

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
czwartek 2024-05-02		
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), Szyunka 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: Galaretki 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Pomidorki "koktailowe" (ok.40g),
Wartości odżywcze: Energia: 3578.29 kcal; Białko ogółem: 132.58 g; białko zwierzęce: 84.07 g; Tłuszcz: 124.90 g; Węglowodany ogółem: 510.83 g; Sód: 4390.30 mg; Potas: 4444.44 mg; Magnez: 452.00 mg; Wapń: 853.27 mg; Żelazo: 15.62 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 793.82 ug; Błonnik pokarmowy: 34.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.09 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.88 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 49.81 g; suma cukrów prostych: 121.04 g;		
czwartek 2024-05-02		
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, Szyunka 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: Galaretki 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Pomidorki "koktailowe" (ok.40g), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2789.00 kcal; Białko ogółem: 114.41 g; białko zwierzęce: 83.66 g; Tłuszcz: 102.25 g; Węglowodany ogółem: 370.70 g; Sód: 4155.16 mg; Potas: 3140.28 mg; Magnez: 297.49 mg; Wapń: 754.90 mg; Żelazo: 10.59 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1882.59 ug; Błonnik pokarmowy: 21.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.35 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.59 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.93 g; suma cukrów prostych: 114.11 g;		
czwartek 2024-05-02		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), ogórki konserwowe 70g, Szyunka 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, Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), 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), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Pomidorki "koktailowe" (ok.40g), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2938.09 kcal; Białko ogółem: 125.86 g; białko zwierzęce: 83.92 g; Tłuszcz: 125.55 g; Węglowodany ogółem: 360.24 g; Sód: 5134.02 mg; Potas: 4902.79 mg; Magnez: 459.52 mg; Wapń: 948.60 mg; Żelazo: 14.81 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1316.17 ug; Błonnik pokarmowy: 36.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.02 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.80 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 50.26 g; suma cukrów prostych: 84.12 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posilek nocny
piątek 2024-05-03		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), Ser żółty 40g (MLEKO), kielki 7g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), fasolka szparagowa z wody 120g (ROŚ), ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Banan 1szt,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek zielony 60g, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Herbata 250ml, Serek topiony 50g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 3783.73 kcal; Białko ogółem: 165.31 g; białko zwierzęce: 122.43 g; Tłuszcz: 154.49 g; Węglowodany ogółem: 471.70 g; Sód: 3337.27 mg; Potas: 8205.44 mg; Magnez: 676.35 mg; Wapń: 1332.41 mg; Żelazo: 19.51 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1468.51 ug; Błonnik pokarmowy: 41.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 65.96 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.00 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 58.73 g; suma cukrów prostych: 132.22 g;		
piątek 2024-05-03		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Pomidor 60g, Dżem 50g, Ser żółty 40g (MLEKO), kielki 7g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Pomidor 60g, II Sniadanie: Mus owocowy 200g,	zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), Fasolka szparagowa z bułką tartą 120g (GLUTEN, ROŚ), ziemniaki 200g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Banan 1szt,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Ogórek zielony 60g, Herbata 250ml, Serek topiony 50g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 3694.76 kcal; Białko ogółem: 156.02 g; białko zwierzęce: 112.79 g; Tłuszcz: 134.74 g; Węglowodany ogółem: 506.44 g; Sód: 2725.16 mg; Potas: 8497.01 mg; Magnez: 635.21 mg; Wapń: 1362.96 mg; Żelazo: 17.39 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3211.25 ug; Błonnik pokarmowy: 45.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 57.83 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.77 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 51.98 g; suma cukrów prostych: 154.17 g;		
sobota 2024-05-04		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z jajka i twarogu ze szczypiorkiem 80g (MLEKO, GORCZYCA), pomidor 70g, Herbata 250ml,	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Ziemniaki gotowane 200g, buraki 150g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynka beskidzka 40g, Rzodkiewka 60g, Kielki 13g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2790.89 kcal; Białko ogółem: 116.56 g; białko zwierzęce: 63.25 g; Tłuszcz: 94.21 g; Węglowodany ogółem: 401.12 g; Sód: 2496.24 mg; Potas: 4727.49 mg; Magnez: 381.48 mg; Wapń: 387.30 mg; Żelazo: 16.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 642.71 ug; Błonnik pokarmowy: 34.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.75 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.64 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.07 g; suma cukrów prostych: 83.43 g;		
