

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-07-22 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyunka drobiowa40g , ogórek kiszony 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), buraki 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Sałatka z rukoli i pomidora70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2924.26 kcal; Białko ogółem: 120.85 g; białko zwierzęce: 76.39 g; Tłuszcz: 104.42 g; Węglowodany ogółem: 403.45 g; Sód: 1979.36 mg; Potas: 5094.57 mg; Magnez: 459.32 mg; Wapń: 779.27 mg; Żelazo: 17.18 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1024.24 ug; Błonnik pokarmowy: 31.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.74 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 22.10 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 70.40 g; suma cukrów prostych: 89.45 g;		
poniedziałek 2024-07-22 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szyunka drobiowa40g , pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), buraki 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg70g (MLEKO), Sałatka z rukoli i pomidora70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2399.30 kcal; Białko ogółem: 108.45 g; białko zwierzęce: 76.83 g; Tłuszcz: 92.85 g; Węglowodany ogółem: 300.65 g; Sód: 1530.61 mg; Potas: 4778.16 mg; Magnez: 345.76 mg; Wapń: 750.56 mg; Żelazo: 12.11 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 871.14 ug; Błonnik pokarmowy: 20.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.24 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.26 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 66.64 g; suma cukrów prostych: 86.68 g;		
poniedziałek 2024-07-22 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyunka drobiowa40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), ogórek kiszony 70g ,	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), buraki 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: brzoskwinie ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Sałatka z rukoli i pomidora70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2517.50 kcal; Białko ogółem: 111.56 g; białko zwierzęce: 76.23 g; Tłuszcz: 93.10 g; Węglowodany ogółem: 335.86 g; Sód: 1871.94 mg; Potas: 5211.46 mg; Magnez: 439.96 mg; Wapń: 770.91 mg; Żelazo: 16.38 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1172.74 ug; Błonnik pokarmowy: 30.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.38 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 20.29 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.13 g; suma cukrów prostych: 95.81 g;		
poniedziałek 2024-07-22 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szyunka drobiowa40g , pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: brzoskwinie ,	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), buraki 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), pasta z tuńczyka ze szczypiorkiem 90g (MLEKO, JAJ), Sałatka z rukoli i pomidora70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2580.57 kcal; Białko ogółem: 115.45 g; białko zwierzęce: 82.24 g; Tłuszcz: 103.26 g; Węglowodany ogółem: 318.76 g; Sód: 1762.24 mg; Potas: 5203.45 mg; Magnez: 370.12 mg; Wapń: 772.27 mg; Żelazo: 15.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1361.00 ug; Błonnik pokarmowy: 23.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.59 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.39 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 71.60 g; suma cukrów prostych: 93.88 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-07-23 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g , Twaróg70g (MLEKO), Mix sałat 13g , Pomidor50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ogórkowa 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), szpinak na gęsto150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Wafelek 42g(1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyunka beskidzka 40g , papryka czerwona70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3315.09 kcal; Białko ogółem: 111.23 g; białko zwierzęce: 53.43 g; Tłuszcz: 115.77 g; Węglowodany ogółem: 491.93 g; Sód: 1296.18 mg; Potas: 5330.16 mg; Magnez: 479.78 mg; Wapń: 930.95 mg; Żelazo: 16.11 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2641.68 ug; Błonnik pokarmowy: 38.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.05 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.51 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.16 g; suma cukrów prostych: 127.34 g;		
wtorek 2024-07-23 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g , Twaróg70g (MLEKO), Mix sałat 13g , Pomidor50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krem z dyni z dodatkiem majeranku i pietruszki z grzankami400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), szpinak na gęsto150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Wafelek 42g(1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyunka beskidzka 40g , pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2920.05 kcal; Białko ogółem: 97.48 g; białko zwierzęce: 53.17 g; Tłuszcz: 109.58 g; Węglowodany ogółem: 411.23 g; Sód: 998.21 mg; Potas: 4925.18 mg; Magnez: 366.29 mg; Wapń: 933.82 mg; Żelazo: 13.18 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2800.92 ug; Błonnik pokarmowy: 27.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.04 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.22 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.38 g; suma cukrów prostych: 154.74 g;		
