.61 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.13 g; suma cukrów prostych: 116.05 g;		
poniedziałek 2024-04-15 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka drobiowa40g, pomidor 70g, dżem 2szt., kielki7g, Pomidor60g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), gulasz drobiowy(120g+80g) (GLUTEN), marchewka oprószana150g (GLUTEN), Makaron razowy świderk 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Kielbasa kminkowa50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g, Pomidor60g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2339.95 kcal; Białko ogółem: 92.24 g; białko zwierzęce: 60.30 g; Tłuszcz: 78.94 g; Węglowodany ogółem: 334.17 g; Sód: 2857.83 mg; Potas: 3900.88 mg; Magnez: 297.56 mg; Wapń: 669.42 mg; Żelazo: 10.21 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3160.13 ug; Błonnik pokarmowy: 21.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.90 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.48 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.46 g; suma cukrów prostych: 97.60 g;		
poniedziałek 2024-04-15 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka drobiowa30g, Pomidor60g, Serek topiony 17,5g (MLEKO), kielki7g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Żurek 400g(1,) (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), gulasz drobiowy(120g+80g) (GLUTEN), sałatka colesław100g, Kompot 200ml, ziemniaki z koperkiem 200g, Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g,	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), Kielbasa kminkowa50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g, Herbata 250ml, Ogórek kiszony60g,
Wartości odżywcze: Energia: 2682.57 kcal; Białko ogółem: 108.73 g; białko zwierzęce: 73.83 g; Tłuszcz: 95.09 g; Węglowodany ogółem: 374.58 g; Sód: 3716.84 mg; Potas: 5285.17 mg; Magnez: 461.82 mg; Wapń: 770.00 mg; Żelazo: 14.56 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 841.05 ug; Błonnik pokarmowy: 29.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.92 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.57 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.82 g; suma cukrów prostych: 99.51 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-04-15 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka drobiowa 30g, pomidor 70g, dżem 2szt., kielki 7g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	zupa jarzynowa 400ml (1,7,9)-bez brokuła (MLEKO, GLUTEN, SELER), gulasz drobiowy(80g+80g)(1,7) (GLUTEN), marchewka oprószana 150g (GLUTEN), Makaron razowy świderk 200g, sałatka colesław 100g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Kiełbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Mix sałat 13g, Herbata 250ml, Ogórek kiszony 60g,
Wartości odżywcze: Energia: 2732.57 kcal; Białko ogółem: 109.52 g; białko zwierzęce: 74.67 g; Tłuszcz: 92.58 g; Węglowodany ogółem: 385.54 g; Sód: 2713.36 mg; Potas: 4026.28 mg; Magnez: 329.98 mg; Wapń: 876.32 mg; Żelazo: 12.76 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3342.56 ug; Błonnik pokarmowy: 23.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.47 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.28 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.03 g; suma cukrów prostych: 126.29 g;		
wtorek 2024-04-16 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400ml. (MLEKO), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 80g (MLEKO), Szynka Ojca Grzegorza 40g, sałata zielona 13g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Papryka czerwona 60g,	Zupa grochówka 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, ROŚ, GORCZYCA), Sztuka mięsa 100g (MIĘSO WIEP), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), buraki 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kiełbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z pomidora i rukoli 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3605.44 kcal; Białko ogółem: 152.29 g; białko zwierzęce: 89.42 g; Tłuszcz: 104.83 g; Węglowodany ogółem: 569.66 g; Sód: 4718.32 mg; Potas: 8946.29 mg; Magnez: 726.88 mg; Wapń: 1002.27 mg; Żelazo: 21.81 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1084.20 ug; Błonnik pokarmowy: 50.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.68 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.32 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.23 g; suma cukrów prostych: 161.38 g;		
wtorek 2024-04-16 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400ml.(7) (MLEKO), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem 80g (MLEKO), Szynka Ojca Grzegorza 40g, sałata zielona 13g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Pomidor 60g,	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), Sztuka mięsa 100g (MIĘSO WIEP), Sos koperkowy 100g(1,7,) (GLUTEN), buraki 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), kiełbasa szynkowa 40g(6,7,9,10) (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z pomidora i rukoli 70g, Wek krojony 50g (GLUTEN), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2961.53 kcal; Białko ogółem: 123.62 g; białko zwierzęce: 88.35 g; Tłuszcz: 97.04 g; Węglowodany ogółem: 422.75 g; Sód: 4451.08 mg; Potas: 7192.99 mg; Magnez: 510.06 mg; Wapń: 913.77 mg; Żelazo: 15.29 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 834.20 ug; Błonnik pokarmowy: 29.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.68 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.22 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.96 g; suma cukrów prostych: 157.54 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-16		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g(7) (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem 80g (MLEKO), Szynka Ojca Grzegorza 40g, sałata zielona 13g, Papryka czerwona 60g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), Sztuka mięsa 100g (MIĘSO WIEP), Sos koperkowy 100g(1,7,) (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g, buraki 150g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), kiełbasa szynkowa 40g(6,7,9,10) (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z pomidora i rukoli 70g, Herbata 250ml
