

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-07-02 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg 50g (MLEKO), Dżem 50g, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Pomidor 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ogórkowa 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Knedle z mięsem boczkiem i cebulką 6szt. , surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka beszkidzka 50g, Ogórek zielony 60g, kielki 7g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2095.64 kcal; Białko ogółem: 66.05 g; białko zwierzęce: 29.33 g; Tłuszcz: 88.00 g; Węglowodany ogółem: 283.95 g; Sód: 1318.79 mg; Potas: 3002.89 mg; Magnez: 257.16 mg; Wapń: 777.57 mg; Żelazo: 7.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1073.03 ug; Błonnik pokarmowy: 23.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.71 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.48 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 56.08 g; suma cukrów prostych: 92.62 g;		
wtorek 2024-07-02 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Twaróg 50g (MLEKO), Dżem 50g, Masło 15g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Pomidor 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), marchewka oprószana 150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka beszkidzka 40g, kielki 7g, Pomidor 60g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2443.92 kcal; Białko ogółem: 84.83 g; białko zwierzęce: 45.68 g; Tłuszcz: 95.15 g; Węglowodany ogółem: 337.32 g; Sód: 946.97 mg; Potas: 4758.00 mg; Magnez: 301.04 mg; Wapń: 712.03 mg; Żelazo: 9.21 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3476.52 ug; Błonnik pokarmowy: 25.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.21 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.94 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 57.16 g; suma cukrów prostych: 91.73 g;		
wtorek 2024-07-02 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Pomidor 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ogórkowa 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z kapusty białej 120g (GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Mandarynka (1szt.) ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka beszkidzka 40g, Ogórek zielony 60g, kielki 7g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2261.58 kcal; Białko ogółem: 87.75 g; białko zwierzęce: 49.97 g; Tłuszcz: 88.96 g; Węglowodany ogółem: 307.26 g; Sód: 1164.95 mg; Potas: 5039.80 mg; Magnez: 371.77 mg; Wapń: 1229.49 mg; Żelazo: 9.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1680.88 ug; Błonnik pokarmowy: 30.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.35 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.31 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.90 g; suma cukrów prostych: 82.72 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-07-02 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), rogal (GLUTEN, JAJ), Dżem porcja 1szt. 25g , Serek naturalny150g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), pomidor 70g , II Śniadanie: Mandarynka (1szt.) ,	Zupa ogórkowa 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), kluski z mięsem i masłem 6szt. (MLEKO), surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyunka beskidzka 30g , ser żółty30g (MLEKO), kiełki7g , Ogórek zielony60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2365.75 kcal; Białko ogółem: 74.04 g; białko zwierzęce: 38.79 g; Tłuszcz: 124.55 g; Węglowodany ogółem: 302.81 g; Sód: 1578.94 mg; Potas: 3103.55 mg; Magnez: 242.22 mg; Wapń: 1055.93 mg; Żelazo: 6.90 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1660.58 ug; Błonnik pokarmowy: 20.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 65.49 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.13 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 64.72 g; suma cukrów prostych: 98.50 g;		
środa 2024-07-03 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Kiełbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), rukola 6g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), Potrawka mięsna 180g(100g+80g) (GLUTEN, SELER), Ziemniaki gotowane 200g , szpinak na gęsto150g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle 30g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Rzodkiewka.40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2644.86 kcal; Białko ogółem: 117.23 g; białko zwierzęce: 83.61 g; Tłuszcz: 116.74 g; Węglowodany ogółem: 305.48 g; Sód: 2136.17 mg; Potas: 4567.94 mg; Magnez: 408.66 mg; Wapń: 862.15 mg; Żelazo: 16.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2371.38 ug; Błonnik pokarmowy: 25.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.88 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.40 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.64 g; suma cukrów prostych: 68.55 g;		