wtorek 2024-07-23 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg70g (MLEKO), Szyunka drobiowa40g , Mix sałat 13g , Pomidor50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ogórkowa 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Sos koperkowy 100g (GLUTEN), Sałatka z kapusty białej150g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyunka beskidzka 40g , papryka czerwona70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2546.07 kcal; Białko ogółem: 103.83 g; białko zwierzęce: 61.02 g; Tłuszcz: 98.04 g; Węglowodany ogółem: 344.59 g; Sód: 1547.96 mg; Potas: 5487.65 mg; Magnez: 421.22 mg; Wapń: 1014.59 mg; Żelazo: 11.20 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1600.88 ug; Błonnik pokarmowy: 33.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.38 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.81 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.57 g; suma cukrów prostych: 80.48 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-07-23 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAÇA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g , Twaróg 70g (MLEKO), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Mix sałat 13g , Pomidor 50g , II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa ogórkowa 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), szpinak na gęsto 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Wafelek ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka beskidzka 40g , papryka czerwona 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3380.83 kcal; Białko ogółem: 103.43 g; białko zwierzęce: 53.28 g; Tłuszcz: 112.17 g; Węglowodany ogółem: 521.38 g; Sód: 1111.23 mg; Potas: 7119.35 mg; Magnez: 557.22 mg; Wapń: 915.64 mg; Żelazo: 15.01 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2699.68 ug; Błonnik pokarmowy: 35.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.26 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.63 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.83 g; suma cukrów prostych: 188.33 g;		
środa 2024-07-24 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlna 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek kiszony 60g , kielki 7g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), gulasz z indyka (80g+80g) (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Sałatka colesław 150g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mus owocowy 200g ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasztet z blachy 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2509.10 kcal; Białko ogółem: 87.98 g; białko zwierzęce: 52.08 g; Tłuszcz: 90.58 g; Węglowodany ogółem: 364.38 g; Sód: 3044.40 mg; Potas: 4123.85 mg; Magnez: 383.73 mg; Wapń: 731.76 mg; Żelazo: 11.17 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1252.07 ug; Błonnik pokarmowy: 31.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.29 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.02 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.72 g; suma cukrów prostych: 97.30 g;		
środa 2024-07-24 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlna 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 60g , kielki 7g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), gulasz z indyka (80g+80g) (GLUTEN), marchewka oprószana 150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mus owocowy 200g ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg 70g (MLEKO), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2095.11 kcal; Białko ogółem: 87.99 g; białko zwierzęce: 60.68 g; Tłuszcz: 77.09 g; Węglowodany ogółem: 285.24 g; Sód: 2165.61 mg; Potas: 4013.98 mg; Magnez: 289.34 mg; Wapń: 726.08 mg; Żelazo: 8.06 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2946.82 ug; Błonnik pokarmowy: 24.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.85 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.86 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.33 g; suma cukrów prostych: 71.59 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-07-24		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek kiszony 60g, kiełki 7g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), gulasz z indyka (80g+80g) (GLUTEN), Sałatka colesław 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Nektaryna,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasztet z blachy 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2421.46 kcal; Białko ogółem: 84.63 g; białko zwierzęce: 52.04 g; Tłuszcz: 90.53 g; Węglowodany ogółem: 340.11 g; Sód: 3029.47 mg; Potas: 4104.06 mg; Magnez: 374.49 mg; Wapń: 701.82 mg; Żelazo: 10.51 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1266.07 ug; Błonnik pokarmowy: 25.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.22 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.10 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.78 g; suma cukrów prostych: 102.27 g;		