Wartości odżywcze: Energia: 3127.58 kcal; Białko ogółem: 126.73 g; białko zwierzęce: 85.00 g; Tłuszcz: 100.09 g; Węglowodany ogółem: 463.89 g; Sód: 4690.68 mg; Potas: 7367.94 mg; Magnez: 599.06 mg; Wapń: 834.12 mg; Żelazo: 17.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1038.10 ug; Błonnik pokarmowy: 39.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.80 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.34 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.73 g; suma cukrów prostych: 153.50 g;		
wtorek 2024-04-16		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400ml.(7) (MLEKO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem 50g (MLEKO), Szynka Ojca Grzegorza 40g, sałata zielona 13g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Papryka czerwona 60g, II Śniadanie: Sok warzywny 200ml,	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), Kotlet drobiowy 120g (GLUTEN, JAJ), buraki 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Kiełbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty 40g (MLEKO), Sałatka z pomidora i rukoli 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2888.88 kcal; Białko ogółem: 121.26 g; białko zwierzęce: 87.16 g; Tłuszcz: 89.16 g; Węglowodany ogółem: 427.64 g; Sód: 2131.26 mg; Potas: 7187.74 mg; Magnez: 532.82 mg; Wapń: 1220.67 mg; Żelazo: 14.88 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1331.00 ug; Błonnik pokarmowy: 32.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.58 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.50 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.47 g; suma cukrów prostych: 156.69 g;		
środa 2024-04-17		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), kiełki 7g, Ogórek zielony 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gulasz wieprzowy(100g +100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto 150g, Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka krucha 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g, Rzodkiewka 60g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2872.55 kcal; Białko ogółem: 122.53 g; białko zwierzęce: 84.45 g; Tłuszcz: 121.04 g; Węglowodany ogółem: 351.12 g; Sód: 2507.52 mg; Potas: 3849.31 mg; Magnez: 427.54 mg; Wapń: 888.28 mg; Żelazo: 16.51 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1963.96 ug; Błonnik pokarmowy: 29.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.23 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.64 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 45.49 g; suma cukrów prostych: 79.54 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-04-17 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), kielki 7g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa Brokułowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gulasz wieprzowy (100g + 100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto 150g, Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka krucha 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g, Rzodkiewka 60g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2573.69 kcal; Białko ogółem: 118.55 g; białko zwierzęce: 87.27 g; Tłuszcz: 107.21 g; Węglowodany ogółem: 302.78 g; Sód: 2393.91 mg; Potas: 3655.24 mg; Magnez: 342.50 mg; Wapń: 865.94 mg; Żelazo: 14.43 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2045.16 ug; Błonnik pokarmowy: 21.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.06 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.87 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.08 g; suma cukrów prostych: 78.71 g;		
środa 2024-04-17 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), chleb razowo-słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), kielki 7g, Ogórek zielony 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gulasz wieprzowy (100g + 100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto 150g, Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek naturalny 150g,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka krucha 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g, Rzodkiewka 60g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2871.91 kcal; Białko ogółem: 109.75 g; białko zwierzęce: 77.76 g; Tłuszcz: 151.86 g; Węglowodany ogółem: 292.92 g; Sód: 2860.77 mg; Potas: 3663.77 mg; Magnez: 394.90 mg; Wapń: 841.04 mg; Żelazo: 15.29 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2290.96 ug; Błonnik pokarmowy: 26.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 73.41 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.85 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 53.10 g; suma cukrów prostych: 67.75 g;		
środa 2024-04-17 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Kielki 13g, Ogórek zielony 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mus owocowy 200g,	Zupa Brokułowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gulasz wieprzowy (100g + 100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto 150g, surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka krucha 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Rzodkiewka 60g, Mix sałat 13g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2737.04 kcal; Białko ogółem: 125.50 g; białko zwierzęce: 89.63 g; Tłuszcz: 113.77 g; Węglowodany ogółem: 333.14 g; Sód: 3048.37 mg; Potas: 4209.72 mg; Magnez: 395.58 mg; Wapń: 1092.84 mg; Żelazo: 15.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2371.66 ug; Błonnik pokarmowy: 32.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.02 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.54 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 44.20 g; suma cukrów prostych: 84.77 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-04-18		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Szynka Ojca Grzegorza40g , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), kotlet mielony 100g (GLUTEN, JAJ), marchewka oprószana150g (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasztet z blachy80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK , SOJA, GORCZYCA), Kiełki 4g , ogórek kiszony 70g , Kiełbasa kminkowa50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3062.10 kcal; Białko ogółem: 102.75 g; białko zwierzęce: 60.28 g; Tłuszcz: 135.43 g; Węglowodany ogółem: 390.53 g; Sód: 2547.97 mg; Potas: 5171.29 mg; Magnez: 451.40 mg; Wapń: 734.32 mg; Żelazo: 14.49 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3439.61 ug; Błonnik pokarmowy: 33.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.47 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 22.85 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 88.17 g; suma cukrów prostych: 74.97 g;		