sobota 2024-05-04		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), pomidor 70g, Herbata 250ml,	Zupa krupnik z ziemniakami 400g(1,9) (GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), buraki 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka beskidzka 40g, Kielki 13g, Pomidor 60g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2311.23 kcal; Białko ogółem: 106.08 g; białko zwierzęce: 66.83 g; Tłuszcz: 89.18 g; Węglowodany ogółem: 291.79 g; Sód: 2273.61 mg; Potas: 4400.58 mg; Magnez: 265.27 mg; Wapń: 349.94 mg; Żelazo: 12.61 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 744.87 ug; Błonnik pokarmowy: 21.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.75 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.06 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.66 g; suma cukrów prostych: 81.68 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-05-04		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), pasta z jajka i twarogu ze szczypiorkiem80g (MLEKO, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,	Zupa krupnik z ziemniakami 400g(1,9) (GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), buraki120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek do chleba 1szt. (MLEKO),	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka beskidzka 40g , Rzodkiewka60g , Kiełki13g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2610.13 kcal; Białko ogółem: 98.44 g; białko zwierzęce: 56.50 g; Tłuszcz: 125.54 g; Węglowodany ogółem: 301.25 g; Sód: 2564.99 mg; Potas: 4340.63 mg; Magnez: 343.22 mg; Wapń: 315.64 mg; Żelazo: 13.52 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 968.71 ug; Błonnik pokarmowy: 29.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 57.88 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.24 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.77 g; suma cukrów prostych: 67.97 g;		
sobota 2024-05-04		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAÇA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), pasta z jajka i twarogu ze szczypiorkiem80g (MLEKO, GORCZYCA), Szynka bartnika 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa krupnik z ziemniakami 400g(1,9) (GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Sałatka wielowarzywna 120g (SELER), buraki 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka beskidzka 40g , Rzodkiewka60g , Kiełki13g , Serek topiony 17,5g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2577.76 kcal; Białko ogółem: 117.72 g; białko zwierzęce: 77.58 g; Tłuszcz: 96.92 g; Węglowodany ogółem: 332.01 g; Sód: 2755.77 mg; Potas: 4685.17 mg; Magnez: 292.04 mg; Wapń: 408.37 mg; Żelazo: 13.22 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 717.76 ug; Błonnik pokarmowy: 24.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.96 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.48 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.74 g; suma cukrów prostych: 108.94 g;		
niedziela 2024-05-05		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), serek topiony35g (MLEKO), Szynka szkolna40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , papryka czerwona70g , Herbata 250ml ,	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka pieczone 150g,sos pieczeniowy (2szt.) (GLUTEN), Sałatka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Biskopty , Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka krucha40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórki konserwowe70g , Herbata 250ml , Jajko 1 szt (JAJ),
Wartości odżywcze: Energia: 2613.02 kcal; Białko ogółem: 89.50 g; białko zwierzęce: 43.48 g; Tłuszcz: 84.82 g; Węglowodany ogółem: 402.13 g; Sód: 5846.86 mg; Potas: 4002.02 mg; Magnez: 391.89 mg; Wapń: 571.52 mg; Żelazo: 14.13 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1244.46 ug; Błonnik pokarmowy: 33.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.15 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.20 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.77 g; suma cukrów prostych: 68.81 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-05-05 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), miód 1szt. , Twaróg 80g (MLEKO), Mix sałat 10g , Pomidor 60g , Szyńka szkolna 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g, sos(2szt.) (GLUTEN, SELER), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Biskopty , Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szyńka krucha 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml , Jajo gotowane 1 szt (JAJ),
Wartości odżywcze: Energia: 2053.95 kcal; Białko ogółem: 84.56 g; białko zwierzęce: 53.63 g; Tłuszcz: 61.28 g; Węglowodany ogółem: 311.09 g; Sód: 5210.06 mg; Potas: 3817.66 mg; Magnez: 284.68 mg; Wapń: 439.06 mg; Żelazo: 11.18 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2466.38 ug; Błonnik pokarmowy: 24.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.30 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.82 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 20.41 g; suma cukrów prostych: 68.01 g;		
