

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-08-11		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyunka krucha40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek kiszony 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), surówka z kapusty pekińskiej100g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Biskopty , Podwieczerek: Nektaryna ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg z rzodkiewką 100g (MLEKO), Kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kielki13g , Pomidor60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2959.35 kcal; Białko ogółem: 129.13 g; białko zwierzęce: 86.23 g; Tłuszcz: 94.76 g; Węglowodany ogółem: 374.33 g; Sód: 2859.58 mg; Potas: 4860.28 mg; Magnez: 415.94 mg; Wapń: 595.88 mg; Żelazo: 14.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1299.69 ug; Błonnik pokarmowy: 29.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.14 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.07 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 45.46 g; suma cukrów prostych: 78.93 g;		
niedziela 2024-08-11		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szyunka krucha40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Sałatka z jarzyn gotowanych150g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Biskopty , Podwieczerek: Nektaryna ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg100g (MLEKO), Kielki13g , Pomidor60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2569.06 kcal; Białko ogółem: 119.56 g; białko zwierzęce: 86.08 g; Tłuszcz: 87.88 g; Węglowodany ogółem: 300.72 g; Sód: 2229.91 mg; Potas: 4868.72 mg; Magnez: 314.45 mg; Wapń: 540.66 mg; Żelazo: 11.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2290.07 ug; Błonnik pokarmowy: 23.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.47 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.80 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.82 g; suma cukrów prostych: 77.66 g;		
niedziela 2024-08-11		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyunka krucha40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek kiszony 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), surówka z kapusty pekińskiej150g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczerek: Nektaryna ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg z rzodkiewką 100g (MLEKO), Kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kielki13g , Pomidor60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2501.09 kcal; Białko ogółem: 117.91 g; białko zwierzęce: 85.92 g; Tłuszcz: 86.38 g; Węglowodany ogółem: 284.26 g; Sód: 2639.17 mg; Potas: 4661.03 mg; Magnez: 358.91 mg; Wapń: 577.28 mg; Żelazo: 11.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1369.43 ug; Błonnik pokarmowy: 24.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.57 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.34 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.88 g; suma cukrów prostych: 73.78 g;		
niedziela 2024-08-11		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szyunka krucha40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek kiszony 70g , Serek topiony 17,5g (MLEKO), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Wafelek 42g(1szt.) ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), surówka z kapusty pekińskiej150g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Biskopty , Podwieczerek: Nektaryna ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kielbasa krakowska30g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kielki13g , Kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg z rzodkiewką 100g (MLEKO), Herbata 250ml , Pomidor60g ,
Wartości odżywcze: Energia: 3314.54 kcal; Białko ogółem: 139.90 g; białko zwierzęce: 102.74 g; Tłuszcz: 132.50 g; Węglowodany ogółem: 359.16 g; Sód: 3457.74 mg; Potas: 4879.05 mg; Magnez: 351.91 mg; Wapń: 726.65 mg; Żelazo: 12.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1478.28 ug; Błonnik pokarmowy: 21.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.20 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.95 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 65.18 g; suma cukrów prostych: 114.61 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-08-12 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb razowo-słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa40g , ogórek zielony70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), buraki 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Galartetka 1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2966.45 kcal; Białko ogółem: 130.62 g; białko zwierzęce: 91.87 g; Tłuszcz: 83.03 g; Węglowodany ogółem: 449.51 g; Sód: 2492.80 mg; Potas: 6200.33 mg; Magnez: 484.30 mg; Wapń: 811.04 mg; Żelazo: 18.16 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1153.28 ug; Błonnik pokarmowy: 30.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.56 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.48 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.79 g; suma cukrów prostych: 129.56 g;		
poniedziałek 2024-08-12 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa40g , Jabłko pieczone 150 , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), buraki 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Galartetka 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), serek waniliowy70g (MLEKO), Kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2940.09 kcal; Białko ogółem: 126.48 g; białko zwierzęce: 92.44 g; Tłuszcz: 77.72 g; Węglowodany ogółem: 455.16 g; Sód: 2342.12 mg; Potas: 6039.96 mg; Magnez: 416.54 mg; Wapń: 800.95 mg; Żelazo: 14.79 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 929.98 ug; Błonnik pokarmowy: 26.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.31 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.72 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.33 g; suma cukrów prostych: 160.54 g;		
