

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
czwartek 2024-05-23 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo-słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka Ojca Grzegorza 40g, Ogórek konserwowy 50g, kiełki 7g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa barszcz z botwinki 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Sztuka mięsa 100g (MIĘSO WIEP), Sos pietruszkowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Surówka z marchwi i jabłka 150g (MLEKO), 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 z koperkiem 50g (MLEKO), Mix sałat z pomidorami 70g, Herbata 250ml, Wieprzowinka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 3340.02 kcal; Białko ogółem: 124.73 g; białko zwierzęce: 80.69 g; Tłuszcz: 108.04 g; Węglowodany ogółem: 502.38 g; Sód: 5868.75 mg; Potas: 7753.26 mg; Magnez: 660.69 mg; Wapń: 805.19 mg; Żelazo: 15.31 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2782.89 ug; Błonnik pokarmowy: 40.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.21 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.37 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 40.60 g; suma cukrów prostych: 152.61 g;		
czwartek 2024-05-23 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (7) (MLEKO), kiełki 7g, Szyńka Ojca Grzegorza 40g, Jabłko pieczone 150, Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa barszcz z botwinki 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Sztuka mięsa 100g (MIĘSO WIEP), Sos pietruszkowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1 szt,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (7) (MLEKO), twaróg z koperkiem 50g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat z pomidorami 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3167.63 kcal; Białko ogółem: 118.57 g; białko zwierzęce: 80.38 g; Tłuszcz: 105.06 g; Węglowodany ogółem: 469.31 g; Sód: 5481.65 mg; Potas: 7717.77 mg; Magnez: 587.35 mg; Wapń: 781.25 mg; Żelazo: 13.83 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2168.29 ug; Błonnik pokarmowy: 37.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.21 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.27 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 40.33 g; suma cukrów prostych: 165.28 g;		
czwartek 2024-05-23 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (1,7) (MLEKO, GLUTEN), chleb razowo-słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (7) (MLEKO), Szyńka Ojca Grzegorza 40g, kiełki 7g, Ogórek konserwowy 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa barszcz z botwinki 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Sztuka mięsa 100g (MIĘSO WIEP), Sos pietruszkowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Surówka z marchwi i jabłka 150g (MLEKO), ziemniaki gotowane 200g., Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1 szt,	chleb krojony mały 70g (1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo-słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (7) (MLEKO), twaróg z koperkiem 50g (MLEKO), Mix sałat z pomidorami 70g, Wieprzowinka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3119.38 kcal; Białko ogółem: 118.55 g; białko zwierzęce: 80.60 g; Tłuszcz: 105.95 g; Węglowodany ogółem: 455.09 g; Sód: 5866.00 mg; Potas: 7603.72 mg; Magnez: 628.05 mg; Wapń: 787.95 mg; Żelazo: 14.09 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2782.89 ug; Błonnik pokarmowy: 37.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.87 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.08 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 40.15 g; suma cukrów prostych: 151.62 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-05-23		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (7) (MLEKO), Szynka Ojca Grzegorza 40g, Ogórek konserwowy 50g, kiełki 7g, Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Drożdżówka 1szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ),	zupa barszcz z botwinki 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Sztuka mięsa 100g (MIĘSO WIEP), Sos pietruszkowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Surówka z marchwi i jabłka 150g (MLEKO), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (7) (MLEKO), twaróg z koperkiem 50g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat z pomidorami 70g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3342.48 kcal; Białko ogółem: 123.15 g; białko zwierzęce: 82.53 g; Tłuszcz: 111.51 g; Węglowodany ogółem: 490.28 g; Sód: 5763.50 mg; Potas: 7581.87 mg; Magnez: 586.75 mg; Wapń: 810.70 mg; Żelazo: 14.31 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2866.89 ug; Błonnik pokarmowy: 34.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.18 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.24 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.74 g; suma cukrów prostych: 163.45 g;		