niedziela 2024-05-05 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOROZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), serek topiony 35g(7) (MLEKO), Szyńka szkolna 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , papryka czerwona 70g , Herbata 250ml ,	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g, sos(2szt.) (GLUTEN, SELER), Sałatka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szyńka krucha 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórki konserwowe 70g , Herbata 250ml , Jajko 1 szt (JAJ),
Wartości odżywcze: Energia: 2046.89 kcal; Białko ogółem: 79.47 g; białko zwierzęce: 45.50 g; Tłuszcz: 72.24 g; Węglowodany ogółem: 295.76 g; Sód: 6004.93 mg; Potas: 3887.50 mg; Magnez: 365.53 mg; Wapń: 580.63 mg; Żelazo: 12.29 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1340.48 ug; Błonnik pokarmowy: 29.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.53 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.81 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.66 g; suma cukrów prostych: 59.46 g;		
niedziela 2024-05-05 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), miód 1szt. , Twaróg 80g (MLEKO), Mix sałat 10g , papryka czerwona 70g , Herbata 250ml , Szyńka szkolna 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), II Śniadanie: Mandarynka 100g ,	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka pieczone 150g, sos pieczeniowy (2szt.) (GLUTEN), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SELER), sałatka z kapusty czerwonej 100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Biskopty , Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szyńka krucha 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Serek topiony 17,5g (MLEKO), Herbata 250ml , Jajko 1 szt (JAJ),
Wartości odżywcze: Energia: 2311.71 kcal; Białko ogółem: 90.61 g; białko zwierzęce: 55.99 g; Tłuszcz: 78.71 g; Węglowodany ogółem: 336.27 g; Sód: 5751.74 mg; Potas: 4373.24 mg; Magnez: 325.98 mg; Wapń: 603.32 mg; Żelazo: 12.37 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2711.31 ug; Błonnik pokarmowy: 29.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.10 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.88 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.92 g; suma cukrów prostych: 77.92 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-05-06 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Kiełbasa krotoszyńska 40g , pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Twaróg 80g (MLEKO),	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), Sałatka szwedzka 120g , 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), ogórki konserwowe 70g , Kiełki 4g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2961.16 kcal; Białko ogółem: 136.72 g; białko zwierzęce: 91.91 g; Tłuszcz: 94.97 g; Węglowodany ogółem: 416.04 g; Sód: 2329.51 mg; Potas: 5211.14 mg; Magnez: 452.98 mg; Wapń: 521.68 mg; Żelazo: 14.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 839.58 ug; Błonnik pokarmowy: 30.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.20 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.42 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 64.08 g; suma cukrów prostych: 64.92 g;		
poniedziałek 2024-05-06 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Kiełbasa krotoszyńska 40g , pomidor 70g , Twaróg 80g (MLEKO), Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa jarzynowa 400ml (1,7,9)-bez brokuła (MLEKO, GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), Marchew oprószana 120g(1) (GLUTEN), ziemniaki gotowane 200g. , Kompot 200ml , Podwieczerek: Deser budyniowy 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Pasta mięsna 80g (SELER), Kiełki 4g , pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2491.16 kcal; Białko ogółem: 127.03 g; białko zwierzęce: 97.42 g; Tłuszcz: 98.84 g; Węglowodany ogółem: 293.86 g; Sód: 2274.63 mg; Potas: 5299.70 mg; Magnez: 350.36 mg; Wapń: 481.32 mg; Żelazo: 10.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2926.94 ug; Błonnik pokarmowy: 22.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.75 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.38 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 64.60 g; suma cukrów prostych: 63.34 g;		
poniedziałek 2024-05-06 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Kiełbasa krotoszyńska 40g , pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Twaróg 80g (MLEKO),	Żurek 400g(1,) (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), Sałatka szwedzka 120g , ziemniaki gotowane 200g. , Kompot 200ml , Podwieczerek: Kiwi 1szt. ,	chleb krojony mały 70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Jajo gotowane 1 szt(3) (JAJ), Kiełki 4g , ogórki konserwowe 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2441.00 kcal; Białko ogółem: 123.98 g; białko zwierzęce: 91.68 g; Tłuszcz: 82.30 g; Węglowodany ogółem: 325.86 g; Sód: 2347.06 mg; Potas: 5337.88 mg; Magnez: 434.02 mg; Wapń: 524.52 mg; Żelazo: 13.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 839.98 ug; Błonnik pokarmowy: 28.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.51 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.33 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.14 g; suma cukrów prostych: 63.59 g;		
