

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
piątek 2024-07-12 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajecznic(2szt.) (JAJ), Mix sałat 10g , Pomidor60g , 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 mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Sałatka makaronowa -Z PAPRYKI ,PIECZAREK,KUKURYDZY I OGÓRKA250g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórki konserwowe70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3411.41 kcal; Białko ogółem: 118.77 g; białko zwierzęce: 71.01 g; Tłuszcz: 101.24 g; Węglowodany ogółem: 518.55 g; Sód: 1425.00 mg; Potas: 5586.53 mg; Magnez: 464.93 mg; Wapń: 885.51 mg; Żelazo: 17.24 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1905.77 ug; Błonnik pokarmowy: 36.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.27 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 20.59 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.16 g; suma cukrów prostych: 119.91 g;		
piątek 2024-07-12 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Kiełbasa krakowska50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor60g , Mix sałat 10g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), ryba gotowana100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), Sos po grecku 100g (GLUTEN, SELER), Sałatka z jarzyn gotowanych150g (SELER), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Galartetka 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem80g (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 2024-07-12 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajecznic(2szt.) (JAJ), Mix sałat 10g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), ryba gotowana100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), ziemniaki z koperkiem 200g , Sos po grecku 100g (GLUTEN, SELER), surówka z kapusty pekińskiej150g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem80g (MLEKO), ogórki konserwowe70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 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;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-07-12 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĆCA		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajecznicca(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 100.g (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, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Szyunka bartnika 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3287.47 kcal; Białko ogółem: 125.22 g; białko zwierzęce: 81.08 g; Tłuszcz: 98.66 g; Węglowodany ogółem: 480.94 g; Sód: 2043.45 mg; Potas: 5856.34 mg; Magnez: 420.59 mg; Wapń: 876.21 mg; Żelazo: 16.32 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2167.37 ug; Błonnik pokarmowy: 29.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.34 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.73 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.21 g; suma cukrów prostych: 118.41 g;		
sobota 2024-07-13 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kurczak gotowany 40g , Twaróg 70g (MLEKO), Rzodkiewka 20g , Ogórek zielony 50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), Spaghetti bolognese z mięsem mielonym 400g (GLUTEN, SELER), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszynki 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup 20g (GLUTEN, SELER), Pomidor 50g , Mix sałat 10g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2364.34 kcal; Białko ogółem: 95.03 g; białko zwierzęce: 62.65 g; Tłuszcz: 94.38 g; Węglowodany ogółem: 301.96 g; Sód: 2070.02 mg; Potas: 2325.33 mg; Magnez: 272.32 mg; Wapń: 656.42 mg; Żelazo: 9.51 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 984.08 ug; Błonnik pokarmowy: 20.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.49 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.74 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.71 g; suma cukrów prostych: 63.21 g;		
sobota 2024-07-13 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Kurczak gotowany 40g , pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Twaróg 70g (MLEKO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszynki 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Mix sałat 10g , ketchup 20g (GLUTEN, SELER), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2110.47 kcal; Białko ogółem: 107.49 g; białko zwierzęce: 83.61 g; Tłuszcz: 79.47 g; Węglowodany ogółem: 255.72 g; Sód: 1282.88 mg; Potas: 4106.77 mg; Magnez: 284.26 mg; Wapń: 634.84 mg; Żelazo: 8.11 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2677.14 ug; Błonnik pokarmowy: 17.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.02 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.77 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.90 g; suma cukrów prostych: 65.92 g;		
sobota 2024-07-13 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kurczak gotowany 40g , Twaróg 70g (MLEKO), Rzodkiewka 20g , Ogórek zielony 50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszynki 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup 20g (GLUTEN, SELER), Pomidor 50g , Mix sałat 10g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2188.67 kcal; Białko ogółem: 109.89 g; białko zwierzęce: 83.60 g; Tłuszcz: 81.62 g; Węglowodany ogółem: 273.91 g; Sód: 1315.71 mg; Potas: 4224.27 mg; Magnez: 344.71 mg; Wapń: 665.64 mg; Żelazo: 9.34 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2595.84 ug; Błonnik pokarmowy: 23.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.96 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.07 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.74 g; suma cukrów prostych: 66.27 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-07-13 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAÇA		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Kurczak gotowany 40g, 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), Spaghetti bolognese z mięsem mielonym 400g (GLUTEN, SELER), Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszyński 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup 20g (GLUTEN, SELER), Pomidor 50g, Mix sałat 10g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2256.80 kcal; Białko ogółem: 87.17 g; białko zwierzęce: 62.58 g; Tłuszcz: 93.41 g; Węglowodany ogółem: 279.26 g; Sód: 1946.07 mg; Potas: 2182.94 mg; Magnez: 184.98 mg; Wapń: 624.13 mg; Żelazo: 7.43 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1025.08 ug; Błonnik pokarmowy: 14.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.02 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.35 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.08 g; suma cukrów prostych: 89.32 g;		