piątek 2024-05-24		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajecznicza (2szt.) (JAJ), Pomidor 60g, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Ser żółty 40g (MLEKO),	zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml . (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło 10g+ makaron 180g) (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok pomidorowy 200ml ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z konserwy rybnej 50g (JAJ), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Rukola 13g, Pomidorki " koktailowe" 2szt. , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2710.07 kcal; Białko ogółem: 117.85 g; białko zwierzęce: 82.02 g; Tłuszcz: 105.08 g; Węglowodany ogółem: 343.78 g; Sód: 1915.42 mg; Potas: 3575.03 mg; Magnez: 333.47 mg; Wapń: 1235.40 mg; Żelazo: 14.49 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1955.06 ug; Błonnik pokarmowy: 23.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.19 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.40 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.06 g; suma cukrów prostych: 77.47 g;		
piątek 2024-05-24		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g, Kielbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krem z dyni z dodatkiem majeranku i pietruszki z grzankami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło 10g+ makaron 180g) (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok pomidorowy 200ml ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kielbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Rukola 13g, Pomidorki " koktailowe" 2szt. , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2527.21 kcal; Białko ogółem: 95.61 g; białko zwierzęce: 63.75 g; Tłuszcz: 86.23 g; Węglowodany ogółem: 356.48 g; Sód: 2149.34 mg; Potas: 3301.97 mg; Magnez: 242.09 mg; Wapń: 746.92 mg; Żelazo: 10.13 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1492.93 ug; Błonnik pokarmowy: 17.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.45 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.65 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.31 g; suma cukrów prostych: 123.82 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
piątek 2024-05-24		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajecznicca(2szt.) (JAJ), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Ser żółty 40g (MLEKO), Pomidor 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa kapuśniak 400ml. (GLUTEN, SELER), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło 10g+ makaron 180g) (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok pomidorowy 200ml ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z konserwy rybnej 50g (JAJ), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Rukola 13g , Pomidorki " koktailowe" 2szt. , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2583.16 kcal; Białko ogółem: 114.78 g; białko zwierzęce: 81.74 g; Tłuszcz: 103.46 g; Węglowodany ogółem: 318.30 g; Sód: 1853.07 mg; Potas: 3534.36 mg; Magnez: 317.44 mg; Wapń: 1217.84 mg; Żelazo: 14.17 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1793.82 ug; Błonnik pokarmowy: 22.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.09 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.48 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.51 g; suma cukrów prostych: 76.23 g;		
piątek 2024-05-24		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajecznicca(2szt.) (JAJ), ser żółty 30g (MLEKO), Pomidor 60g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Sniadanie: Ciastka kruche (MLEKO, GLUTEN),	Zupa krem z dyni z dodatkiem majeranku i pietruszki z grzankami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Naleśniki z serem 3szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok pomidorowy 200ml ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kielbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pasta z konserwy rybnej 50g (JAJ), Rukola 13g , Pomidorki " koktailowe" 2szt. , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3083.90 kcal; Białko ogółem: 136.00 g; białko zwierzęce: 97.64 g; Tłuszcz: 119.75 g; Węglowodany ogółem: 381.46 g; Sód: 2035.94 mg; Potas: 3440.16 mg; Magnez: 253.33 mg; Wapń: 1056.44 mg; Żelazo: 15.34 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2278.86 ug; Błonnik pokarmowy: 19.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.11 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.96 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 46.04 g; suma cukrów prostych: 105.68 g;		
sobota 2024-05-25		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg 70g (MLEKO), Parówki Cieszynki 100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , ketchup 20g (GLUTEN, SELER), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Ziemniaki gotowane 200g , marchewka oprószana 150g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynka beskidzka 40g , kiełki 7g , Ogórek zielony 60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3081.40 kcal; Białko ogółem: 117.80 g; białko zwierzęce: 67.48 g; Tłuszcz: 111.03 g; Węglowodany ogółem: 388.27 g; Sód: 1417.27 mg; Potas: 4528.89 mg; Magnez: 384.75 mg; Wapń: 544.12 mg; Żelazo: 13.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2847.77 ug; Błonnik pokarmowy: 32.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.30 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.98 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 78.52 g; suma cukrów prostych: 65.00 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-05-25 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg 70g(7) (MLEKO), pomidor 70g , Parówki Cieszynki 100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup 20g (GLUTEN, SELER), Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g(1,9) (GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), marchewka oprószana 150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1 szt. ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szyunka beskidzka 40g , kiełki 7g , Pomidor 60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2607.24 kcal; Białko ogółem: 104.37 g; białko zwierzęce: 67.33 g; Tłuszcz: 105.83 g; Węglowodany ogółem: 284.72 g; Sód: 1223.12 mg; Potas: 4175.98 mg; Magnez: 273.89 mg; Wapń: 488.61 mg; Żelazo: 10.08 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2913.27 ug; Błonnik pokarmowy: 20.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.82 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.81 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 78.02 g; suma cukrów prostych: 62.97 g;		