poniedziałek 2024-05-06 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAÇA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Kiełbasa krotoszyńska 40g , Ser żółty 40g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: kiwi 1szt. ,	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), Marchew oprószana 120g(1) (GLUTEN), Sałatka szwedzka 120g , ziemniaki gotowane 200g. , Kompot 200ml , Podwieczerek: Deser budyniowy 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka gotowana 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki 4g , Jajko 1 szt (JAJ), ogórki konserwowe 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2685.00 kcal; Białko ogółem: 126.70 g; białko zwierzęce: 96.20 g; Tłuszcz: 111.89 g; Węglowodany ogółem: 314.32 g; Sód: 2610.72 mg; Potas: 5458.05 mg; Magnez: 375.32 mg; Wapń: 782.63 mg; Żelazo: 12.36 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2796.58 ug; Błonnik pokarmowy: 23.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.22 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.44 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 72.46 g; suma cukrów prostych: 63.93 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-05-07 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400ml. (MLEKO), chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z pietruszką 70g (MLEKO), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa z fasolki szparagowej 400ml (GLUTEN, SELER, ROŚ), pulpet gotowany 100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), brokuł z wody 120g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt owocowy 1 szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kiełbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Papryka czerwona 40g, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2931.56 kcal; Białko ogółem: 116.71 g; białko zwierzęce: 66.44 g; Tłuszcz: 89.37 g; Węglowodany ogółem: 449.19 g; Sód: 3068.30 mg; Potas: 5816.29 mg; Magnez: 482.89 mg; Wapń: 1061.08 mg; Żelazo: 15.05 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1472.35 ug; Błonnik pokarmowy: 38.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.09 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.99 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.33 g; suma cukrów prostych: 85.82 g;		
wtorek 2024-05-07 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400ml. (7) (MLEKO), Wek krojony 50g (1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1 szt (1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g (7) (MLEKO), twaróg z pietruszką 70g (MLEKO), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana 400g (1,7,9) (MLEKO, GLUTEN, SELER), pulpet gotowany 100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Sos koperkowy 100g (1,7,) (GLUTEN), Sałatka z jarzyn gotowanych 120g (9) (SELER), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt owocowy 1 szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (7) (MLEKO), kiełbasa szynkowa 40g (6,7,9,10) (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jabłko pieczone 150, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2642.10 kcal; Białko ogółem: 100.03 g; białko zwierzęce: 66.66 g; Tłuszcz: 91.46 g; Węglowodany ogółem: 381.60 g; Sód: 2965.26 mg; Potas: 5363.38 mg; Magnez: 356.94 mg; Wapń: 998.03 mg; Żelazo: 11.20 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2430.92 ug; Błonnik pokarmowy: 29.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.57 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.33 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.99 g; suma cukrów prostych: 115.02 g;		
wtorek 2024-05-07 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (7) (MLEKO), Chleb razowy 100g (1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (7) (MLEKO), twaróg z pietruszką 70g (MLEKO), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa z fasolki szparagowej 400ml (GLUTEN, SELER, ROŚ), Pulpet gotowany 80g (1,3,6,) (GLUTEN, JAJ, SELER), Sos koperkowy 100g (1,7,) (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z marchwi i jabłka 120g (7) (MLEKO), Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1 szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (7) (MLEKO), kiełbasa szynkowa 40g (6,7,9,10) (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Papryka czerwona 40g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2606.20 kcal; Białko ogółem: 101.49 g; białko zwierzęce: 63.84 g; Tłuszcz: 88.82 g; Węglowodany ogółem: 382.86 g; Sód: 1664.35 mg; Potas: 5479.73 mg; Magnez: 428.33 mg; Wapń: 953.51 mg; Żelazo: 13.04 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3247.95 ug; Błonnik pokarmowy: 35.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.41 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.14 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.23 g; suma cukrów prostych: 92.75 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-05-07		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400ml (7) (MLEKO), Wek krojony 50g (1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g (7) (MLEKO), twaróg z pietruszką 70g (MLEKO), Szynka szkolna 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: banan 1szt,	Zupa ziemniaczana 400g (1,7,9) (MLEKO, GLUTEN, SELER), Zraz mielony 100g (GLUTEN, JAJ), Sos koperkowy 100g (1,7,) (GLUTEN), Surówka z marchwi i jabłka 120g (MLEKO), Brokuł z wody 100g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (7) (MLEKO), kielbasa szynkowa 40g (6,7,9,10) (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałatka makaronowa -Z PAPRYKI, PIECZAREK, KUKURYDZY I OGÓRKA 250g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3750.49 kcal; Białko ogółem: 125.40 g; białko zwierzęce: 77.20 g; Tłuszcz: 131.88 g; Węglowodany ogółem: 538.73 g; Sód: 2376.81 mg; Potas: 8116.27 mg; Magnez: 591.22 mg; Wapń: 1094.09 mg; Żelazo: 15.50 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3275.30 ug; Błonnik pokarmowy: 40.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.12 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 20.96 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 52.76 g; suma cukrów prostych: 164.34 g;		