poniedziałek 2024-08-12 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb razowo-słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa40g , ogórek zielony70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), buraki 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2421.65 kcal; Białko ogółem: 125.72 g; białko zwierzęce: 91.79 g; Tłuszcz: 82.03 g; Węglowodany ogółem: 320.87 g; Sód: 2569.80 mg; Potas: 6272.53 mg; Magnez: 470.50 mg; Wapń: 791.24 mg; Żelazo: 17.40 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1320.28 ug; Błonnik pokarmowy: 28.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.36 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.85 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.54 g; suma cukrów prostych: 88.36 g;		
poniedziałek 2024-08-12 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem porcja 1szt. 25g , Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), szynka drobiowa30g , ogórek zielony70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: kiwi 1szt. ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), kotlet drobiowy100g (GLUTEN, JAJ), buraki 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Galartetka 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), jajko1\2szt. (JAJ), Sałatka makaronowa z tuńczyka ,kukurydzy,ogórka i szczypiorku (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml , pomidor 70g ,
Wartości odżywcze: Energia: 3351.03 kcal; Białko ogółem: 123.68 g; białko zwierzęce: 79.80 g; Tłuszcz: 95.85 g; Węglowodany ogółem: 511.20 g; Sód: 2657.79 mg; Potas: 6474.01 mg; Magnez: 472.01 mg; Wapń: 997.66 mg; Żelazo: 17.79 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1069.48 ug; Błonnik pokarmowy: 31.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.69 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.14 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.52 g; suma cukrów prostych: 146.48 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-08-13Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg50g (MLEKO), Dżem 50g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidor50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ogórkowa 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Knedle z mięsem boczkiem i cebulką6szt. , surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka beskidzka 50g , Ogórek zielony60g , kielki7g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2174.31 kcal; Białko ogółem: 68.35 g; białko zwierzęce: 29.36 g; Tłuszcz: 88.48 g; Węglowodany ogółem: 301.08 g; Sód: 1315.44 mg; Potas: 3057.06 mg; Magnez: 265.78 mg; Wapń: 783.89 mg; Żelazo: 7.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1075.73 ug; Błonnik pokarmowy: 24.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.81 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.78 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 56.19 g; suma cukrów prostych: 92.30 g;		
wtorek 2024-08-13Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Twaróg50g (MLEKO), Dżem 50g , Masło 15g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidor50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), marchewka oprószana150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka beskidzka 40g , kielki7g , Pomidor60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2387.26 kcal; Białko ogółem: 83.79 g; białko zwierzęce: 45.68 g; Tłuszcz: 92.52 g; Węglowodany ogółem: 329.86 g; Sód: 942.75 mg; Potas: 4743.04 mg; Magnez: 299.90 mg; Wapń: 709.59 mg; Żelazo: 9.07 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3438.02 ug; Błonnik pokarmowy: 25.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.46 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.00 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 56.34 g; suma cukrów prostych: 91.71 g;		
wtorek 2024-08-13Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , 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 , Surówka z kapusty białej 120g (GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: brzoskwinie ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka beskidzka 40g , Ogórek zielony60g , kielki7g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2327.09 kcal; Białko ogółem: 89.83 g; białko zwierzęce: 49.99 g; Tłuszcz: 89.30 g; Węglowodany ogółem: 322.27 g; Sód: 1151.10 mg; Potas: 5183.21 mg; Magnez: 371.23 mg; Wapń: 1216.75 mg; Żelazo: 10.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1816.08 ug; Błonnik pokarmowy: 31.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.42 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.56 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.03 g; suma cukrów prostych: 82.93 g;		
wtorek 2024-08-13Dieta: 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: brzoskwinie ,	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), Szynka beskidzka 30g , ser żółty30g (MLEKO), kielki7g , Ogórek zielony60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2132.10 kcal; Białko ogółem: 75.00 g; białko zwierzęce: 38.79 g; Tłuszcz: 124.65 g; Węglowodany ogółem: 309.06 g; Sód: 1551.09 mg; Potas: 3225.20 mg; Magnez: 237.52 mg; Wapń: 1040.63 mg; Żelazo: 7.51 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1795.78 ug; Błonnik pokarmowy: 21.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 65.50 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.22 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 64.79 g; suma cukrów prostych: 98.55 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-08-14		