sobota 2024-05-25 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg 70g(7) (MLEKO), pomidor 70g , Parówki Cieszynki 100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup 20g (GLUTEN, SELER), Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g(1,9) (GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Surówka z kapusty kiszzonej 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko 150g ,	chleb krojony mały 70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szyunka beskidzka 40g , kiełki 7g , Ogórek zielony 60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2546.68 kcal; Białko ogółem: 102.84 g; białko zwierzęce: 67.25 g; Tłuszcz: 94.56 g; Węglowodany ogółem: 301.51 g; Sód: 1220.32 mg; Potas: 4470.03 mg; Magnez: 311.09 mg; Wapń: 534.26 mg; Żelazo: 10.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1219.87 ug; Błonnik pokarmowy: 26.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.87 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.55 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 41.53 g; suma cukrów prostych: 88.45 g;		
sobota 2024-05-25 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Twaróg 70g (MLEKO), pomidor 70g , Parówki Cieszynki 100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup 20g (GLUTEN, SELER), Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa krupnik z ziemniakami 400g(1,9) (GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), marchewka oprószana 150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1 szt. ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szyunka beskidzka 40g , pasta z jajka i twarogu ze szczypiorkiem 80g (MLEKO, GORCZYCA), kiełki 7g , Ogórek zielony 60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2762.48 kcal; Białko ogółem: 111.56 g; białko zwierzęce: 76.64 g; Tłuszcz: 110.85 g; Węglowodany ogółem: 306.49 g; Sód: 1232.52 mg; Potas: 4293.98 mg; Magnez: 275.13 mg; Wapń: 542.81 mg; Żelazo: 9.94 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2908.27 ug; Błonnik pokarmowy: 22.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.89 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.69 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 79.36 g; suma cukrów prostych: 91.79 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-05-26 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo-słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Serek topiony 50g (MLEKO), Rukola 13g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	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, Biszkopty, Podwieczorek: Wafelek,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo-słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynka gotowana 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek kiszony 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2652.43 kcal; Białko ogółem: 71.42 g; białko zwierzęce: 33.69 g; Tłuszcz: 108.22 g; Węglowodany ogółem: 371.60 g; Sód: 5138.98 mg; Potas: 3743.71 mg; Magnez: 321.88 mg; Wapń: 727.36 mg; Żelazo: 9.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 776.86 ug; Błonnik pokarmowy: 26.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.20 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.75 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.28 g; suma cukrów prostych: 104.09 g;		
niedziela 2024-05-26 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Miód 1szt., Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Rukola 13g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	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, Biszkopty, Podwieczorek: Wafelek,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka gotowana 40g(6,7,9,10) (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2436.49 kcal; Białko ogółem: 66.00 g; białko zwierzęce: 31.32 g; Tłuszcz: 83.46 g; Węglowodany ogółem: 376.43 g; Sód: 4728.82 mg; Potas: 3946.22 mg; Magnez: 291.68 mg; Wapń: 672.18 mg; Żelazo: 9.22 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2252.18 ug; Błonnik pokarmowy: 24.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.62 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.02 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.97 g; suma cukrów prostych: 108.14 g;		
