

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
poniedziałek 2024-04-22 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem -muszelki 400ml (MLEKO), chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek kiszony60g , Mix sałat 10g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), schab duszony100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), surówka z kapusty białej100g (GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Mandarynka (1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg70g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka.40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3277.21 kcal; Białko ogółem: 156.76 g; białko zwierzęce: 110.25 g; Tłuszcz: 114.80 g; Węglowodany ogółem: 436.17 g; Sód: 2221.59 mg; Potas: 4830.08 mg; Magnez: 467.35 mg; Wapń: 941.18 mg; Żelazo: 15.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 927.32 ug; Błonnik pokarmowy: 36.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.95 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.25 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 44.88 g; suma cukrów prostych: 89.22 g;		
poniedziałek 2024-04-22 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem świderki 400ml (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor60g , Mix sałat 10g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), schab duszony100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kalafior z wody 100g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mandarynka (1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg70g (MLEKO), Rzodkiewka.40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2720.39 kcal; Białko ogółem: 141.74 g; białko zwierzęce: 110.22 g; Tłuszcz: 111.15 g; Węglowodany ogółem: 307.43 g; Sód: 1849.16 mg; Potas: 4159.86 mg; Magnez: 329.28 mg; Wapń: 780.07 mg; Żelazo: 11.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 870.88 ug; Błonnik pokarmowy: 21.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.56 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.15 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 44.72 g; suma cukrów prostych: 75.69 g;		
poniedziałek 2024-04-22 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem świderki 400ml (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek kiszony60g , Mix sałat 10g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), schab duszony100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), surówka z kapusty białej100g (GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Mandarynka (1szt.) ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg70g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka.40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2895.45 kcal; Białko ogółem: 146.14 g; białko zwierzęce: 110.10 g; Tłuszcz: 113.29 g; Węglowodany ogółem: 351.94 g; Sód: 2314.34 mg; Potas: 4653.22 mg; Magnez: 437.59 mg; Wapń: 920.02 mg; Żelazo: 14.06 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 927.32 ug; Błonnik pokarmowy: 32.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.57 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.38 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 44.53 g; suma cukrów prostych: 87.81 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
poniedziałek 2024-04-22 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
zupa mleczna z makaronem świderki 400ml (MLEKO), 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, Mix sałat 10g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Sniadanie: Sok warzywny 200ml,	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), naleśniki z dżemem (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Jogurt owocowy 1szt (MLEKO), Kompot 200ml, Podwieczorek: Mandarynka (1szt.),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg 70g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Rzodkiewka 40g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2569.74 kcal; Białko ogółem: 98.72 g; białko zwierzęce: 59.00 g; Tłuszcz: 73.06 g; Węglowodany ogółem: 394.62 g; Sód: 1320.92 mg; Potas: 3480.46 mg; Magnez: 275.20 mg; Wapń: 1029.00 mg; Żelazo: 10.37 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 953.44 ug; Błonnik pokarmowy: 20.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.12 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.21 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.84 g; suma cukrów prostych: 112.28 g;		
wtorek 2024-04-23 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), filet zapiekany-wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty 40g (MLEKO), ogórki konserwowe 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Fasolka po bretońsku 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, ROŚ, GORCZYCA), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg 70g (MLEKO), papryka konserwowa 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3100.73 kcal; Białko ogółem: 118.65 g; białko zwierzęce: 57.00 g; Tłuszcz: 85.36 g; Węglowodany ogółem: 507.72 g; Sód: 2195.67 mg; Potas: 6494.49 mg; Magnez: 689.25 mg; Wapń: 1272.83 mg; Żelazo: 19.62 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1325.87 ug; Błonnik pokarmowy: 48.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.99 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.75 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.87 g; suma cukrów prostych: 138.38 g;		