środa 2024-07-24		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany na maśle - wędlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek kiszony 60g, kiełki 7g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Nektaryna,	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), gulasz z indyka (80g+80g) (GLUTEN), marchewka oprószana 150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Mus owocowy 200g,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasztet z blachy 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2247.71 kcal; Białko ogółem: 81.04 g; białko zwierzęce: 52.01 g; Tłuszcz: 91.85 g; Węglowodany ogółem: 298.35 g; Sód: 2521.46 mg; Potas: 4075.68 mg; Magnez: 305.09 mg; Wapń: 702.88 mg; Żelazo: 9.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3437.97 ug; Błonnik pokarmowy: 25.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.51 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.39 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.14 g; suma cukrów prostych: 78.39 g;		
czwartek 2024-07-25		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka Ojca Grzegorza 40g, ogórki konserwowe 70g, 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), Sałatka z białej kapusty 120g, Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Galaretkę 1szt.,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), Herbata 250ml, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Pomidorki "koktailowe" (ok.40g),
Wartości odżywcze: Energia: 3311.20 kcal; Białko ogółem: 122.05 g; białko zwierzęce: 74.63 g; Tłuszcz: 82.59 g; Węglowodany ogółem: 502.77 g; Sód: 4379.42 mg; Potas: 4282.78 mg; Magnez: 465.26 mg; Wapń: 912.25 mg; Żelazo: 13.77 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 762.10 ug; Błonnik pokarmowy: 34.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.05 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.28 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.23 g; suma cukrów prostych: 118.76 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-07-25		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pomidor 70g, Szynka Ojca Grzegorza 40g, 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), sałatka z jarzyn gotowanych 100g (SELER), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Galaretki 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), Herbata 250ml, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) ,
Wartości odżywcze: Energia: 2720.20 kcal; Białko ogółem: 107.62 g; białko zwierzęce: 74.49 g; Tłuszcz: 67.43 g; Węglowodany ogółem: 394.33 g; Sód: 4526.77 mg; Potas: 3943.67 mg; Magnez: 357.50 mg; Wapń: 776.53 mg; Żelazo: 11.01 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1855.50 ug; Błonnik pokarmowy: 23.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.87 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 6.07 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.96 g; suma cukrów prostych: 116.16 g;		
czwartek 2024-07-25		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), ogórek konserwowy 70g, Szynka Ojca Grzegorza 40g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Sztuka mięsa 100g (MIĘSO WIEP), Sos pietruszkowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Sałatka z białej kapusty 120g, Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), 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 70g (MLEKO), Herbata 250ml, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) ,
Wartości odżywcze: Energia: 2577.71 kcal; Białko ogółem: 112.47 g; białko zwierzęce: 74.23 g; Tłuszcz: 79.88 g; Węglowodany ogółem: 335.17 g; Sód: 2733.45 mg; Potas: 4416.52 mg; Magnez: 423.30 mg; Wapń: 887.28 mg; Żelazo: 12.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 911.22 ug; Błonnik pokarmowy: 31.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.77 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.55 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.47 g; suma cukrów prostych: 79.47 g;		
czwartek 2024-07-25		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pomidor 70g, Szynka Ojca Grzegorza 40g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	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), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Galaretki 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), Herbata 250ml, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) ,
Wartości odżywcze: Energia: 2792.70 kcal; Białko ogółem: 112.62 g; białko zwierzęce: 78.79 g; Tłuszcz: 69.58 g; Węglowodany ogółem: 404.48 g; Sód: 4230.27 mg; Potas: 4274.17 mg; Magnez: 379.60 mg; Wapń: 962.24 mg; Żelazo: 11.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2211.50 ug; Błonnik pokarmowy: 25.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.08 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 6.19 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.60 g; suma cukrów prostych: 122.91 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-07-26		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), Ser żółty40g (MLEKO), kielki7g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło10g+ makaron 180g) (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , ogórek zielony70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3340.62 kcal; Białko ogółem: 109.47 g; białko zwierzęce: 59.45 g; Tłuszcz: 95.12 g; Węglowodany ogółem: 542.82 g; Sód: 1823.22 mg; Potas: 5577.15 mg; Magnez: 534.27 mg; Wapń: 1065.67 mg; Żelazo: 15.69 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1410.63 ug; Błonnik pokarmowy: 36.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.11 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.00 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.99 g; suma cukrów prostych: 137.55 g;		