niedziela 2024-05-26 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo-słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Serek topiony 50g (MLEKO), Rukola 13g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	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: Kiwi 1szt.,	chleb krojony mały 70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka gotowana 40g(6,7,9,10) (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek kiszony 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 1897.33 kcal; Białko ogółem: 59.42 g; białko zwierzęce: 29.46 g; Tłuszcz: 69.25 g; Węglowodany ogółem: 283.37 g; Sód: 4988.46 mg; Potas: 3906.16 mg; Magnez: 317.03 mg; Wapń: 660.60 mg; Żelazo: 8.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 821.58 ug; Błonnik pokarmowy: 26.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.55 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.48 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.08 g; suma cukrów prostych: 64.27 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-05-26		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAÇA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Serek topiony 50g (MLEKO), Szynka szkolna 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Rukola 13g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Kiwi 1szt. ,	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 z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Biskopty, Podwieczorek: Wafelek ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka gotowana 40g(6,7,9,10) (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg 70g (MLEKO), ogórek kiszony 70g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2712.75 kcal; Białko ogółem: 92.27 g; białko zwierzęce: 55.09 g; Tłuszcz: 104.40 g; Węglowodany ogółem: 371.57 g; Sód: 5569.73 mg; Potas: 4188.16 mg; Magnez: 311.33 mg; Wapń: 813.95 mg; Żelazo: 9.88 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 906.98 ug; Błonnik pokarmowy: 23.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.14 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.13 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.96 g; suma cukrów prostych: 107.25 g;		
poniedziałek 2024-05-27		
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), Dżem porcja 1szt. 25g, szynkowa drobiowa 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, kielki 7g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), gulasz drobiowy(120g+80g) (GLUTEN), Sałatka coleslaw 150g, Makaron razowy świderk 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), Kielbasa kminkowa 30g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g, Ogórek kiszony 60g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2771.90 kcal; Białko ogółem: 112.40 g; białko zwierzęce: 72.44 g; Tłuszcz: 87.05 g; Węglowodany ogółem: 408.00 g; Sód: 3464.54 mg; Potas: 3987.45 mg; Magnez: 402.02 mg; Wapń: 729.75 mg; Żelazo: 13.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 842.97 ug; Błonnik pokarmowy: 27.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.94 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.31 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.05 g; suma cukrów prostych: 115.84 g;		
poniedziałek 2024-05-27		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka drobiowa 40g, pomidor 70g, dżem 2szt., kielki 7g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), gulasz drobiowy(120g+80g) (GLUTEN), marchewka oprószana 150g (GLUTEN), Makaron razowy świderk 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Kielbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g, Pomidor 60g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2362.85 kcal; Białko ogółem: 94.00 g; białko zwierzęce: 62.06 g; Tłuszcz: 80.72 g; Węglowodany ogółem: 334.18 g; Sód: 2950.68 mg; Potas: 3932.48 mg; Magnez: 300.21 mg; Wapń: 670.17 mg; Żelazo: 10.35 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3161.48 ug; Błonnik pokarmowy: 21.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.48 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.66 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.35 g; suma cukrów prostych: 97.60 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-05-27		
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), szynka drobiowa30g , Pomidor60g , Serek topiony 17,5g (MLEKO), kielki7g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Żurek 400g(1,) (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), gulasz drobiowy(120g+80g) (GLUTEN), sałatka colesław100g , Kompot 200ml , ziemniaki z koperkiem 200g , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), Kiełbasa kminkowa50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g , Herbata 250ml , Ogórek kiszony60g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2667.76 kcal; Białko ogółem: 109.74 g; białko zwierzęce: 76.01 g; Tłuszcz: 96.36 g; Węglowodany ogółem: 366.03 g; Sód: 3601.74 mg; Potas: 5282.14 mg; Magnez: 454.17 mg; Wapń: 766.09 mg; Żelazo: 14.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 843.03 ug; Błonnik pokarmowy: 28.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.47 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.32 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.69 g; suma cukrów prostych: 99.26 g;		