wtorek 2024-04-23 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-wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pulpet gotowany 100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), buraki 100g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg 70g (MLEKO), mus warzywny 70g (SELER), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2796.89 kcal; Białko ogółem: 97.23 g; białko zwierzęce: 55.92 g; Tłuszcz: 73.25 g; Węglowodany ogółem: 466.09 g; Sód: 3154.47 mg; Potas: 7295.79 mg; Magnez: 544.89 mg; Wapń: 838.36 mg; Żelazo: 15.05 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1692.01 ug; Błonnik pokarmowy: 34.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.65 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.06 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.23 g; suma cukrów prostych: 146.43 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-23		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), filet zapiekany-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty 40g (MLEKO), ogórki konserwowe 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pulpet gotowany 100g (GLUTEN, JAJ, SELER), buraki 100g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1 szt,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg 70g (MLEKO), papryka konserwowa 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3015.13 kcal; Białko ogółem: 108.84 g; białko zwierzęce: 66.00 g; Tłuszcz: 86.98 g; Węglowodany ogółem: 484.40 g; Sód: 4129.60 mg; Potas: 7275.18 mg; Magnez: 632.35 mg; Wapń: 1176.07 mg; Żelazo: 16.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1335.01 ug; Błonnik pokarmowy: 40.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.95 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.60 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.29 g; suma cukrów prostych: 148.88 g;		
wtorek 2024-04-23		
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-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty 40g (MLEKO), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Biskwopty,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Zraz mielony 100g (GLUTEN, JAJ), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), buraki 100g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1 szt,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg 70g (MLEKO), papryka konserwowa 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3387.15 kcal; Białko ogółem: 111.57 g; białko zwierzęce: 67.48 g; Tłuszcz: 115.44 g; Węglowodany ogółem: 505.21 g; Sód: 2532.32 mg; Potas: 7239.28 mg; Magnez: 551.21 mg; Wapń: 1165.41 mg; Żelazo: 16.05 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1353.99 ug; Błonnik pokarmowy: 34.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.18 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.90 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 44.53 g; suma cukrów prostych: 155.66 g;		
środa 2024-04-24		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z kiełbasy i jajka 100g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 60g, Mix sałat 13g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), szpinak na gęsto 100g, ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko 150g,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kiełbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek zielony 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2714.48 kcal; Białko ogółem: 122.22 g; białko zwierzęce: 85.15 g; Tłuszcz: 93.41 g; Węglowodany ogółem: 374.84 g; Sód: 2837.98 mg; Potas: 5063.29 mg; Magnez: 486.74 mg; Wapń: 756.61 mg; Żelazo: 16.12 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1701.44 ug; Błonnik pokarmowy: 32.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.92 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.23 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.85 g; suma cukrów prostych: 94.53 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-04-24 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g, Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Mix sałat 13g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), szpinak na gęsto 120g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko pieczone 150,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kiełbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki 13g, Pomidor 60g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2437.33 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; białko zwierzęce: 75.95 g; Tłuszcz: 76.18 g; Węglowodany ogółem: 351.25 g; Sód: 2280.18 mg; Potas: 4955.00 mg; Magnez: 413.06 mg; Wapń: 882.12 mg; Żelazo: 13.14 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1839.24 ug; Błonnik pokarmowy: 24.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.73 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.72 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.74 g; suma cukrów prostych: 116.42 g;		
środa 2024-04-24 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z kiełbasy i jajka 100g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), szpinak na gęsto 120g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko 150g,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kiełbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek zielony 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2498.34 kcal; Białko ogółem: 116.73 g; białko zwierzęce: 85.06 g; Tłuszcz: 91.45 g; Węglowodany ogółem: 328.35 g; Sód: 2841.53 mg; Potas: 4970.75 mg; Magnez: 467.00 mg; Wapń: 761.87 mg; Żelazo: 15.59 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1892.24 ug; Błonnik pokarmowy: 29.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.59 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.01 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.42 g; suma cukrów prostych: 93.60 g;		