niedziela 2024-07-14 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), papryka czerwona 70g, 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 100g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko 150g, Biskopity,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kielbasa krotoszyńska 40g, Pomidor 60g, Kielki 4g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2483.43 kcal; Białko ogółem: 77.01 g; białko zwierzęce: 40.24 g; Tłuszcz: 89.49 g; Węglowodany ogółem: 371.17 g; Sód: 5468.93 mg; Potas: 3976.56 mg; Magnez: 349.53 mg; Wapń: 909.85 mg; Żelazo: 10.87 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1230.71 ug; Błonnik pokarmowy: 31.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.75 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.48 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.54 g; suma cukrów prostych: 93.73 g;		
niedziela 2024-07-14 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynkowa drobiowa 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g, sos (2szt.) (GLUTEN, SELER), szpinak na gęsto 120g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko pieczone 150, Biskopity,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kielbasa krotoszyńska 40g, Pomidor 60g, Kielki 4g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2056.24 kcal; Białko ogółem: 66.24 g; białko zwierzęce: 33.99 g; Tłuszcz: 66.12 g; Węglowodany ogółem: 318.71 g; Sód: 5593.17 mg; Potas: 3714.96 mg; Magnez: 313.89 mg; Wapń: 476.17 mg; Żelazo: 11.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1877.02 ug; Błonnik pokarmowy: 22.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.55 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.75 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 21.93 g; suma cukrów prostych: 90.45 g;		
niedziela 2024-07-14 Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), papryka czerwona 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g, sos (2szt.) (GLUTEN, SELER), sałatka z kapusty czerwonej 100g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko 150g,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kielbasa krotoszyńska 40g, Pomidor 60g, Kielki 4g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2072.13 kcal; Białko ogółem: 69.18 g; białko zwierzęce: 39.97 g; Tłuszcz: 75.40 g; Węglowodany ogółem: 304.96 g; Sód: 5340.46 mg; Potas: 3841.51 mg; Magnez: 316.88 mg; Wapń: 886.49 mg; Żelazo: 9.51 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1328.03 ug; Błonnik pokarmowy: 27.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.72 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.63 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.02 g; suma cukrów prostych: 86.64 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-07-14		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), papryka czerwona 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Wafelek ,	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka pieczone 150g, sos pieczeniowy (2szt.) (GLUTEN), sałatka z kapusty czerwonej 100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko 150g , Biskopty ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kielbasa krotoszyńska 40g , pomidor 70g , Kielki 4g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2810.79 kcal; Białko ogółem: 79.74 g; białko zwierzęce: 44.21 g; Tłuszcz: 113.43 g; Węglowodany ogółem: 389.85 g; Sód: 5487.78 mg; Potas: 3869.77 mg; Magnez: 288.39 mg; Wapń: 964.86 mg; Żelazo: 9.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1315.41 ug; Błonnik pokarmowy: 24.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.64 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.28 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 44.65 g; suma cukrów prostych: 127.05 g;		
poniedziałek 2024-07-15		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem -muszelki 400ml (MLEKO), chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka beskidzka 40g , Ogórek kiszony 60g , Mix sałat 10g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), surówka z kapusty białej 100g (GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: brzoskwinie ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg 70g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka.40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3312.58 kcal; Białko ogółem: 157.01 g; białko zwierzęce: 103.86 g; Tłuszcz: 119.75 g; Węglowodany ogółem: 435.44 g; Sód: 1880.78 mg; Potas: 4784.72 mg; Magnez: 440.57 mg; Wapń: 902.42 mg; Żelazo: 15.59 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1056.04 ug; Błonnik pokarmowy: 36.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.78 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.46 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.21 g; suma cukrów prostych: 89.71 g;		