środa 2024-07-03 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Serek do chleba 1szt. (MLEKO), Pomidor60g , rukola 6g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), Potrawka mięsna 180g(100g+80g) (GLUTEN, SELER), szpinak na gęsto150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Masło 15g (MLEKO), Rzodkiewka.40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2568.17 kcal; Białko ogółem: 96.28 g; białko zwierzęce: 65.13 g; Tłuszcz: 123.84 g; Węglowodany ogółem: 286.71 g; Sód: 1246.69 mg; Potas: 4079.18 mg; Magnez: 332.82 mg; Wapń: 786.13 mg; Żelazo: 12.27 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2443.63 ug; Błonnik pokarmowy: 20.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 57.42 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.28 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.16 g; suma cukrów prostych: 70.21 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-07-03		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb razowo-słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), rukola 6g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), Potrawka mięsna 180g(100g+80g) (GLUTEN, SELER), szpinak na gęsto150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo-słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Filet zapiekany na maśle 30g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Masło 15g (MLEKO), Rzodkiewka.40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2484.22 kcal; Białko ogółem: 112.75 g; białko zwierzęce: 83.55 g; Tłuszcz: 115.78 g; Węglowodany ogółem: 270.41 g; Sód: 2080.17 mg; Potas: 4480.90 mg; Magnez: 392.02 mg; Wapń: 851.91 mg; Żelazo: 15.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2371.38 ug; Błonnik pokarmowy: 23.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.69 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.82 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.43 g; suma cukrów prostych: 67.91 g;		
środa 2024-07-03		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Kielbasa krakowska drobiowa40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), rukola 6g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Wafelek 42g(1szt.) ,	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), Potrawka mięsna 180g(100g+80g) (GLUTEN, SELER), Kalafior z wody z masłem i bułką tartą 150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle 30g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Rzodkiewka.40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2975.77 kcal; Białko ogółem: 117.63 g; białko zwierzęce: 81.10 g; Tłuszcz: 130.60 g; Węglowodany ogółem: 352.39 g; Sód: 2323.22 mg; Potas: 4453.85 mg; Magnez: 326.52 mg; Wapń: 835.70 mg; Żelazo: 12.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1503.38 ug; Błonnik pokarmowy: 21.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.70 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.18 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 45.32 g; suma cukrów prostych: 102.50 g;		
czwartek 2024-07-04		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi300ml (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo-słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka Ojca Grzegorza40g , Ogórek konserwowy50g , kielki7g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa barszcz z botwinki400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Sztuka mięsa100g (MIĘSO WIEP), Sos pietruszkowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Surówka z marchwi i jabłka150g (MLEKO), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem50g (MLEKO), Mix sałat z pomidorami70g , Herbata 250ml , Wieprzowinka w galarecie50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 3310.02 kcal; Białko ogółem: 123.88 g; białko zwierzęce: 80.68 g; Tłuszcz: 86.93 g; Węglowodany ogółem: 496.27 g; Sód: 4331.88 mg; Potas: 7722.01 mg; Magnez: 652.69 mg; Wapń: 801.69 mg; Żelazo: 15.09 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2782.89 ug; Błonnik pokarmowy: 39.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.43 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.96 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 40.48 g; suma cukrów prostych: 152.43 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-07-04		
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), kielki 7g, Szynka 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 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: 3167.63 kcal; Białko ogółem: 118.57 g; białko zwierzęce: 80.38 g; Tłuszcz: 84.52 g; Węglowodany ogółem: 469.31 g; Sód: 4187.65 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: 37.51 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.21 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 40.33 g; suma cukrów prostych: 165.28 g;		
czwartek 2024-07-04		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (1,7) (MLEKO, GLUTEN), chleb razowo-słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (7) (MLEKO), Szynka Ojca Grzegorza 40g, kielki 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 1szt,	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: 3095.38 kcal; Białko ogółem: 117.87 g; białko zwierzęce: 80.59 g; Tłuszcz: 84.96 g; Węglowodany ogółem: 450.20 g; Sód: 4233.80 mg; Potas: 7578.72 mg; Magnez: 621.65 mg; Wapń: 785.15 mg; Żelazo: 13.91 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2782.89 ug; Błonnik pokarmowy: 36.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.11 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.74 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 40.06 g; suma cukrów prostych: 151.48 g;		
czwartek 2024-07-04		