środa 2024-05-08		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), Gulasz wieprzowy (100g +100ml sosu) (GLUTEN), surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Galaretką z owocami,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), polędwica sopocka 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałatka szwedzka 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2905.89 kcal; Białko ogółem: 135.71 g; białko zwierzęce: 92.65 g; Tłuszcz: 96.52 g; Węglowodany ogółem: 401.75 g; Sód: 3070.05 mg; Potas: 4371.99 mg; Magnez: 409.91 mg; Wapń: 1202.82 mg; Żelazo: 11.88 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1154.79 ug; Błonnik pokarmowy: 31.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.14 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.90 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.61 g; suma cukrów prostych: 72.91 g;		
środa 2024-05-08		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g (7) (MLEKO), Dżem 50g, Twaróg 70g (MLEKO), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (9) (SELER), Gulasz wieprzowy (100g +100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto 100g (7), ziemniaki gotowane 200g, Sos po grecku 100g (GLUTEN, SELER), Kompot 200ml, Podwieczorek: Galaretką z owocami,	Chleb krojony mały 130g (1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (7) (MLEKO), polędwica sopocka 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidoroki "koktailowe" (ok.40g), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2546.63 kcal; Białko ogółem: 124.07 g; białko zwierzęce: 91.72 g; Tłuszcz: 93.21 g; Węglowodany ogółem: 319.66 g; Sód: 2706.15 mg; Potas: 4107.30 mg; Magnez: 327.44 mg; Wapń: 767.28 mg; Żelazo: 11.49 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1860.83 ug; Błonnik pokarmowy: 19.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.57 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.09 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.73 g; suma cukrów prostych: 88.10 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
środa 2024-05-08		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g(9) (SELER), Gulasz wieprzowy(100g +100ml sosu) (GLUTEN), surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mandarynka (1szt.) ,	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), polędwica sopocka 40 g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałatka szwedzka 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2452.94 kcal; Białko ogółem: 97.90 g; białko zwierzęce: 64.71 g; Tłuszcz: 95.17 g; Węglowodany ogółem: 328.73 g; Sód: 3153.24 mg; Potas: 4376.87 mg; Magnez: 393.52 mg; Wapń: 1208.03 mg; Żelazo: 10.51 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1170.79 ug; Błonnik pokarmowy: 29.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.78 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.07 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.29 g; suma cukrów prostych: 78.60 g;		
środa 2024-05-08		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Sniadanie: Mandarynka 100g (1szt.) ,	Zupa ryżowa z pietruszką 400g(9) (SELER), bitki w sosie(100g+80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), szpinak na gęsto100g(7) , surówka z kapusty białej100g (GORCZYCA), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Galaretką z owocami ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , polędwica sopocka 40 g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2517.15 kcal; Białko ogółem: 123.23 g; białko zwierzęce: 89.37 g; Tłuszcz: 97.30 g; Węglowodany ogółem: 308.53 g; Sód: 3195.40 mg; Potas: 4447.87 mg; Magnez: 355.17 mg; Wapń: 1267.79 mg; Żelazo: 11.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1999.18 ug; Błonnik pokarmowy: 24.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.66 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.59 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.77 g; suma cukrów prostych: 80.11 g;		
czwartek 2024-05-09		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa szynkowa Ojca Grzegorza 40g , kielki7g , Pomidor60g , Jajko 1 szt (JAJ), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grochówka 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, ROŚ, GORCZYCA), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), buraki120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasztet z blachy80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK , SOJA, GORCZYCA), Papryka czerwona60g , Mix sałat 10g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3457.14 kcal; Białko ogółem: 156.06 g; białko zwierzęce: 95.44 g; Tłuszcz: 133.01 g; Węglowodany ogółem: 460.24 g; Sód: 3478.43 mg; Potas: 6663.52 mg; Magnez: 557.96 mg; Wapń: 923.72 mg; Żelazo: 23.24 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1938.52 ug; Błonnik pokarmowy: 42.