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), Kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), rukola 6g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa jarmużowa z ziemniakami 400ml (GLUTEN, 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: 2810.66 kcal; Białko ogółem: 122.28 g; białko zwierzęce: 83.65 g; Tłuszcz: 117.33 g; Węglowodany ogółem: 343.47 g; Sód: 2176.65 mg; Potas: 5477.16 mg; Magnez: 460.20 mg; Wapń: 874.27 mg; Żelazo: 17.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2373.38 ug; Błonnik pokarmowy: 29.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.98 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.80 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.70 g; suma cukrów prostych: 69.84 g;		
środa 2024-08-14		
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: 2567.82 kcal; Białko ogółem: 96.26 g; białko zwierzęce: 65.13 g; Tłuszcz: 123.84 g; Węglowodany ogółem: 286.67 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;		
środa 2024-08-14		
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 jarmużowa z ziemniakami 400ml (GLUTEN, 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: 2609.86 kcal; Białko ogółem: 116.68 g; białko zwierzęce: 83.57 g; Tłuszcz: 116.13 g; Węglowodany ogółem: 299.63 g; Sód: 2106.65 mg; Potas: 5368.36 mg; Magnez: 439.40 mg; Wapń: 861.47 mg; Żelazo: 17.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2373.38 ug; Błonnik pokarmowy: 26.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.74 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.08 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.44 g; suma cukrów prostych: 69.04 g;		
środa 2024-08-14		
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 jarmużowa z ziemniakami 400ml (GLUTEN, 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: 3061.25 kcal; Białko ogółem: 120.43 g; białko zwierzęce: 81.10 g; Tłuszcz: 130.71 g; Węglowodany ogółem: 372.84 g; Sód: 2335.70 mg; Potas: 5319.55 mg; Magnez: 369.74 mg; Wapń: 842.70 mg; Żelazo: 13.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1505.38 ug; Błonnik pokarmowy: 24.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.71 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.30 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 45.28 g; suma cukrów prostych: 103.46 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-08-15Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi300ml (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo-słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka Ojca Grzegorza40g , Ogórek zielony50g , 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 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka beszkidzka 40g , twaróg z koperkiem80g (MLEKO), Mix sałat z pomidorami70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3412.91 kcal; Białko ogółem: 132.19 g; białko zwierzęce: 78.53 g; Tłuszcz: 86.00 g; Węglowodany ogółem: 518.63 g; Sód: 4287.95 mg; Potas: 7770.47 mg; Magnez: 663.33 mg; Wapń: 842.55 mg; Żelazo: 15.21 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2810.29 ug; Błonnik pokarmowy: 41.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.21 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.69 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.80 g; suma cukrów prostych: 152.02 g;		
czwartek 2024-08-15Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi300ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), kielki7g , Szynka Ojca Grzegorza40g , Jabłko pieczone 150 , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa barszcz z botwinki400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Sztuka mięsa100g (MIĘSO WIEP), Sos pietruszkowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Sałatka z jarzyn gotowanych150g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem80g (MLEKO), Szynka beszkidzka 40g , Mix sałat z pomidorami70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3212.96 kcal; Białko ogółem: 124.88 g; białko zwierzęce: 78.21 g; Tłuszcz: 82.93 g; Węglowodany ogółem: 479.55 g; Sód: 4181.29 mg; Potas: 7673.97 mg; Magnez: 586.27 mg; Wapń: 811.53 mg; Żelazo: 13.53 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2183.89 ug; Błonnik pokarmowy: 37.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.17 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 6.53 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.52 g; suma cukrów prostych: 166.72 g;		
czwartek 2024-08-15Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi300ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN), chleb razowo-słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka Ojca Grzegorza40g , kielki7g , Ogórek zielony50g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (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 gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo-słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem80g (MLEKO), Szynka beszkidzka 40g , Mix sałat z pomidorami70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3118.83 kcal; Białko ogółem: 124.45 g; białko zwierzęce: 78.42 g; Tłuszcz: 81.38 g; Węglowodany ogółem: 459.38 g; Sód: 4155.88 mg; Potas: 7582.92 mg; Magnez: 622.37 mg; Wapń: 820.93 mg; Żelazo: 13.68 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2782.29 ug; Błonnik pokarmowy: 37.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.21 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.38 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.60 g; suma cukrów prostych: 150.78 g;		