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, kielki 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: 90.97 g; Węglowodany ogółem: 490.28 g; Sód: 4350.00 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: 39.48 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.18 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.74 g; suma cukrów prostych: 163.45 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-07-05 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), Jajecznicca (2szt.) (JAJ), Pomidor 60g, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Ser żółty 40g (MLEKO),	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 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: 2553.40 kcal; Białko ogółem: 101.92 g; białko zwierzęce: 66.81 g; Tłuszcz: 99.09 g; Węglowodany ogółem: 333.29 g; Sód: 1582.12 mg; Potas: 3443.50 mg; Magnez: 304.48 mg; Wapń: 1143.08 mg; Żelazo: 14.15 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1762.62 ug; Błonnik pokarmowy: 22.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.84 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.93 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.17 g; suma cukrów prostych: 73.82 g;		
piątek 2024-07-05 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g, Kiełbasa 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), Kiełbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Rukola 13g, Pomidorki " koktailowe" 2szt., Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2420.81 kcal; Białko ogółem: 80.65 g; białko zwierzęce: 48.79 g; Tłuszcz: 82.47 g; Węglowodany ogółem: 353.52 g; Sód: 2114.14 mg; Potas: 3211.57 mg; Magnez: 234.89 mg; Wapń: 671.72 mg; Żelazo: 9.97 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1461.73 ug; Błonnik pokarmowy: 17.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.21 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.52 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.09 g; suma cukrów prostych: 121.26 g;		
piątek 2024-07-05 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH 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: 2446.76 kcal; Białko ogółem: 98.97 g; białko zwierzęce: 66.77 g; Tłuszcz: 99.14 g; Węglowodany ogółem: 309.22 g; Sód: 1568.20 mg; Potas: 3412.71 mg; Magnez: 302.24 mg; Wapń: 1139.14 mg; Żelazo: 13.79 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1762.62 ug; Błonnik pokarmowy: 21.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.78 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.00 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.17 g; suma cukrów prostych: 73.50 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-07-05 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAÇA		
chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajecznicza(2szt.) (JAJ), ser żółty30g (MLEKO), Pomidor60g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Ciastka kruche (MLEKO, GLUTEN),	Zupa krem z dyni z dodatkiem majeranku i pietruszki z grzankami400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Naleśniki z serem 3szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok pomidorowy 200ml ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kielbasa kminkowa50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pasta z konserwy rybnej 50g (JAJ), Rukola13g , Pomidorki "koktailowe" 2szt. , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2916.42 kcal; Białko ogółem: 133.89 g; białko zwierzęce: 97.33 g; Tłuszcz: 110.66 g; Węglowodany ogółem: 361.67 g; Sód: 1922.83 mg; Potas: 3416.29 mg; Magnez: 251.02 mg; Wapń: 1051.05 mg; Żelazo: 15.11 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2198.78 ug; Błonnik pokarmowy: 18.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.80 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.14 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.54 g; suma cukrów prostych: 99.71 g;		
sobota 2024-07-06 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg70g (MLEKO), Parówki Cieszynki 100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , ketchup20g (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 oprószana150g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynka beskidzka 40g , kielki7g , Ogórek zielony60g , 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;		
sobota 2024-07-06 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg70g(7) (MLEKO), pomidor 70g , Parówki Cieszynki 100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup20g (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 oprószana150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka beskidzka 40g , kielki7g , Pomidor60g , 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;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posilek nocny
sobota 2024-07-06		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg70g(7) (MLEKO), pomidor 70g , Parówki Cieszynki 100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup20g (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 kiszonej150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczerek: Jabłko 150g ,	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka beskidzka 40g , kiełki7g , Ogórek zielony60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 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 2024-07-06		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Twaróg70g (MLEKO), pomidor 70g , Parówki Cieszynki 100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup20g (GLUTEN, SELER), Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Sniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa krupnik z ziemniakami 400g(1,9) (GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), marchewka oprószana150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczerek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka beskidzka 40g , pasta z jajka i twarogu ze szczypiorkiem80g (GORCZYCA), kiełki7g , Ogórek zielony60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2695.98 kcal; Białko ogółem: 102.21 g; białko zwierzęce: 67.29 g; Tłuszcz: 108.50 g; Węglowodany ogółem: 304.64 g; Sód: 1210.52 mg; Potas: 4237.48 mg; Magnez: 270.63 mg; Wapń: 495.81 mg; Żelazo: 9.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2888.77 ug; Błonnik pokarmowy: 22.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.50 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.61 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 78.60 g; suma cukrów prostych: 90.19 g;		