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.57 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.69 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 55.05 g; suma cukrów prostych: 99.28 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-05-09		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), kielbasa szynkowa Ojca Grzegorza 40g , kielki 7g , Pomidor 60g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	rosół z lanym ciastem 400ml(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), buraki 120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), pasztet z blachy 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , Pomidor 60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2941.74 kcal; Białko ogółem: 129.93 g; białko zwierzęce: 90.62 g; Tłuszcz: 122.59 g; Węglowodany ogółem: 348.41 g; Sód: 3168.24 mg; Potas: 4921.17 mg; Magnez: 337.94 mg; Wapń: 812.68 mg; Żelazo: 15.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1444.52 ug; Błonnik pokarmowy: 21.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.63 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.22 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 52.37 g; suma cukrów prostych: 95.83 g;		
czwartek 2024-05-09		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH 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), kielki 7g , Pomidor 60g , kielbasa szynkowa Ojca Grzegorza 40g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Jajko 1 szt (JAJ),	Zupa grochówka 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, ROŚ, GORCZYCA), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), buraki 120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek do chleba 1szt. (MLEKO),	chleb krojony mały 70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), pasztet z blachy 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , Papryka czerwona 60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3375.70 kcal; Białko ogółem: 141.08 g; białko zwierzęce: 88.72 g; Tłuszcz: 164.87 g; Węglowodany ogółem: 382.65 g; Sód: 3655.18 mg; Potas: 6494.18 mg; Magnez: 536.52 mg; Wapń: 877.68 mg; Żelazo: 21.97 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2265.52 ug; Błonnik pokarmowy: 39.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 72.81 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.61 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 62.86 g; suma cukrów prostych: 87.39 g;		
czwartek 2024-05-09		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), kielbasa szynkowa Ojca Grzegorza 40g , pasta z kielbasy i jajka 100g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), kielki 7g , Pomidor 60g , Jajko 1 szt (JAJ), Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	rosół z lanym ciastem 400ml(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), buraki 120g , surówka z kapusty kiszzonej 100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), pasztet z blachy 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK, SOJA, GORCZYCA), Blok drobiowy 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , Papryka czerwona 60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3539.93 kcal; Białko ogółem: 167.32 g; białko zwierzęce: 124.80 g; Tłuszcz: 152.16 g; Węglowodany ogółem: 401.65 g; Sód: 5656.85 mg; Potas: 5934.11 mg; Magnez: 409.20 mg; Wapń: 965.60 mg; Żelazo: 21.57 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2515.14 ug; Błonnik pokarmowy: 29.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 58.82 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.74 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 64.98 g; suma cukrów prostych: 125.21 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-05-10 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), Jajecznica(2szt.) (JAJ), Rukola 13g, Jabłko 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Ryba smażona 120g (GLUTEN, JAJ, RYB), Surówka z kapusty pekińskiej 120g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), 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), Ser żółty 50g (MLEKO), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3885.42 kcal; Białko ogółem: 139.98 g; białko zwierzęce: 87.98 g; Tłuszcz: 154.27 g; Węglowodany ogółem: 514.24 g; Sód: 1669.28 mg; Potas: 5642.11 mg; Magnez: 500.01 mg; Wapń: 1393.19 mg; Żelazo: 18.10 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2193.02 ug; Błonnik pokarmowy: 38.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.17 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 27.61 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 62.93 g; suma cukrów prostych: 117.53 g;		
piątek 2024-05-10 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g(7) (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), miód 1szt., Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), rukola 6g, Jabłko pieczone 150, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa jarzynowa 400ml (1,7,9)-bez brokuła (MLEKO, GLUTEN, SELER), ryba gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), Sos po grecku 100g(9,7,1) (GLUTEN, SELER), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g(9) (SELER), ziemniaki gotowane 200g., Kompot 200ml, Podwieczorek: Wafelek 42g(1szt.),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g(7) (MLEKO), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3183.05 kcal; Białko ogółem: 106.41 g; białko zwierzęce: 68.19 g; Tłuszcz: 114.66 g; Węglowodany ogółem: 458.45 g; Sód: 1811.44 mg; Potas: 5649.10 mg; Magnez: 376.46 mg; Wapń: 1009.32 mg; Żelazo: 10.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2671.58 ug; Błonnik pokarmowy: 30.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.24 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.12 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 45.58 g; suma cukrów prostych: 143.96 g;		