poniedziałek 2024-05-27		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka drobiowa30g , pomidor 70g , dżem 2szt. , kielki7g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	zupa jarzynowa 400ml (1,7,9)-bez brokuła (MLEKO, GLUTEN, SELER), gulasz drobiowy(80g+80g)(1,7) (GLUTEN), marchewka oprószana150g (GLUTEN), Makaron razowy świderk 200g , sałatka colesław100g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Kiełbasa kminkowa50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Mix sałat 13g , Herbata 250ml , Ogórek kiszony60g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2759.76 kcal; Białko ogółem: 111.72 g; białko zwierzęce: 76.87 g; Tłuszcz: 94.64 g; Węglowodany ogółem: 385.55 g; Sód: 2356.13 mg; Potas: 4067.00 mg; Magnez: 333.53 mg; Wapń: 877.31 mg; Żelazo: 12.93 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3344.54 ug; Błonnik pokarmowy: 23.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.13 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.53 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.06 g; suma cukrów prostych: 126.29 g;		
wtorek 2024-05-28		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi400ml. (MLEKO), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem80g (MLEKO), Szynka Ojca Grzegorza40g , sałata zielona13g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Papryka czerwona60g ,	Zupa grochówka 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, ROŚ, GORCZYCA), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), buraki 150g , ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kiełbasa szynkowa40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z pomidora i rukoli70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3330.99 kcal; Białko ogółem: 157.81 g; białko zwierzęce: 97.79 g; Tłuszcz: 74.97 g; Węglowodany ogółem: 560.95 g; Sód: 2074.99 mg; Potas: 8992.58 mg; Magnez: 734.35 mg; Wapń: 995.64 mg; Żelazo: 20.42 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1145.54 ug; Błonnik pokarmowy: 50.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.28 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.94 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 24.02 g; suma cukrów prostych: 159.80 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-05-28		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400ml.(7) (MLEKO), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem 80g (MLEKO), Szyunka Ojca Grzegorza 40g, sałata zielona 13g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Pomidor 60g,	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), buraki 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), kielbasa szynkowa 40g(6,7,9,10) (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z pomidora i rukoli 70g, Wek krojony 50g (GLUTEN), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2720.29 kcal; Białko ogółem: 130.03 g; białko zwierzęce: 96.73 g; Tłuszcz: 67.81 g; Węglowodany ogółem: 420.72 g; Sód: 1835.49 mg; Potas: 7251.28 mg; Magnez: 526.04 mg; Wapń: 910.04 mg; Żelazo: 14.12 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 842.74 ug; Błonnik pokarmowy: 28.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.36 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.24 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.88 g; suma cukrów prostych: 156.16 g;		
wtorek 2024-05-28		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g(7) (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem 80g (MLEKO), Szyunka Ojca Grzegorza 40g, sałata zielona 13g, Papryka czerwona 60g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g, buraki 150g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), kielbasa szynkowa 40g(6,7,9,10) (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z pomidora i rukoli 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2847.14 kcal; Białko ogółem: 132.08 g; białko zwierzęce: 93.36 g; Tłuszcz: 70.12 g; Węglowodany ogółem: 453.96 g; Sód: 1842.67 mg; Potas: 7407.98 mg; Magnez: 604.94 mg; Wapń: 826.79 mg; Żelazo: 16.17 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1099.44 ug; Błonnik pokarmowy: 38.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.39 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.89 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.49 g; suma cukrów prostych: 151.88 g;		
wtorek 2024-05-28		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400ml.(7) (MLEKO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem 50g (MLEKO), Szyunka Ojca Grzegorza 40g, sałata zielona 13g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Papryka czerwona 60g, II Śniadanie: Sok warzywny 200ml,	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), Kotlet drobiowy 120g (GLUTEN, JAJ), buraki 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Kielbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty 40g (MLEKO), Sałatka z pomidora i rukoli 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2921.78 kcal; Białko ogółem: 124.08 g; białko zwierzęce: 89.79 g; Tłuszcz: 91.38 g; Węglowodany ogółem: 428.31 g; Sód: 1821.14 mg; Potas: 7258.48 mg; Magnez: 537.71 mg; Wapń: 1222.93 mg; Żelazo: 15.12 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1384.58 ug; Błonnik pokarmowy: 32.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.32 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.67 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.54 g; suma cukrów prostych: 156.71 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