środa 2024-04-24 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g, Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Mix sałat 10g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mus owocowy 200g,	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), Filet z kurczaka 70g (GLUTEN), szpinak na gęsto 100g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko 150g,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kiełbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek zielony 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2322.91 kcal; Białko ogółem: 94.18 g; białko zwierzęce: 65.16 g; Tłuszcz: 76.72 g; Węglowodany ogółem: 339.57 g; Sód: 1826.99 mg; Potas: 4744.46 mg; Magnez: 390.37 mg; Wapń: 889.64 mg; Żelazo: 12.36 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1593.67 ug; Błonnik pokarmowy: 28.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.60 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.76 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.60 g; suma cukrów prostych: 116.96 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
czwartek 2024-04-25 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 80g (MLEKO), rukola 6g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Surówka z marchwi i jabłka 120g (MLEKO), ryż brązowy na sypko200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2518.50 kcal; Białko ogółem: 98.61 g; białko zwierzęce: 62.34 g; Tłuszcz: 81.49 g; Węglowodany ogółem: 379.67 g; Sód: 2266.36 mg; Potas: 4026.88 mg; Magnez: 435.11 mg; Wapń: 777.13 mg; Żelazo: 11.09 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2839.85 ug; Błonnik pokarmowy: 35.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.26 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.87 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 55.98 g; suma cukrów prostych: 86.43 g;		
czwartek 2024-04-25 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka beskidzka 50g , Pomidor60g , rukola 6g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), ryż brązowy na sypko200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2147.81 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; białko zwierzęce: 45.34 g; Tłuszcz: 85.38 g; Węglowodany ogółem: 286.33 g; Sód: 2056.58 mg; Potas: 3266.03 mg; Magnez: 306.65 mg; Wapń: 647.15 mg; Żelazo: 7.61 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2850.09 ug; Błonnik pokarmowy: 22.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.51 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.35 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 54.39 g; suma cukrów prostych: 69.74 g;		
czwartek 2024-04-25 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 80g (MLEKO), rukola 6g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Surówka z marchwi i jabłka 120g (MLEKO), ryż brązowy na sypko200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kiwi 1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) ,
Wartości odżywcze: Energia: 2277.06 kcal; Białko ogółem: 93.51 g; białko zwierzęce: 62.25 g; Tłuszcz: 70.00 g; Węglowodany ogółem: 349.05 g; Sód: 2268.41 mg; Potas: 4225.34 mg; Magnez: 420.47 mg; Wapń: 789.89 mg; Żelazo: 10.35 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2848.25 ug; Błonnik pokarmowy: 34.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.06 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.88 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 20.68 g; suma cukrów prostych: 86.28 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-04-25 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 80g (MLEKO), rukola 6g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: kiwi 1szt. ,	Zupa ziemniaczana 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), ryż brązowy na sypko 200g, Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Pasztecik drobiowy 50g (GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA), Pomidorki "koktailowe" (ok. 40g), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2512.56 kcal; Białko ogółem: 97.71 g; białko zwierzęce: 65.71 g; Tłuszcz: 99.36 g; Węglowodany ogółem: 331.73 g; Sód: 2208.83 mg; Potas: 3873.88 mg; Magnez: 355.85 mg; Wapń: 806.75 mg; Żelazo: 10.24 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3561.94 ug; Błonnik pokarmowy: 26.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.34 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.64 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 68.64 g; suma cukrów prostych: 73.99 g;		
piątek 2024-04-26 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z makaronem 400g (MLEKO), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Pierogi ruskie 12szt. z cebuka i masłem (MLEKO), Surówka z kapusty białej 120g (GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Mandarynka (1szt.) ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g, ogórek kiszony 70g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2790.08 kcal; Białko ogółem: 102.50 g; białko zwierzęce: 59.28 g; Tłuszcz: 102.77 g; Węglowodany ogółem: 393.35 g; Sód: 1863.91 mg; Potas: 4309.14 mg; Magnez: 386.06 mg; Wapń: 1204.60 mg; Żelazo: 12.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1685.18 ug; Błonnik pokarmowy: 32.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 54.35 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.25 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.56 g; suma cukrów prostych: 83.48 g;		