czwartek 2024-04-18		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Szynka Ojca Grzegorza40g , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), budyń mięsno jarzynowy z pomidorami 120g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , marchewka oprószana150g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasztet z blachy80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK , SOJA, GORCZYCA), Kiełbasa kminkowa50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki 4g , pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2456.05 kcal; Białko ogółem: 91.42 g; białko zwierzęce: 60.70 g; Tłuszcz: 113.25 g; Węglowodany ogółem: 291.19 g; Sód: 1954.69 mg; Potas: 5079.50 mg; Magnez: 347.44 mg; Wapń: 699.71 mg; Żelazo: 11.44 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3953.33 ug; Błonnik pokarmowy: 24.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.65 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.36 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 77.39 g; suma cukrów prostych: 71.53 g;		
czwartek 2024-04-18		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Szynka Ojca Grzegorza40g , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), budyń mięsno jarzynowy z pomidorami 120g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , marchewka oprószana150g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasztet z blachy80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK , SOJA, GORCZYCA), Kiełbasa kminkowa50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki 4g , ogórek kiszony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2541.75 kcal; Białko ogółem: 98.51 g; białko zwierzęce: 65.00 g; Tłuszcz: 107.92 g; Węglowodany ogółem: 322.77 g; Sód: 2436.84 mg; Potas: 5332.05 mg; Magnez: 430.54 mg; Wapń: 892.66 mg; Żelazo: 12.74 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3877.73 ug; Błonnik pokarmowy: 30.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.83 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.05 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.97 g; suma cukrów prostych: 80.65 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-04-18		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Szynka Ojca Grzegorza 40g , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mandarynka (1szt.) ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), kotlet mielony 100g (GLUTEN, JAJ), Ziemniaki gotowane 200g , marchewka oprószana 150g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasztet z blachy 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK, SOJA, GORCZYCA), Kiełbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki 4g , ogórek kiszony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2892.64 kcal; Białko ogółem: 96.67 g; białko zwierzęce: 60.23 g; Tłuszcz: 133.38 g; Węglowodany ogółem: 352.02 g; Sód: 2431.13 mg; Potas: 5024.80 mg; Magnez: 377.86 mg; Wapń: 728.23 mg; Żelazo: 12.52 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3496.61 ug; Błonnik pokarmowy: 26.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.83 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.94 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 88.57 g; suma cukrów prostych: 80.97 g;		
piątek 2024-04-19		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajecznica (2szt.) (JAJ), Mix sałat 10g , Pomidor 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Ryba smażona 120g (GLUTEN, JAJ, RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z kapusty pekińskiej 120g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Galartetka 1szt. ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Sałatka makaronowa -Z PAPRYKI , PIECZAREK, KUKURYDZY I OGÓRKA 250g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórki konserwowe 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3391.46 kcal; Białko ogółem: 117.99 g; białko zwierzęce: 70.82 g; Tłuszcz: 101.53 g; Węglowodany ogółem: 514.37 g; Sód: 1617.80 mg; Potas: 5598.08 mg; Magnez: 470.33 mg; Wapń: 886.11 mg; Żelazo: 17.30 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1901.42 ug; Błonnik pokarmowy: 36.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.27 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 20.88 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.20 g; suma cukrów prostych: 120.07 g;		
piątek 2024-04-19		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Kiełbasa krakowska 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 60g , Mix sałat 10g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), ryba gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), Sos po grecku 100g (GLUTEN, SELER), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SELER), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Galartetka 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 80g (MLEKO), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2610.53 kcal; Białko ogółem: 104.74 g; białko zwierzęce: 72.90 g; Tłuszcz: 70.79 g; Węglowodany ogółem: 409.83 g; Sód: 1793.25 mg; Potas: 4861.10 mg; Magnez: 331.47 mg; Wapń: 773.15 mg; Żelazo: 10.46 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2448.92 ug; Błonnik pokarmowy: 26.