środa 2024-05-29 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), kielki7g , Ogórek zielony60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gulasz wieprzowy(100g +100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto150g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńska krucha40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , Rzodkiewka60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2924.50 kcal; Białko ogółem: 130.72 g; białko zwierzęce: 93.58 g; Tłuszcz: 122.94 g; Węglowodany ogółem: 350.73 g; Sód: 2541.87 mg; Potas: 3890.51 mg; Magnez: 424.24 mg; Wapń: 928.48 mg; Żelazo: 16.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1985.31 ug; Błonnik pokarmowy: 28.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.50 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.19 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 40.98 g; suma cukrów prostych: 85.79 g;		
środa 2024-05-29 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), kielki7g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Gulasz wieprzowy(100g +100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto150g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńska krucha40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , Rzodkiewka60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2656.07 kcal; Białko ogółem: 127.50 g; białko zwierzęce: 96.42 g; Tłuszcz: 109.77 g; Węglowodany ogółem: 308.49 g; Sód: 2522.66 mg; Potas: 3661.32 mg; Magnez: 360.45 mg; Wapń: 927.02 mg; Żelazo: 15.38 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2313.07 ug; Błonnik pokarmowy: 21.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.42 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.89 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.71 g; suma cukrów prostych: 85.07 g;		
środa 2024-05-29 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), chleb razowo-słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), kielki7g , Ogórek zielony60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gulasz wieprzowy(100g +100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto150g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek naturalny150g ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńska krucha40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , Rzodkiewka60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2850.36 kcal; Białko ogółem: 109.71 g; białko zwierzęce: 78.50 g; Tłuszcz: 151.77 g; Węglowodany ogółem: 287.11 g; Sód: 2572.79 mg; Potas: 3660.22 mg; Magnez: 389.20 mg; Wapń: 839.44 mg; Żelazo: 15.13 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2294.81 ug; Błonnik pokarmowy: 25.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 69.44 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.41 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 47.92 g; suma cukrów prostych: 67.58 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-05-29		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z kaszą maną 300g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Kielki 13g, Ogórek zielony 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mus owocowy 200g,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Gulasz wieprzowy (100g +100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto 150g, surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczerek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka krucha 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Rzodkiewka 60g, Mix sałat 13g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2820.72 kcal; Białko ogółem: 134.52 g; białko zwierzęce: 98.78 g; Tłuszcz: 116.35 g; Węglowodany ogółem: 339.15 g; Sód: 3152.88 mg; Potas: 4228.31 mg; Magnez: 414.33 mg; Wapń: 1155.43 mg; Żelazo: 16.75 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2642.37 ug; Błonnik pokarmowy: 32.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.37 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.56 g; kw. tłuszcz. jedenienasycone ogółem: 39.83 g; suma cukrów prostych: 91.15 g;		
czwartek 2024-05-30		
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), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Szynka Ojca Grzegorza 40g, Pomidorki " koktailowe" (ok.40g), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), kotlet mielony 100g (GLUTEN, JAJ), marchewka oprószana 150g (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Deser budyniowy 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), Kielki 4g, ogórek kiszony 70g, Kielbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3058.15 kcal; Białko ogółem: 104.14 g; białko zwierzęce: 62.55 g; Tłuszcz: 137.19 g; Węglowodany ogółem: 383.39 g; Sód: 2245.30 mg; Potas: 5174.59 mg; Magnez: 445.55 mg; Wapń: 732.97 mg; Żelazo: 14.42 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3473.76 ug; Błonnik pokarmowy: 32.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.38 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 21.87 g; kw. tłuszcz. jedenienasycone ogółem: 85.81 g; suma cukrów prostych: 74.78 g;		
czwartek 2024-05-30		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Szynka Ojca Grzegorza 40g, Pomidorki " koktailowe" (ok.40g), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g, marchewka oprószana 150g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczerek: Deser budyniowy 1szt.	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasztet z blachy 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK, SOJA, GORCZYCA), Kielbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kielki 4g, pomidor 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2488.10 kcal; Białko ogółem: 93.83 g; białko zwierzęce: 62.99 g; Tłuszcz: 115.68 g; Węglowodany ogółem: 291.38 g; Sód: 1798.49 mg; Potas: 5120.30 mg; Magnez: 351.19 mg; Wapń: 702.56 mg; Żelazo: 11.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3987.48 ug; Błonnik pokarmowy: 24.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.31 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.71 g; kw. tłuszcz. jedenienasycone ogółem: 74.73 g; suma cukrów prostych: 71.55 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