piątek 2024-04-26 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z makaronem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Twaróg 70g (MLEKO), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	rosół z lanym ciastem 400ml (GLUTEN, JAJ, SELER), ryba gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SELER), Kompot 200ml , Ziemniaki gotowane 200g , Podwieczorek: Mandarynka (1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynkowa drobiowa z fileta 40g, Sałatka z rukoli i pomidora 70g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2385.19 kcal; Białko ogółem: 106.27 g; białko zwierzęce: 70.86 g; Tłuszcz: 78.08 g; Węglowodany ogółem: 336.12 g; Sód: 1409.10 mg; Potas: 4560.53 mg; Magnez: 317.93 mg; Wapń: 765.50 mg; Żelazo: 10.16 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2317.38 ug; Błonnik pokarmowy: 25.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.63 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.17 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.48 g; suma cukrów prostych: 79.34 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-04-26		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z makaronem 400g (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), ryba gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), Podwieczorek: Mandarynka (1szt.),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Szynkowa drobiowa z fileta 20g, ogórek kiszony 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2388.42 kcal; Białko ogółem: 105.69 g; białko zwierzęce: 68.92 g; Tłuszcz: 75.16 g; Węglowodany ogółem: 352.34 g; Sód: 2528.59 mg; Potas: 5511.54 mg; Magnez: 452.32 mg; Wapń: 1160.69 mg; Żelazo: 13.00 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1547.53 ug; Błonnik pokarmowy: 33.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.03 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.60 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.91 g; suma cukrów prostych: 82.66 g;		
piątek 2024-04-26		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z makaronem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 70g (MLEKO), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Pierogi ruskie 12szt. z cebuka i masłem (MLEKO), Surówka z kapusty białej 120g (GORCZYCA), Kompot 200ml, Podwieczorek: Mandarynka (1szt.),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Szynkowa drobiowa z fileta 40g, Sałatka z rukoli i pomidora 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2735.24 kcal; Białko ogółem: 99.98 g; białko zwierzęce: 62.63 g; Tłuszcz: 113.21 g; Węglowodany ogółem: 350.43 g; Sód: 1344.81 mg; Potas: 4192.55 mg; Magnez: 303.62 mg; Wapń: 1356.11 mg; Żelazo: 8.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1513.88 ug; Błonnik pokarmowy: 23.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 55.45 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.88 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.79 g; suma cukrów prostych: 87.19 g;		
sobota 2024-04-27		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wędzonka Jana 40g, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Pomidor 40g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Łazanki 300g (GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot 200ml, Podwieczorek: Drożdżówka 1szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z kielbasy i jajka 100g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kielki 13g, Ogórek zielony 60g, 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;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-04-27 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
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),	zupa jarzynowa 400ml -bez brokuła (MLEKO, GLUTEN, SELER), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Drożdżówka 1szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Miód 1szt., Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Kiełki 13g, Pomidor 60g, 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 2024-04-27 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOROZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wędzonka Jana 40g, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Pomidor 40g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Surówka z kapusty kiszzonej 120g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko 50g,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, 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: 2549.15 kcal; Białko ogółem: 123.19 g; białko zwierzęce: 92.12 g; Tłuszcz: 108.85 g; Węglowodany ogółem: 295.86 g; Sód: 2220.58 mg; Potas: 5454.08 mg; Magnez: 391.32 mg; Wapń: 522.96 mg; Żelazo: 13.88 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1520.25 ug; Błonnik pokarmowy: 28.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.16 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.64 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.96 g; suma cukrów prostych: 67.50 g;		
sobota 2024-04-27 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;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-04-28		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynka luksusowa40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor50g , 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 kruche30g (MLEKO, GLUTEN),	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszynki80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Musztarda 20g (GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka.40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2959.61 kcal; Białko ogółem: 113.47 g; białko zwierzęce: 70.10 g; Tłuszcz: 131.67 g; Węglowodany ogółem: 358.29 g; Sód: 3444.47 mg; Potas: 4972.52 mg; Magnez: 410.56 mg; Wapń: 693.88 mg; Żelazo: 14.16 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 911.17 ug; Błonnik pokarmowy: 30.