poniedziałek 2024-07-15		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem świderki 400ml (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka beskidzka 40g , Pomidor 60g , Mix sałat 10g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Marchew oprószana 100g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: brzoskwinie ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg 70g (MLEKO), Rzodkiewka.40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2876.71 kcal; Białko ogółem: 142.37 g; białko zwierzęce: 103.84 g; Tłuszcz: 121.87 g; Węglowodany ogółem: 325.62 g; Sód: 1591.91 mg; Potas: 4206.22 mg; Magnez: 316.60 mg; Wapń: 766.02 mg; Żelazo: 11.69 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2707.30 ug; Błonnik pokarmowy: 23.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.94 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.60 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 44.81 g; suma cukrów prostych: 79.15 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-07-15		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem świderki 400ml (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka beskidzka 40g , Ogórek kiszony60g , Mix sałat 10g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), schab duszony100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), surówka z kapusty białej100g (GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: brzoskwinie ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg70g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka.40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2924.82 kcal; Białko ogółem: 146.22 g; białko zwierzęce: 103.70 g; Tłuszcz: 118.12 g; Węglowodany ogółem: 349.99 g; Sód: 1768.85 mg; Potas: 4601.61 mg; Magnez: 409.21 mg; Wapń: 880.56 mg; Żelazo: 13.88 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1056.04 ug; Błonnik pokarmowy: 32.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.38 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.52 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.83 g; suma cukrów prostych: 88.27 g;		
poniedziałek 2024-07-15		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
zupa mleczna z makaronem świderki 400ml (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka beskidzka 40g , Ogórek kiszony60g , Mix sałat 10g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Sok warzywny 200ml ,	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), naleśniki z dżemem (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Kompot 200ml , Podwieczorek: brzoskwinie ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg70g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka.40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2641.11 kcal; Białko ogółem: 100.58 g; białko zwierzęce: 53.31 g; Tłuszcz: 79.18 g; Węglowodany ogółem: 399.22 g; Sód: 1024.16 mg; Potas: 3493.60 mg; Magnez: 260.02 mg; Wapń: 1030.44 mg; Żelazo: 10.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1079.16 ug; Błonnik pokarmowy: 20.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.35 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.83 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 24.46 g; suma cukrów prostych: 111.18 g;		
wtorek 2024-07-16		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), filet zapiekany-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty40g (MLEKO), ogórki konserwowe70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Leczo300ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg70g (MLEKO), papryka konserwowa70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2818.24 kcal; Białko ogółem: 105.94 g; białko zwierzęce: 64.13 g; Tłuszcz: 79.95 g; Węglowodany ogółem: 449.09 g; Sód: 3647.96 mg; Potas: 5765.86 mg; Magnez: 575.09 mg; Wapń: 1138.13 mg; Żelazo: 13.62 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1787.71 ug; Błonnik pokarmowy: 35.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.71 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.35 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.40 g; suma cukrów prostych: 136.49 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-07-17 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĆA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g , Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Mix sałat 10g , Pomidor 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mus owocowy 200g ,	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), Filet z kurczaka 70g (GLUTEN), szpinak na gęsto 100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko 150g ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty 40g (MLEKO), ogórek zielony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2463.31 kcal; Białko ogółem: 104.26 g; białko zwierzęce: 75.24 g; Tłuszcz: 87.96 g; Węglowodany ogółem: 339.61 g; Sód: 1968.59 mg; Potas: 4780.06 mg; Magnez: 401.17 mg; Wapń: 1216.44 mg; Żelazo: 12.52 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1709.27 ug; Błonnik pokarmowy: 28.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.30 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.06 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.19 g; suma cukrów prostych: 117.00 g;		
czwartek 2024-07-18 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 80g (MLEKO), rukola 6g , Pomidor 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Surówka z marchwi i jabłka 120g (MLEKO), ryż brązowy na sypko 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka drobiowa 40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2482.15 kcal; Białko ogółem: 97.56 g; białko zwierzęce: 62.32 g; Tłuszcz: 80.81 g; Węglowodany ogółem: 372.30 g; Sód: 2238.31 mg; Potas: 3989.38 mg; Magnez: 425.51 mg; Wapń: 772.93 mg; Żelazo: 10.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2839.85 ug; Błonnik pokarmowy: 34.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.17 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.44 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 55.85 g; suma cukrów prostych: 86.22 g;		