piątek 2024-05-10 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g(7) (MLEKO), Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Jajecznica(2szt.) (JAJ), Rukola 13g, Jabłko 60g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa jarzynowa 400ml (1,7,9)-bez brokuła (MLEKO, GLUTEN, SELER), ryba gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), Sos po grecku 100g(9,7,1) (GLUTEN, SELER), Surówka z kapusty pekińskiej 120g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Mandarynka (1szt.),	chleb krojony mały 70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g(7) (MLEKO), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2910.80 kcal; Białko ogółem: 123.12 g; białko zwierzęce: 84.88 g; Tłuszcz: 111.22 g; Węglowodany ogółem: 381.65 g; Sód: 2155.11 mg; Potas: 5770.45 mg; Magnez: 470.45 mg; Wapń: 942.86 mg; Żelazo: 15.91 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2319.22 ug; Błonnik pokarmowy: 35.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.05 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 23.36 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.26 g; suma cukrów prostych: 93.76 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-05-10 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAÇA		
Zupa mleczna z ryżem 400g(7) (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Jajecznicza(2szt.) (JAJ), Rukola 13g, Jabłko 60g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mandarynka (1szt.),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), ryba smżona 100g (GLUTEN, JAJ, RYB), Sos po grecku 100g(9,7,1) (GLUTEN, SELER), surówka z kapusty pekińskiej 100g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g(9) (SELER), ziemniaki gotowane 200g., Kompot 200ml, Podwieczorek: Wafelek 42g(1szt.),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g(7) (MLEKO), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej 70g, Ser żółty 40g (MLEKO), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3627.14 kcal; Białko ogółem: 133.55 g; białko zwierzęce: 90.04 g; Tłuszcz: 159.55 g; Węglowodany ogółem: 447.09 g; Sód: 2851.48 mg; Potas: 5915.54 mg; Magnez: 433.44 mg; Wapń: 1367.75 mg; Żelazo: 16.30 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3723.08 ug; Błonnik pokarmowy: 35.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.73 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 26.38 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 67.39 g; suma cukrów prostych: 128.49 g;		
sobota 2024-05-11 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 120g (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 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g, Pomidorki "koktailowe" (ok.40g), Herbata 250ml, Serek topiony 17,5g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2587.86 kcal; Białko ogółem: 90.61 g; białko zwierzęce: 49.32 g; Tłuszcz: 81.30 g; Węglowodany ogółem: 401.65 g; Sód: 1625.19 mg; Potas: 3937.20 mg; Magnez: 361.83 mg; Wapń: 518.05 mg; Żelazo: 11.61 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2693.89 ug; Błonnik pokarmowy: 32.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.17 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.72 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.73 g; suma cukrów prostych: 75.43 g;		
sobota 2024-05-11 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g(1,9) (GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 180g(1,7,9) (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g(1) (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g, Pomidorki "koktailowe" (ok.40g), Herbata 250ml, Serek topiony 17,5g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2072.80 kcal; Białko ogółem: 76.60 g; białko zwierzęce: 49.16 g; Tłuszcz: 75.46 g; Węglowodany ogółem: 289.52 g; Sód: 1140.29 mg; Potas: 3637.19 mg; Magnez: 244.37 mg; Wapń: 466.34 mg; Żelazo: 8.32 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2785.49 ug; Błonnik pokarmowy: 20.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.63 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.16 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.10 g; suma cukrów prostych: 70.20 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
sobota 2024-05-11		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek kiszony 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g(1,9) (GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 180g(1,7,9) (GLUTEN, SELER), Sałatka wielowarzywna 120g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Sos jarzynowy 100g(9,1,7) (GLUTEN, SELER), Kompot 200ml , 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), Wieprzowinka w galarecie50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidorki "koktailowe" (ok.40g) , Mix sałat 13g , Herbata 250ml , Serek topiony 17,5g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2131.73 kcal; Białko ogółem: 79.05 g; białko zwierzęce: 49.17 g; Tłuszcz: 74.57 g; Węglowodany ogółem: 307.90 g; Sód: 1638.18 mg; Potas: 3513.14 mg; Magnez: 318.10 mg; Wapń: 465.34 mg; Żelazo: 9.53 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 902.69 ug; Błonnik pokarmowy: 24.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.32 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.00 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.77 g; suma cukrów prostych: 71.13 g;		