czwartek 2024-05-30		
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), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Szynka Ojca Grzegorza 40g , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Fasolka szparagowa 150g (GLUTEN, ROŚ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	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), Kiełbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki 4g , ogórek kiszony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2542.55 kcal; Białko ogółem: 102.07 g; białko zwierzęce: 67.28 g; Tłuszcz: 109.88 g; Węglowodany ogółem: 315.49 g; Sód: 2004.15 mg; Potas: 5352.58 mg; Magnez: 438.29 mg; Wapń: 931.80 mg; Żelazo: 13.61 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1909.98 ug; Błonnik pokarmowy: 30.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.42 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.04 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 40.22 g; suma cukrów prostych: 77.73 g;		
czwartek 2024-05-30		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Szynka Ojca Grzegorza 40g , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Sniadanie: Mandarynka (1szt.) ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), kotlet mielony 100g (GLUTEN, JAJ), Ziemniaki gotowane 200g , marchewka oprószana 150g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasztet z blachy 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK, SOJA, GORCZYCA), Kiełbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki 4g , ogórek kiszony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2924.69 kcal; Białko ogółem: 99.08 g; białko zwierzęce: 62.52 g; Tłuszcz: 135.81 g; Węglowodany ogółem: 352.21 g; Sód: 2156.51 mg; Potas: 5065.60 mg; Magnez: 381.61 mg; Wapń: 731.08 mg; Żelazo: 12.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3530.76 ug; Błonnik pokarmowy: 26.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.82 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.39 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 86.35 g; suma cukrów prostych: 80.99 g;		
piątek 2024-05-31		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajecznicza (2szt.) (JAJ), Mix sałat 10g , Pomidor 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Ryba smażona 100.g (GLUTEN, JAJ, RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z kapusty pekińskiej 120g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Galartetka 1szt. ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Sałatka makaronowa -Z PAPRYKI , PIECZAREK, KUKURYDZY I OGÓRKA 250g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórki konserwowe 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3355.46 kcal; Białko ogółem: 116.97 g; białko zwierzęce: 70.80 g; Tłuszcz: 100.85 g; Węglowodany ogółem: 507.03 g; Sód: 1422.45 mg; Potas: 5560.58 mg; Magnez: 460.73 mg; Wapń: 881.91 mg; Żelazo: 17.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1901.42 ug; Błonnik pokarmowy: 35.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.18 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 20.46 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.06 g; suma cukrów prostych: 119.86 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-05-31		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Kiełbasa krakowska 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 60g, Mix sałat 10g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), ryba gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), Sos po grecku 100g (GLUTEN, SELER), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SELER), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Galartetka 1szt.,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 80g (MLEKO), pomidor 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2636.37 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; białko zwierzęce: 74.94 g; Tłuszcz: 72.78 g; Węglowodany ogółem: 409.83 g; Sód: 1857.54 mg; Potas: 4895.42 mg; Magnez: 334.11 mg; Wapń: 773.79 mg; Żelazo: 10.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2449.08 ug; Błonnik pokarmowy: 26.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.36 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.93 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.54 g; suma cukrów prostych: 118.15 g;		
piątek 2024-05-31		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajecznica (2szt.) (JAJ), Mix sałat 10g, Pomidor 60g, 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 z koperkiem 200g, Sos po grecku 100g (GLUTEN, SELER), surówka z kapusty pekińskiej 150g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 80g (MLEKO), ogórki konserwowe 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2606.72 kcal; Białko ogółem: 122.64 g; białko zwierzęce: 84.88 g; Tłuszcz: 86.67 g; Węglowodany ogółem: 358.13 g; Sód: 2039.83 mg; Potas: 5725.22 mg; Magnez: 455.15 mg; Wapń: 936.97 mg; Żelazo: 15.56 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2280.62 ug; Błonnik pokarmowy: 33.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.41 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.79 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.14 g; suma cukrów prostych: 82.40 g;		