czwartek 2024-07-18 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szyńka beszkińska 50g , Pomidor 60g , rukola 6g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), ryż brązowy na sypko 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka drobiowa 40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2147.46 kcal; Białko ogółem: 81.82 g; białko zwierzęce: 45.34 g; Tłuszcz: 85.38 g; Węglowodany ogółem: 286.29 g; Sód: 2056.58 mg; Potas: 3266.03 mg; Magnez: 306.65 mg; Wapń: 647.15 mg; Żelazo: 7.61 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2850.09 ug; Błonnik pokarmowy: 22.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.51 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.35 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 54.39 g; suma cukrów prostych: 69.74 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
czwartek 2024-07-18		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 80g (MLEKO), rukola 6g , Pomidor 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Surówka z marchwi i jabłka 120g (MLEKO), ryż brązowy na sypko 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kiwi 1szt. ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) ,
Wartości odżywcze: Energia: 2246.71 kcal; Białko ogółem: 92.63 g; białko zwierzęce: 62.24 g; Tłuszcz: 69.44 g; Węglowodany ogółem: 342.90 g; Sód: 2145.04 mg; Potas: 4194.09 mg; Magnez: 412.47 mg; Wapń: 786.39 mg; Żelazo: 10.13 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2848.25 ug; Błonnik pokarmowy: 33.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.99 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.52 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 20.57 g; suma cukrów prostych: 86.10 g;		
czwartek 2024-07-18		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 80g (MLEKO), rukola 6g , Pomidor 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Sniadanie: kiwi 1szt. ,	Zupa ziemniaczana 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), ryż brązowy na sypko 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pasztet drobiowy 50g (GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2512.21 kcal; Białko ogółem: 97.69 g; białko zwierzęce: 65.71 g; Tłuszcz: 99.36 g; Węglowodany ogółem: 331.69 g; Sód: 2208.83 mg; Potas: 3873.88 mg; Magnez: 355.85 mg; Wapń: 806.75 mg; Żelazo: 10.24 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3561.94 ug; Błonnik pokarmowy: 26.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.34 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.64 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 68.64 g; suma cukrów prostych: 73.99 g;		
piątek 2024-07-19		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z makaronem 400g (MLEKO), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Pierogi ruskie 12szt.z cebuka i masłem (MLEKO), Surówka z kapusty białej 120g (GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Mandarynka (1szt.) ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Szynka drobiowa 40g , ogórek kiszony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2827.19 kcal; Białko ogółem: 99.16 g; białko zwierzęce: 56.40 g; Tłuszcz: 111.85 g; Węglowodany ogółem: 385.23 g; Sód: 1582.81 mg; Potas: 4309.62 mg; Magnez: 375.96 mg; Wapń: 1196.45 mg; Żelazo: 12.81 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1740.28 ug; Błonnik pokarmowy: 31.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 60.22 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.03 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.57 g; suma cukrów prostych: 83.09 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-07-20 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), polędwica sopocka 40 g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidor40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa jarzynowa z ziemniakami400ml . (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Łazanki 300g (GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Drożdżówka1szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ),	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z kielbasy i jajka100g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kielki13g , Ogórek zielony60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2452.37 kcal; Białko ogółem: 94.09 g; białko zwierzęce: 53.27 g; Tłuszcz: 82.38 g; Węglowodany ogółem: 348.49 g; Sód: 1472.02 mg; Potas: 3705.23 mg; Magnez: 335.00 mg; Wapń: 557.58 mg; Żelazo: 13.20 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1110.47 ug; Błonnik pokarmowy: 28.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.51 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.27 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.77 g; suma cukrów prostych: 70.13 g;		
sobota 2024-07-20 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), polędwica sopocka 40 g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidor40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa jarzynowa 400ml -bez brokuła (MLEKO, GLUTEN, SELER), schab duszony100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Drożdżówka1szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Dżem porcja 1szt. 25g , Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Kielki13g , Pomidor60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2733.77 kcal; Białko ogółem: 126.14 g; białko zwierzęce: 93.21 g; Tłuszcz: 104.80 g; Węglowodany ogółem: 342.88 g; Sód: 1608.51 mg; Potas: 4168.91 mg; Magnez: 310.15 mg; Wapń: 657.26 mg; Żelazo: 12.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2870.16 ug; Błonnik pokarmowy: 23.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.33 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.44 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 41.82 g; suma cukrów prostych: 86.53 g;		