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.28 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.06 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 54.13 g; suma cukrów prostych: 76.46 g;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), szynka luksusowa40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor50g , 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 kruche30g (MLEKO, GLUTEN),	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszynki80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidor40g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2542.33 kcal; Białko ogółem: 101.91 g; białko zwierzęce: 70.01 g; Tłuszcz: 120.75 g; Węglowodany ogółem: 282.66 g; Sód: 3231.10 mg; Potas: 4603.49 mg; Magnez: 295.67 mg; Wapń: 599.12 mg; Żelazo: 11.25 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2330.97 ug; Błonnik pokarmowy: 22.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.53 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.33 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 50.03 g; suma cukrów prostych: 74.26 g;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynka luksusowa40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor50g , 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 naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszynki80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Musztarda 20g (GORCZYCA), Rzodkiewka.40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2608.47 kcal; Białko ogółem: 106.24 g; białko zwierzęce: 70.47 g; Tłuszcz: 123.00 g; Węglowodany ogółem: 293.57 g; Sód: 3449.92 mg; Potas: 4825.38 mg; Magnez: 378.12 mg; Wapń: 708.44 mg; Żelazo: 12.67 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 845.77 ug; Błonnik pokarmowy: 26.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.90 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.11 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 51.11 g; suma cukrów prostych: 69.02 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-04-28		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĄCA		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), szynka luksusowa 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), 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, sałatka z kapusty czerwonej 100g, Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO), ciastka kruche 30g (MLEKO, GLUTEN),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszynki 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Rzodkiewka 40g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2751.77 kcal; Białko ogółem: 105.78 g; białko zwierzęce: 70.05 g; Tłuszcz: 126.64 g; Węglowodany ogółem: 317.51 g; Sód: 3559.27 mg; Potas: 4817.53 mg; Magnez: 311.52 mg; Wapń: 646.08 mg; Żelazo: 11.76 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 931.07 ug; Błonnik pokarmowy: 22.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.13 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.38 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 53.18 g; suma cukrów prostych: 73.85 g;		
poniedziałek 2024-04-29		
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 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), 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: 2960.26 kcal; Białko ogółem: 121.87 g; białko zwierzęce: 76.40 g; Tłuszcz: 105.10 g; Węglowodany ogółem: 410.79 g; Sód: 2193.21 mg; Potas: 5132.07 mg; Magnez: 468.92 mg; Wapń: 783.47 mg; Żelazo: 17.45 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1024.24 ug; Błonnik pokarmowy: 32.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.83 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 22.53 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 70.54 g; suma cukrów prostych: 89.66 g;		
poniedziałek 2024-04-29		
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: 2399.30 kcal; Białko ogółem: 108.45 g; białko zwierzęce: 76.83 g; Tłuszcz: 92.85 g; Węglowodany ogółem: 300.65 g; Sód: 1598.11 mg; Potas: 4778.16 mg; Magnez: 345.76 mg; Wapń: 750.56 mg; Żelazo: 12.11 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 871.14 ug; Błonnik pokarmowy: 20.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.24 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.26 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 66.64 g; suma cukrów prostych: 86.68 g;		
poniedziałek 2024-04-29		
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: 2532.50 kcal; Białko ogółem: 111.85 g; białko zwierzęce: 76.25 g; Tłuszcz: 93.78 g; Węglowodany ogółem: 337.77 g; Sód: 2286.96 mg; Potas: 5144.21 mg; Magnez: 456.16 mg; Wapń: 792.31 mg; Żelazo: 16.09 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1040.24 ug; Błonnik pokarmowy: 30.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.47 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 20.69 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.22 g; suma cukrów prostych: 95.35 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-04-29 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: 2600.25 kcal; Białko ogółem: 124.36 g; białko zwierzęce: 92.14 g; Tłuszcz: 103.45 g; Węglowodany ogółem: 313.01 g; Sód: 1746.71 mg; Potas: 5117.11 mg; Magnez: 376.11 mg; Wapń: 841.66 mg; Żelazo: 14.64 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1164.99 ug; Błonnik pokarmowy: 22.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.68 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.14 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 71.24 g; suma cukrów prostych: 94.26 g;		