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.69 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.80 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 24.51 g; suma cukrów prostych: 118.15 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-04-19		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajecznica(2szt.) (JAJ), Mix sałat 10g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), ryba gotowana100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), ziemniaki z koperkiem 200g , Sos po grecku 100g (GLUTEN, SELER), surówka z kapusty pekińskiej150g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem80g (MLEKO), ogórki konserwowe70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2648.72 kcal; Białko ogółem: 123.83 g; białko zwierzęce: 84.90 g; Tłuszcz: 89.80 g; Węglowodany ogółem: 366.69 g; Sód: 2492.17 mg; Potas: 5768.97 mg; Magnez: 466.35 mg; Wapń: 941.87 mg; Żelazo: 15.88 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2280.62 ug; Błonnik pokarmowy: 34.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.52 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.29 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.63 g; suma cukrów prostych: 82.64 g;		
piątek 2024-04-19		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAÇA		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajecznica(2szt.) (JAJ), Mix sałat 10g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Sok warzywny 200ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Ryba smażona 120.g (GLUTEN, JAJ, RYB), surówka z kapusty pekińskiej150g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Galartetka 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Sałatka makaronowa -Z PAPRYKI ,PIECZAREK,KUKURYDZY I OGÓRKA250g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Szynka bartnika 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3226.62 kcal; Białko ogółem: 122.36 g; białko zwierzęce: 79.86 g; Tłuszcz: 100.55 g; Węglowodany ogółem: 469.41 g; Sód: 2028.51 mg; Potas: 5811.39 mg; Magnez: 414.44 mg; Wapń: 872.21 mg; Żelazo: 16.09 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2162.72 ug; Błonnik pokarmowy: 29.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.25 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.58 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.41 g; suma cukrów prostych: 118.36 g;		
sobota 2024-04-20		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg70g (MLEKO), Rzodkiewka 20g , Ogórek zielony50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), Sztuka mięsa100g (MIĘSO WIEP), Sos jarzynowy 100g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszyński80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup20g (GLUTEN, SELER), Pomidor50g , Mix sałat 10g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2678.87 kcal; Białko ogółem: 111.89 g; białko zwierzęce: 75.96 g; Tłuszcz: 112.61 g; Węglowodany ogółem: 329.84 g; Sód: 4128.89 mg; Potas: 4383.26 mg; Magnez: 377.00 mg; Wapń: 705.69 mg; Żelazo: 12.06 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2611.36 ug; Błonnik pokarmowy: 28.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.63 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.55 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.49 g; suma cukrów prostych: 69.04 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-04-20		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Twaróg 70g (MLEKO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), Sztuka mięsa 100g (MIĘSO WIEP), Sos jarzynowy 100g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszyński 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g, Mix sałat 10g, ketchup 20g (GLUTEN, SELER), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2351.33 kcal; Białko ogółem: 102.53 g; białko zwierzęce: 75.88 g; Tłuszcz: 107.82 g; Węglowodany ogółem: 258.53 g; Sód: 3971.04 mg; Potas: 4097.47 mg; Magnez: 276.71 mg; Wapń: 655.65 mg; Żelazo: 9.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2695.46 ug; Błonnik pokarmowy: 17.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.28 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.61 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.09 g; suma cukrów prostych: 67.54 g;		
sobota 2024-04-20		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg 70g (MLEKO), Rzodkiewka 20g, Ogórek zielony 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), Sztuka mięsa 100g (MIĘSO WIEP), Sos jarzynowy 100g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: 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), ketchup 20g (GLUTEN, SELER), Pomidor 50g, Mix sałat 10g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2458.23 kcal; Białko ogółem: 105.71 g; białko zwierzęce: 75.87 g; Tłuszcz: 110.52 g; Węglowodany ogółem: 282.54 g; Sód: 4126.14 mg; Potas: 4233.72 mg; Magnez: 344.36 mg; Wapń: 688.45 mg; Żelazo: 10.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2611.36 ug; Błonnik pokarmowy: 24.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.29 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.27 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.05 g; suma cukrów prostych: 68.05 g;		
sobota 2024-04-20		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg 70g (MLEKO), Rzodkiewka 20g, Ogórek zielony 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g,	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), bitki w sosie (100g+80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Surówka z marchwi i jabłka 100g (MLEKO), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszyński 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup 20g (GLUTEN, SELER), Pomidor 50g, Mix sałat 10g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2429.32 kcal; Białko ogółem: 89.37 g; białko zwierzęce: 63.81 g; Tłuszcz: 101.47 g; Węglowodany ogółem: 308.48 g; Sód: 2319.04 mg; Potas: 4019.12 mg; Magnez: 259.25 mg; Wapń: 676.66 mg; Żelazo: 8.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2441.55 ug; Błonnik pokarmowy: 21.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.21 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.41 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.21 g; suma cukrów prostych: 107.08 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

Dietetyk

.....