piątek 2024-07-26		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g , Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Pomidor60g , kielki7g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa jarzynowa bez ziemniaków400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło10g+ makaron 180g) (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidor60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2582.26 kcal; Białko ogółem: 75.29 g; białko zwierzęce: 41.02 g; Tłuszcz: 71.06 g; Węglowodany ogółem: 429.76 g; Sód: 1598.50 mg; Potas: 4545.52 mg; Magnez: 387.56 mg; Wapń: 823.58 mg; Żelazo: 9.75 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1163.93 ug; Błonnik pokarmowy: 23.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.13 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 6.78 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.22 g; suma cukrów prostych: 157.90 g;		
piątek 2024-07-26		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), Ser żółty40g (MLEKO), kielki7g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa jarzynowa z ziemniakami400ml . (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło10g+ makaron 180g) (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek zielony60g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2966.35 kcal; Białko ogółem: 99.22 g; białko zwierzęce: 59.29 g; Tłuszcz: 93.57 g; Węglowodany ogółem: 460.80 g; Sód: 1756.91 mg; Potas: 5477.27 mg; Magnez: 519.09 mg; Wapń: 1063.96 mg; Żelazo: 14.17 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1425.52 ug; Błonnik pokarmowy: 32.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.72 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.11 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.62 g; suma cukrów prostych: 136.52 g;		
piątek 2024-07-26		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Pomidor60g , Dżem 50g , Ser żółty40g (MLEKO), kielki7g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mus owocowy200g ,	zupa jarzynowa z ziemniakami400ml . (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), jajko sadzone (JAJ), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), Fasolka szparagowa z bułką tartą 120g (GLUTEN, ROŚ), ziemniaki 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Ogórek zielony60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3052.79 kcal; Białko ogółem: 99.40 g; białko zwierzęce: 57.94 g; Tłuszcz: 92.79 g; Węglowodany ogółem: 494.90 g; Sód: 1842.00 mg; Potas: 7399.35 mg; Magnez: 560.49 mg; Wapń: 1171.55 mg; Żelazo: 15.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3358.62 ug; Błonnik pokarmowy: 44.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.46 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.43 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.66 g; suma cukrów prostych: 152.69 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-07-27 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały120g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z jajka i twarogu ze szczypiorkiem80g (GORCZYCA), pomidor 70g , 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 , buraki 150g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynka beskidzka 40g , Rzodkiewka60g , Kiełki13g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2869.88 kcal; Białko ogółem: 121.39 g; białko zwierzęce: 69.09 g; Tłuszcz: 76.74 g; Węglowodany ogółem: 408.38 g; Sód: 1194.86 mg; Potas: 4968.65 mg; Magnez: 395.58 mg; Wapń: 618.67 mg; Żelazo: 15.97 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 690.71 ug; Błonnik pokarmowy: 33.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.20 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.26 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.12 g; suma cukrów prostych: 97.87 g;		
sobota 2024-07-27 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem80g (MLEKO), pomidor 70g , 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), buraki 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka beskidzka 40g , Kiełki13g , Pomidor60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2519.32 kcal; Białko ogółem: 125.02 g; białko zwierzęce: 85.77 g; Tłuszcz: 75.68 g; Węglowodany ogółem: 308.97 g; Sód: 1031.08 mg; Potas: 4758.34 mg; Magnez: 295.27 mg; Wapń: 651.31 mg; Żelazo: 12.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 820.17 ug; Błonnik pokarmowy: 21.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.25 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 6.22 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.91 g; suma cukrów prostych: 98.57 g;		