sobota 2024-07-20 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), polędwica sopocka 40 g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidor40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), schab duszony100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Surówka z kapusty kiszanej 120g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko50g ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z kielbasy i jajka100g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kielki13g , Ogórek zielony60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2468.27 kcal; Białko ogółem: 125.10 g; białko zwierzęce: 96.69 g; Tłuszcz: 101.24 g; Węglowodany ogółem: 278.38 g; Sód: 1672.64 mg; Potas: 4139.03 mg; Magnez: 340.22 mg; Wapń: 526.06 mg; Żelazo: 13.24 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1491.55 ug; Błonnik pokarmowy: 26.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.46 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.99 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 40.02 g; suma cukrów prostych: 65.88 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-07-20		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĆCA		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), poledwica sopočka 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidor 40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Drożdżówka 1szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z kiełbasy i jajka 100g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki 13g , Ogórek zielony 60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2879.03 kcal; Białko ogółem: 129.30 g; białko zwierzęce: 98.60 g; Tłuszcz: 113.60 g; Węglowodany ogółem: 347.00 g; Sód: 1699.37 mg; Potas: 4114.83 mg; Magnez: 294.42 mg; Wapń: 519.11 mg; Żelazo: 13.17 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2954.25 ug; Błonnik pokarmowy: 24.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.47 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.65 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 45.59 g; suma cukrów prostych: 99.29 g;		
niedziela 2024-07-21		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynka luksusowa 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 50g , Mix sałat 13g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Filet z indyka w sosie 100g (GLUTEN), Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO), ciastka kruche 30g (MLEKO, GLUTEN),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszyński 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Musztarda 20g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka 40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2392.27 kcal; Białko ogółem: 78.49 g; białko zwierzęce: 39.11 g; Tłuszcz: 92.44 g; Węglowodany ogółem: 338.04 g; Sód: 2080.44 mg; Potas: 4283.60 mg; Magnez: 364.58 mg; Wapń: 674.98 mg; Żelazo: 11.77 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 867.49 ug; Błonnik pokarmowy: 29.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.30 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.56 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.42 g; suma cukrów prostych: 71.51 g;		
niedziela 2024-07-21		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), szynka luksusowa 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 50g , Mix sałat 13g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Filet z indyka w sosie 100g (GLUTEN), Sałatka z jarzyn gotowanych 120g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO), ciastka kruche 30g (MLEKO, GLUTEN),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszyński 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidor 40g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2010.99 kcal; Białko ogółem: 67.95 g; białko zwierzęce: 39.04 g; Tłuszcz: 82.19 g; Węglowodany ogółem: 269.74 g; Sód: 1895.12 mg; Potas: 3952.07 mg; Magnez: 259.29 mg; Wapń: 584.42 mg; Żelazo: 9.13 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2287.29 ug; Błonnik pokarmowy: 22.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.64 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.26 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.46 g; suma cukrów prostych: 69.51 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-07-21		Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE
chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynka luksusowa40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor50g , Mix sałat 13g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Filet z indyka w sosie100g (GLUTEN), Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszyński80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Musztarda 20g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Rzodkiewka.40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2138.48 kcal; Białko ogółem: 72.58 g; białko zwierzęce: 39.65 g; Tłuszcz: 88.84 g; Węglowodany ogółem: 285.34 g; Sód: 1996.02 mg; Potas: 4155.73 mg; Magnez: 335.00 mg; Wapń: 693.18 mg; Żelazo: 10.44 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 845.77 ug; Błonnik pokarmowy: 25.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.28 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.13 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.33 g; suma cukrów prostych: 67.36 g;		
niedziela 2024-07-21		Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), szynka luksusowa40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g , pomidor50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: kiwi 1szt. ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Filet z indyka w sosie100g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , sałatka z kapusty czerwonej100g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO), ciastka kruche30g (MLEKO, GLUTEN),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszyński80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka.40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2220.43 kcal; Białko ogółem: 71.82 g; białko zwierzęce: 39.08 g; Tłuszcz: 88.08 g; Węglowodany ogółem: 304.59 g; Sód: 2223.29 mg; Potas: 4166.11 mg; Magnez: 275.14 mg; Wapń: 631.38 mg; Żelazo: 9.64 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 887.39 ug; Błonnik pokarmowy: 22.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.23 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.30 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.61 g; suma cukrów prostych: 69.10 g;		

Dietetyk

.....