sobota 2024-05-11		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Dżem porcja 1szt. 25g , pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Sniadanie: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Zupa grysikowa 400g(1,9) (GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g(1) (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidorki "koktailowe" (ok.40g) , Mix sałat 13g , Herbata 250ml , Serek topiony 17,5g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2171.05 kcal; Białko ogółem: 80.38 g; białko zwierzęce: 52.76 g; Tłuszcz: 77.01 g; Węglowodany ogółem: 307.17 g; Sód: 1187.54 mg; Potas: 3831.94 mg; Magnez: 260.62 mg; Wapń: 603.59 mg; Żelazo: 8.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2804.74 ug; Błonnik pokarmowy: 20.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.51 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.27 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.59 g; suma cukrów prostych: 86.38 g;		
niedziela 2024-05-12		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe wiedeńskie 80g , Musztarda 20g (GORCZYCA), pomidor 70g , 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 120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , ciastka kruche30g (MLEKO, GLUTEN), Podwieczorek: Wafelek 42g(1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kielbasa krotoszyńska 40g , Sałatka z ;sałaty lodowej i rzodkiewki70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3664.65 kcal; Białko ogółem: 135.26 g; białko zwierzęce: 85.21 g; Tłuszcz: 157.16 g; Węglowodany ogółem: 458.40 g; Sód: 3393.34 mg; Potas: 4954.35 mg; Magnez: 448.10 mg; Wapń: 651.17 mg; Żelazo: 17.68 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 772.51 ug; Błonnik pokarmowy: 34.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.35 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 26.48 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 66.03 g; suma cukrów prostych: 102.04 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-05-12 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Parówki drobiowe wiedeńskie 80g , pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Udka z kurczaka gotowane 180g(9) (GLUTEN, SELER), Sałatka z jarzyn gotowanych 120g(9) (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , ciastka kruche 30g (MLEKO, GLUTEN), Podwieczorek: Wafelek 42g(1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Kielbasa krotoszyńska 40g , Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3169.38 kcal; Białko ogółem: 118.65 g; białko zwierzęce: 85.05 g; Tłuszcz: 158.18 g; Węglowodany ogółem: 340.92 g; Sód: 3123.53 mg; Potas: 4529.99 mg; Magnez: 317.73 mg; Wapń: 554.71 mg; Żelazo: 14.10 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2306.23 ug; Błonnik pokarmowy: 23.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.31 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 24.05 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 69.23 g; suma cukrów prostych: 99.26 g;		
niedziela 2024-05-12 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Parówki drobiowe wiedeńskie 80g , pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Udka z kurczaka gotowane 180g(9) (GLUTEN, SELER), Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mus owocowy 200g ,	chleb krojony mały 70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Kielbasa krotoszyńska 40g , Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2736.72 kcal; Białko ogółem: 115.04 g; białko zwierzęce: 80.82 g; Tłuszcz: 133.15 g; Węglowodany ogółem: 303.96 g; Sód: 3225.10 mg; Potas: 4890.48 mg; Magnez: 399.63 mg; Wapń: 562.88 mg; Żelazo: 15.73 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 819.03 ug; Błonnik pokarmowy: 35.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.49 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 25.72 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 56.44 g; suma cukrów prostych: 60.85 g;		
niedziela 2024-05-12 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Parówki drobiowe wiedeńskie 80g , Jogurt owocowy 1szt (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: banan 1szt ,	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Udka z kurczaka gotowane 180g(9) (GLUTEN, SELER), Sałatka z jarzyn gotowanych 120g(9) (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Kompot 200ml , ciastka kruche 30g (MLEKO, GLUTEN), Podwieczorek: Wafelek 42g(1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Kielbasa krotoszyńska 40g , Jajko 1 szt (JAJ), Sałatka z ;sałaty lodowej i rzodkiewki 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3833.52 kcal; Białko ogółem: 143.91 g; białko zwierzęce: 101.15 g; Tłuszcz: 156.37 g; Węglowodany ogółem: 497.58 g; Sód: 3337.95 mg; Potas: 7525.83 mg; Magnez: 552.53 mg; Wapń: 859.73 mg; Żelazo: 19.55 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2548.43 ug; Błonnik pokarmowy: 38.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.88 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 20.88 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 65.55 g; suma cukrów prostych: 172.83 g;		

Dietetyk

.....