sobota 2024-07-27 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), pasta z jajka i twarogu ze szczypiorkiem80g (GORCZYCA), pomidor 70g , 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), buraki120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek do chleba 1szt. (MLEKO),	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka beskidzka 40g , Rzodkiewka60g , Kiełki13g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2603.62 kcal; Białko ogółem: 94.70 g; białko zwierzęce: 53.93 g; Tłuszcz: 105.86 g; Węglowodany ogółem: 300.63 g; Sód: 1106.43 mg; Potas: 4524.54 mg; Magnez: 351.72 mg; Wapń: 503.81 mg; Żelazo: 13.31 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 999.21 ug; Błonnik pokarmowy: 27.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.06 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.73 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.10 g; suma cukrów prostych: 75.93 g;		
sobota 2024-07-27 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), pasta z jajka i twarogu ze szczypiorkiem80g (GORCZYCA), Szynka bartnika 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , 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), Sałatka wielowarzywna 120g (SELER), buraki 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka beskidzka 40g , Rzodkiewka60g , Kiełki13g , Serek topiony 17,5g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2692.74 kcal; Białko ogółem: 123.58 g; białko zwierzęce: 83.43 g; Tłuszcz: 80.13 g; Węglowodany ogółem: 346.60 g; Sód: 1482.43 mg; Potas: 4963.83 mg; Magnez: 315.75 mg; Wapń: 643.94 mg; Żelazo: 13.42 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 765.76 ug; Błonnik pokarmowy: 24.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.51 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 6.53 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.93 g; suma cukrów prostych: 123.59 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-07-28		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), serek topiony35g (MLEKO), Szynka szkolna40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , papryka czerwona70g , Herbata 250ml ,	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka pieczone 150g,sos pieczeniowy (2szt.) (GLUTEN), Sałatka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Biskopity , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka krucha40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórki konserwowe70g , Herbata 250ml , Jajko 1 szt (JAJ),
Wartości odżywcze: Energia: 2579.82 kcal; Białko ogółem: 89.21 g; białko zwierzęce: 44.16 g; Tłuszcz: 84.69 g; Węglowodany ogółem: 393.45 g; Sód: 5667.81 mg; Potas: 4011.02 mg; Magnez: 385.39 mg; Wapń: 604.62 mg; Żelazo: 13.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1294.26 ug; Błonnik pokarmowy: 32.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.38 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.78 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.78 g; suma cukrów prostych: 66.81 g;		
niedziela 2024-07-28		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), miód1szt. , Twaróg80g (MLEKO), Mix sałat 10g , Pomidor60g , Szynka szkolna40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g,sos(2szt.) (GLUTEN, SELER), Sałatka z jarzyn gotowanych150g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Biskopity , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka krucha40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml , Jajo gotowane 1 szt (JAJ),
Wartości odżywcze: Energia: 2053.95 kcal; Białko ogółem: 85.16 g; białko zwierzęce: 54.33 g; Tłuszcz: 61.78 g; Węglowodany ogółem: 309.09 g; Sód: 5226.06 mg; Potas: 3838.66 mg; Magnez: 286.68 mg; Wapń: 475.06 mg; Żelazo: 11.08 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2463.38 ug; Błonnik pokarmowy: 23.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.61 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.80 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 20.56 g; suma cukrów prostych: 66.21 g;		
niedziela 2024-07-28		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), serek topiony35g(7) (MLEKO), Szynka szkolna50.g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , papryka czerwona70g , Herbata 250ml ,	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g,sos(2szt.) (GLUTEN, SELER), Sałatka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka krucha40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórki konserwowe70g , Herbata 250ml , Jajko 1 szt (JAJ),
Wartości odżywcze: Energia: 2007.69 kcal; Białko ogółem: 78.41 g; białko zwierzęce: 45.49 g; Tłuszcz: 71.50 g; Węglowodany ogółem: 287.87 g; Sód: 5605.20 mg; Potas: 3869.25 mg; Magnez: 355.43 mg; Wapń: 577.03 mg; Żelazo: 12.04 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1393.28 ug; Błonnik pokarmowy: 28.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.44 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.34 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.50 g; suma cukrów prostych: 59.22 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-07-28		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĄCA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), miód1szt. , Twaróg80g (MLEKO), Mix sałat 10g , papryka czerwona70g , Herbata 250ml , Szyńka szkolna40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), II Śniadanie: Nektaryna ,	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka pieczone 150g,sos pieczeniowy (2szt.) (GLUTEN), Sałatka z jarzyn gotowanych150g (SELER), sałatka z kapusty czerwonej100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Biszkopty , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szyńka krucha40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Serek topiony 17,5g (MLEKO), Herbata 250ml , Jajko 1 szt (JAJ),