piątek 2024-05-31		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajecznica (2szt.) (JAJ), Mix sałat 10g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Sok warzywny 200ml,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Ryba smażona 100g (GLUTEN, JAJ, RYB), surówka z kapusty pekińskiej 150g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Galartetka 1szt.,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Sałatka makaronowa -Z PAPRYKI ,PIECZAREK, KUKURYDZY I OGÓRKA 250g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Szynka bartnika 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3231.52 kcal; Białko ogółem: 123.42 g; białko zwierzęce: 80.87 g; Tłuszcz: 98.27 g; Węglowodany ogółem: 469.42 g; Sód: 2040.90 mg; Potas: 5830.39 mg; Magnez: 416.39 mg; Wapń: 872.61 mg; Żelazo: 16.11 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2163.02 ug; Błonnik pokarmowy: 29.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.26 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.59 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.10 g; suma cukrów prostych: 118.37 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
sobota 2024-06-01 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg70g (MLEKO), Rzodkiewka 20g , Ogórek zielony50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), Sztuka mięsa100g (MIĘSO WIEP), Sos jarzynowy 100g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszyński80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup20g (GLUTEN, SELER), Pomidor50g , Mix sałat 10g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2644.17 kcal; Białko ogółem: 110.94 g; białko zwierzęce: 75.95 g; Tłuszcz: 91.40 g; Węglowodany ogółem: 322.79 g; Sód: 2807.94 mg; Potas: 4358.26 mg; Magnez: 368.20 mg; Wapń: 702.99 mg; Żelazo: 11.81 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2614.16 ug; Błonnik pokarmowy: 27.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.84 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.07 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.35 g; suma cukrów prostych: 68.84 g;		
sobota 2024-06-01 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Twaróg70g (MLEKO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), Sztuka mięsa100g (MIĘSO WIEP), Sos jarzynowy 100g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszyński80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor50g , Mix sałat 10g , ketchup20g (GLUTEN, SELER), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2351.33 kcal; Białko ogółem: 102.53 g; białko zwierzęce: 75.88 g; Tłuszcz: 87.28 g; Węglowodany ogółem: 258.53 g; Sód: 2677.04 mg; Potas: 4097.47 mg; Magnez: 276.71 mg; Wapń: 655.65 mg; Żelazo: 9.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2695.46 ug; Błonnik pokarmowy: 17.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.58 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.55 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.09 g; suma cukrów prostych: 67.54 g;		
sobota 2024-06-01 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg70g (MLEKO), Rzodkiewka 20g , Ogórek zielony50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), Sztuka mięsa100g (MIĘSO WIEP), Sos jarzynowy 100g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszyński80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup20g (GLUTEN, SELER), Pomidor50g , Mix sałat 10g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2429.53 kcal; Białko ogółem: 104.93 g; białko zwierzęce: 75.86 g; Tłuszcz: 89.43 g; Węglowodany ogółem: 276.72 g; Sód: 2709.86 mg; Potas: 4214.97 mg; Magnez: 337.16 mg; Wapń: 686.45 mg; Żelazo: 10.64 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2614.16 ug; Błonnik pokarmowy: 23.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.52 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.85 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.93 g; suma cukrów prostych: 67.89 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-06-01		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg 70g (MLEKO), Rzodkiewka 20g, Ogórek zielony 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g,	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), bitki w sosie (100g+80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Surówka z marchwi i jabłka 100g (MLEKO), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszyński 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup 20g (GLUTEN, SELER), Pomidor 50g, Mix sałat 10g, Herbata 250ml,
<p>Wartości odżywcze: Energia: 2430.62 kcal; Białko ogółem: 89.44 g; białko zwierzęce: 63.81 g; Tłuszcz: 89.15 g; Węglowodany ogółem: 308.77 g; Sód: 1543.74 mg; Potas: 4031.62 mg; Magnez: 260.05 mg; Wapń: 678.16 mg; Żelazo: 9.01 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2444.35 ug; Błonnik pokarmowy: 21.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.39 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.18 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.21 g; suma cukrów prostych: 107.09 g;</p>		

Dietetyk

.....