wtorek 2024-04-30 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 ogórkowa 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: 3348.29 kcal; Białko ogółem: 112.12 g; białko zwierzęce: 53.44 g; Tłuszcz: 116.40 g; Węglowodany ogółem: 498.61 g; Sód: 1323.93 mg; Potas: 5342.16 mg; Magnez: 488.28 mg; Wapń: 933.85 mg; Żelazo: 16.32 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2588.88 ug; Błonnik pokarmowy: 38.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.15 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.81 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.26 g; suma cukrów prostych: 127.54 g;		
wtorek 2024-04-30 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), Szynka beskidzka 40g, pomidor 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2849.55 kcal; Białko ogółem: 97.38 g; białko zwierzęce: 53.42 g; Tłuszcz: 113.63 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;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-30		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg70g (MLEKO), Szynka drobiowa40g , Mix sałat 13g , Pomidor50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ogórkowa 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Sos koperkowy 100g (GLUTEN), Sałatka z kapusty białej150g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka beskidzka 40g , papryka czerwona70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2585.27 kcal; Białko ogółem: 104.89 g; białko zwierzęce: 61.04 g; Tłuszcz: 98.77 g; Węglowodany ogółem: 352.48 g; Sód: 1780.38 mg; Potas: 5505.90 mg; Magnez: 431.32 mg; Wapń: 1018.19 mg; Żelazo: 11.46 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1548.08 ug; Błonnik pokarmowy: 34.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.50 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.18 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.70 g; suma cukrów prostych: 80.71 g;		
wtorek 2024-04-30		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g , Twaróg70g (MLEKO), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Mix sałat 13g , Pomidor50g , II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa ogórkowa 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), szpinak na gęsto150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Wafelek ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka beskidzka 40g , papryka czerwona70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3378.03 kcal; Białko ogółem: 103.30 g; białko zwierzęce: 53.28 g; Tłuszcz: 112.12 g; Węglowodany ogółem: 520.72 g; Sód: 1110.93 mg; Potas: 7093.85 mg; Magnez: 556.12 mg; Wapń: 914.34 mg; Żelazo: 14.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2646.88 ug; Błonnik pokarmowy: 35.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.27 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.50 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.79 g; suma cukrów prostych: 188.32 g;		
środa 2024-05-01		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), 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), Ogórek kiszony60g , kiełki7g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), Potrawka mięsna 180g (GLUTEN, SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Sałatka coleslaw150g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mus owocowy200g ,	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), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej70g , ogórek kiszony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2880.43 kcal; Białko ogółem: 96.79 g; białko zwierzęce: 59.39 g; Tłuszcz: 123.66 g; Węglowodany ogółem: 377.05 g; Sód: 2238.99 mg; Potas: 4328.37 mg; Magnez: 392.61 mg; Wapń: 749.37 mg; Żelazo: 12.66 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1423.28 ug; Błonnik pokarmowy: 33.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.16 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.91 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 46.75 g; suma cukrów prostych: 100.90 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-05-01 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: 2514.34 kcal; Białko ogółem: 88.17 g; białko zwierzęce: 59.31 g; Tłuszcz: 124.07 g; Węglowodany ogółem: 287.13 g; Sód: 1288.30 mg; Potas: 4155.90 mg; Magnez: 289.17 mg; Wapń: 704.49 mg; Żelazo: 10.35 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3654.08 ug; Błonnik pokarmowy: 25.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.31 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.84 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 47.97 g; suma cukrów prostych: 69.83 g;		
środa 2024-05-01 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOORZYSWAJALNYCH 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 coleslaw 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: 2775.99 kcal; Białko ogółem: 93.10 g; białko zwierzęce: 59.35 g; Tłuszcz: 123.66 g; Węglowodany ogółem: 349.49 g; Sód: 2156.44 mg; Potas: 4252.03 mg; Magnez: 384.77 mg; Wapń: 736.23 mg; Żelazo: 11.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1429.28 ug; Błonnik pokarmowy: 27.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.12 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.01 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 46.80 g; suma cukrów prostych: 103.63 g;		
środa 2024-05-01 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: 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: 2560.24 kcal; Białko ogółem: 88.32 g; białko zwierzęce: 59.31 g; Tłuszcz: 124.19 g; Węglowodany ogółem: 299.17 g; Sód: 1415.70 mg; Potas: 4179.90 mg; Magnez: 304.17 mg; Wapń: 732.39 mg; Żelazo: 10.36 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3601.18 ug; Błonnik pokarmowy: 26.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.30 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.80 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 47.99 g; suma cukrów prostych: 79.50 g;		

Dietetyk

.....