Wartości odżywcze: Energia: 2320.51 kcal; Białko ogółem: 91.64 g; białko zwierzęce: 56.69 g; Tłuszcz: 79.26 g; Węglowodany ogółem: 335.53 g; Sód: 5768.04 mg; Potas: 4444.74 mg; Magnez: 325.08 mg; Wapń: 619.62 mg; Żelazo: 12.53 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2762.11 ug; Błonnik pokarmowy: 29.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.40 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.93 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.13 g; suma cukrów prostych: 75.33 g;		
poniedziałek 2024-07-29		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Kiełbasa krotoszyńska 40g , pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Twaróg80g (MLEKO),	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), Sałata zielona 80g (GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), ogórki konserwowe70g , Kiełki 4g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2972.69 kcal; Białko ogółem: 136.02 g; białko zwierzęce: 91.90 g; Tłuszcz: 99.33 g; Węglowodany ogółem: 409.42 g; Sód: 2135.71 mg; Potas: 5207.30 mg; Magnez: 445.85 mg; Wapń: 523.65 mg; Żelazo: 14.76 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 887.48 ug; Błonnik pokarmowy: 29.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.47 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.55 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 66.85 g; suma cukrów prostych: 64.74 g;		
poniedziałek 2024-07-29		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Kiełbasa krotoszyńska 40g , pomidor 70g , Twaróg80g (MLEKO), Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krem ziemniaczanka z pietruszką zieloną i grzankami400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), Marchew oprószana 120g(1) (GLUTEN), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Pasta mięsna80g (SELER), Kiełki 4g , pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2583.16 kcal; Białko ogółem: 123.09 g; białko zwierzęce: 93.84 g; Tłuszcz: 97.79 g; Węglowodany ogółem: 321.90 g; Sód: 1773.40 mg; Potas: 5186.05 mg; Magnez: 340.07 mg; Wapń: 476.81 mg; Żelazo: 10.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2792.38 ug; Błonnik pokarmowy: 21.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.76 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.98 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 64.10 g; suma cukrów prostych: 92.92 g;		
poniedziałek 2024-07-29		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Kiełbasa krotoszyńska 40g , pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Twaróg80g (MLEKO),	Żurek 400g(1,) (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), Sałata zielona 80g (GORCZYCA), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kiwi 1szt. ,	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Jajo gotowane 1 szt(3) (JAJ), Kiełki 4g , ogórki konserwowe70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2446.53 kcal; Białko ogółem: 123.11 g; białko zwierzęce: 91.66 g; Tłuszcz: 86.55 g; Węglowodany ogółem: 318.01 g; Sód: 1948.58 mg; Potas: 5327.79 mg; Magnez: 425.29 mg; Wapń: 525.79 mg; Żelazo: 13.09 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 887.88 ug; Błonnik pokarmowy: 27.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.78 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.38 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.89 g; suma cukrów prostych: 63.38 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-07-29		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Kiełbasa krotoszyńska 40g , Ser żółty 40g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: kiwi 1szt. ,	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), Marchew oprószana 120g(1) (GLUTEN), Sałata zielona 80g (GORCZYCA), ziemniaki gotowane 200g. , Kompot 200ml , Podwieczerek: Deser budyniowy 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka gotowana 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki 4g , Jajko 1 szt (JAJ), ogórki konserwowe 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2732.53 kcal; Białko ogółem: 127.02 g; białko zwierzęce: 96.20 g; Tłuszcz: 116.92 g; Węglowodany ogółem: 315.04 g; Sód: 2352.57 mg; Potas: 5491.71 mg; Magnez: 377.79 mg; Wapń: 788.80 mg; Żelazo: 12.53 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2844.48 ug; Błonnik pokarmowy: 23.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.58 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.99 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 75.37 g; suma cukrów prostych: 63.96 g;		