niedziela 2024-07-07		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Serek topiony 50g (MLEKO), Rukola13g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka pieczone 150g,sos pieczeniowy (2szt.) (GLUTEN), Sałatka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Biszkopty , Podwieczerek: Wafelek ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynka gotowana40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek kiszony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 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;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-07-07		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka szkolna 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), 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: 2416.99 kcal; Białko ogółem: 75.02 g; białko zwierzęce: 39.55 g; Tłuszcz: 86.26 g; Węglowodany ogółem: 356.56 g; Sód: 5125.57 mg; Potas: 4100.22 mg; Magnez: 305.43 mg; Wapń: 676.43 mg; Żelazo: 9.54 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2260.68 ug; Błonnik pokarmowy: 24.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.41 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.71 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.86 g; suma cukrów prostych: 107.64 g;		
niedziela 2024-07-07		
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 razowy-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;		
niedziela 2024-07-07		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
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, 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), 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;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-07-08 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Dżem porcja 1szt. 25g , szynkowa drobiowa40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , kielki7g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), gulasz drobiowy(120g+80g) (GLUTEN), Sałatka colesław150g , Makaron razowy świderk 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), Kiełbasa kminkowa30g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g , Ogórek kiszony60g , 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 2024-07-08 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka drobiowa40g , pomidor 70g , dżem 2szt. , kielki7g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), gulasz drobiowy(120g+80g) (GLUTEN), marchewka oprószana150g (GLUTEN), Makaron razowy świderk 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Kiełbasa kminkowa50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g , Pomidor60g , 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;		
poniedziałek 2024-07-08 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka drobiowa30g , Pomidor60g , Serek topiony 17,5g (MLEKO), kielki7g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Żurek 400g(1,) (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), gulasz drobiowy(120g+80g) (GLUTEN), sałatka colesław100g , Kompot 200ml , ziemniaki z koperkiem 200g , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), 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;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-07-08 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 świderek 200g , sałatka coleslaw100g , 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 2024-07-09 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;		
wtorek 2024-07-09 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi400ml.(7) (MLEKO), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem80g (MLEKO), Szynka Ojca Grzegorza40g , sałata zielona13g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Pomidor60g ,	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), buraki 150g , ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), kiełbasa szynkowa40g(6,7,9,10) (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z pomidora i rukoli70g , 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;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-07-09		
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), kiełbasa 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 2024-07-09		
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), Kiełbasa 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;		
środa 2024-07-10		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), kiełki 7g , Ogórek zielony 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gulasz wieprzowy(100g +100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto 150g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyunka krucha 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , Rzodkiewka 60g , 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;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-07-10 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 pomidorowa z makaronem 400g (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 mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka krucha40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , Rzodkiewka60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2624.64 kcal; Białko ogółem: 127.26 g; białko zwierzęce: 96.84 g; Tłuszcz: 110.45 g; Węglowodany ogółem: 296.86 g; Sód: 2444.31 mg; Potas: 2945.74 mg; Magnez: 311.10 mg; Wapń: 899.54 mg; Żelazo: 14.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2116.41 ug; Błonnik pokarmowy: 18.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.60 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.08 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.93 g; suma cukrów prostych: 84.21 g;		
środa 2024-07-10 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH 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), Szyńka 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;		
środa 2024-07-10 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
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), Kielki13g , Ogórek zielony60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mus owocowy200g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gulasz wieprzowy(100g +100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto150g , surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka krucha40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Rzodkiewka60g , Mix sałat 13g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2789.29 kcal; Białko ogółem: 134.28 g; białko zwierzęce: 99.20 g; Tłuszcz: 117.03 g; Węglowodany ogółem: 327.52 g; Sód: 3074.52 mg; Potas: 3512.72 mg; Magnez: 364.98 mg; Wapń: 1127.94 mg; Żelazo: 15.39 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2445.71 ug; Błonnik pokarmowy: 29.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.55 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.75 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 40.06 g; suma cukrów prostych: 90.28 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-07-11 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Szyunka Ojca Grzegorza40g , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), kotlet mielony 100g (GLUTEN, JAJ), marchewka oprószana150g (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg80g (MLEKO), Kiełki 4g , ogórek kiszony 70g , Kiełbasa kminkowa50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2970.34 kcal; Białko ogółem: 113.37 g; białko zwierzęce: 73.09 g; Tłuszcz: 122.98 g; Węglowodany ogółem: 383.25 g; Sód: 2021.25 mg; Potas: 5173.19 mg; Magnez: 441.70 mg; Wapń: 772.47 mg; Żelazo: 13.30 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2934.61 ug; Błonnik pokarmowy: 32.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.97 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.36 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 76.23 g; suma cukrów prostych: 77.17 g;		
czwartek 2024-07-11 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Szyunka Ojca Grzegorza40g , 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 oprószana150g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg80g (MLEKO), Kiełbasa kminkowa50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki 4g , pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2400.29 kcal; Białko ogółem: 103.05 g; białko zwierzęce: 73.53 g; Tłuszcz: 101.48 g; Węglowodany ogółem: 291.25 g; Sód: 1574.44 mg; Potas: 5118.90 mg; Magnez: 347.34 mg; Wapń: 742.06 mg; Żelazo: 10.52 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3448.33 ug; Błonnik pokarmowy: 23.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.90 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.21 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 65.14 g; suma cukrów prostych: 73.94 g;		
czwartek 2024-07-11 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Szyunka Ojca Grzegorza40g , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), kotlet mielony 100g (GLUTEN, JAJ), Ziemniaki gotowane 200g , Fasolka szparagowa150g (GLUTEN, ROŚ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg80g (MLEKO), Kiełbasa kminkowa50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki 4g , ogórek kiszony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2744.13 kcal; Białko ogółem: 113.66 g; białko zwierzęce: 77.31 g; Tłuszcz: 115.10 g; Węglowodany ogółem: 342.02 g; Sód: 1954.52 mg; Potas: 5240.88 mg; Magnez: 439.66 mg; Wapń: 965.72 mg; Żelazo: 13.13 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 976.71 ug; Błonnik pokarmowy: 30.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.42 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.89 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.10 g; suma cukrów prostych: 79.05 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-07-11		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Szynka Ojca Grzegorza 40g , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mandarynka (1szt.) ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), kotlet mielony 100g (GLUTEN, JAJ), Ziemniaki gotowane 200g , marchewka oprószana 150g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg 80g (MLEKO), Kiełbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki 4g , ogórek kiszony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2836.88 kcal; Białko ogółem: 108.31 g; białko zwierzęce: 73.06 g; Tłuszcz: 121.61 g; Węglowodany ogółem: 352.08 g; Sód: 1932.46 mg; Potas: 5064.20 mg; Magnez: 377.76 mg; Wapń: 770.58 mg; Żelazo: 11.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2991.61 ug; Błonnik pokarmowy: 26.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.41 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.88 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 76.76 g; suma cukrów prostych: 83.38 g;		

Dietetyk

.....