wtorek 2024-07-30		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400ml. (MLEKO), chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z pietruszką 70g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa z fasolki szparagowej 400ml (GLUTEN, SELER, ROŚ), pulpet gotowany 100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), brokuł z wody 120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczerek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kiełbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Papryka czerwona 40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2992.35 kcal; Białko ogółem: 119.28 g; białko zwierzęce: 69.03 g; Tłuszcz: 95.50 g; Węglowodany ogółem: 447.99 g; Sód: 3953.71 mg; Potas: 5987.02 mg; Magnez: 495.10 mg; Wapń: 1142.00 mg; Żelazo: 15.25 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1656.25 ug; Błonnik pokarmowy: 37.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.26 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.09 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.77 g; suma cukrów prostych: 88.36 g;		
wtorek 2024-07-30		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400ml.(7) (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z pietruszką 70g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), pulpet gotowany 100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Sałatka z jarzyn gotowanych 120g(9) (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczerek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), kiełbasa szynkowa 40g(6,7,9,10) (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Jabłko pieczone 150 , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2609.03 kcal; Białko ogółem: 102.25 g; białko zwierzęce: 70.83 g; Tłuszcz: 90.17 g; Węglowodany ogółem: 372.19 g; Sód: 3772.28 mg; Potas: 4857.61 mg; Magnez: 347.23 mg; Wapń: 1165.85 mg; Żelazo: 10.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2488.03 ug; Błonnik pokarmowy: 27.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.85 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.70 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.06 g; suma cukrów prostych: 121.68 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-07-30		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g(7) (MLEKO), Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z pietruszką70g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa z fasolki szparagowej400ml (GLUTEN, SELER, ROŚ), Pulpet gotowany 80g(1,3,6,) (GLUTEN, JAJ, SELER), Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Surówka z marchwi i jabłka 120g(7) (MLEKO), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), kielbasa szynkowa40g(6,7,9,10) (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Papryka czerwona40g , Herbata 250ml , Serek topiony 17,5g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2660.99 kcal; Białko ogółem: 103.89 g; białko zwierzęce: 66.44 g; Tłuszcz: 94.84 g; Węglowodany ogółem: 380.44 g; Sód: 2345.08 mg; Potas: 5644.21 mg; Magnez: 438.94 mg; Wapń: 1033.73 mg; Żelazo: 13.19 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3431.85 ug; Błonnik pokarmowy: 35.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.57 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.16 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.64 g; suma cukrów prostych: 95.25 g;		
wtorek 2024-07-30		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi400ml.(7) (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z pietruszką70g (MLEKO), Szynka szkolna40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: banan 1szt ,	Zupa ziemniaczana 400g(1,7,9) (MLEKO, GLUTEN, SELER), Zraz mielony100g (GLUTEN, JAJ), Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Surówka z marchwi i jabłka 120g (MLEKO), Brokuł z wody100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), kielbasa szynkowa40g(6,7,9,10) (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Sałatka makaronowa z kielbasą i ogórkiem i kukurydzy150g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3853.00 kcal; Białko ogółem: 130.81 g; białko zwierzęce: 83.37 g; Tłuszcz: 136.02 g; Węglowodany ogółem: 539.40 g; Sód: 3380.69 mg; Potas: 8215.71 mg; Magnez: 609.57 mg; Wapń: 1175.84 mg; Żelazo: 15.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3316.80 ug; Błonnik pokarmowy: 39.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.05 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 21.48 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 50.93 g; suma cukrów prostych: 167.53 g;		
środa 2024-07-31		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (MLEKO, SELER), bitki w sosie(100g+80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Galaretki 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), polędwica sopocka 40 g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek zielony70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3526.21 kcal; Białko ogółem: 126.50 g; białko zwierzęce: 80.85 g; Tłuszcz: 104.33 g; Węglowodany ogółem: 494.82 g; Sód: 2397.48 mg; Potas: 5084.06 mg; Magnez: 439.51 mg; Wapń: 1295.10 mg; Żelazo: 13.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1489.04 ug; Błonnik pokarmowy: 32.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.79 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 20.42 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 44.36 g; suma cukrów prostych: 118.18 g;		