czwartek 2024-08-15Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi300ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka Ojca Grzegorza40g , Ogórek zielony50g , kielki7g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Drożdżówka1szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ),	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), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem50g (MLEKO), Szynka beszkidzka 40g , Mix sałat z pomidorami70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3330.41 kcal; Białko ogółem: 122.25 g; białko zwierzęce: 72.88 g; Tłuszcz: 87.51 g; Węglowodany ogółem: 497.98 g; Sód: 4257.64 mg; Potas: 7540.87 mg; Magnez: 583.87 mg; Wapń: 808.88 mg; Żelazo: 14.00 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2878.69 ug; Błonnik pokarmowy: 34.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.04 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.45 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.31 g; suma cukrów prostych: 161.47 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-08-16		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajecznicą(2szt.) (JAJ), Ser żółty40g (MLEKO), Pomidor60g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa kapuśniak z młodej kapusty z koperkiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło10g+ makaron 180g) (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok pomidorowy 200ml ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Rukola13g , Pomidorki " koktailowe" 2szt. , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2731.73 kcal; Białko ogółem: 114.26 g; białko zwierzęce: 77.05 g; Tłuszcz: 99.47 g; Węglowodany ogółem: 352.00 g; Sód: 2815.73 mg; Potas: 3670.03 mg; Magnez: 347.34 mg; Wapń: 1144.86 mg; Żelazo: 14.75 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1801.64 ug; Błonnik pokarmowy: 22.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.03 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.31 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.26 g; suma cukrów prostych: 74.76 g;		
piątek 2024-08-16		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g , Kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor50g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krem z dyni z dodatkiem majeranku i pietruszki z grzankami400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło10g+ makaron 180g) (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok pomidorowy 200ml ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kielbasa kminkowa50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Rukola13g , 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 2024-08-16		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajecznicą(2szt.) (JAJ), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Ser żółty40g (MLEKO), Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa kapuśniak400ml. (GLUTEN, SELER), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło10g+ makaron 180g) (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok pomidorowy 200ml ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Rukola13g , Pomidorki " koktailowe" 2szt. , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2604.07 kcal; Białko ogółem: 111.10 g; białko zwierzęce: 77.01 g; Tłuszcz: 99.74 g; Węglowodany ogółem: 323.09 g; Sód: 1538.98 mg; Potas: 3703.57 mg; Magnez: 327.21 mg; Wapń: 1148.47 mg; Żelazo: 14.45 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1788.32 ug; Błonnik pokarmowy: 22.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.99 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.51 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.29 g; suma cukrów prostych: 74.09 g;		
piątek 2024-08-16		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajecznicą(2szt.) (JAJ), ser żółty30g (MLEKO), Pomidor60g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Galarełka 1szt. ,	Zupa krem z dyni z dodatkiem majeranku i pietruszki z grzankami400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Kluski (3szt.) na parze z sosem jogurtowym (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SOJA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok pomidorowy 200ml ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kielbasa kminkowa50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Rukola13g , Pomidorki " koktailowe" 2szt. , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3306.86 kcal; Białko ogółem: 122.35 g; białko zwierzęce: 86.69 g; Tłuszcz: 114.65 g; Węglowodany ogółem: 451.71 g; Sód: 2042.23 mg; Potas: 3981.44 mg; Magnez: 312.39 mg; Wapń: 1132.36 mg; Żelazo: 17.45 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2310.15 ug; Błonnik pokarmowy: 22.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.93 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.95 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.19 g; suma cukrów prostych: 174.60 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-08-17Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg70g (MLEKO), Parówki Cieszyński 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 bartenika 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta z jajka i twarogu80g (GORCZYCA), kielki7g , Ogórek zielony60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3071.99 kcal; Białko ogółem: 122.36 g; białko zwierzęce: 77.59 g; Tłuszcz: 103.43 g; Węglowodany ogółem: 397.61 g; Sód: 1737.63 mg; Potas: 4767.19 mg; Magnez: 418.11 mg; Wapń: 555.06 mg; Żelazo: 13.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2850.77 ug; Błonnik pokarmowy: 33.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.55 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.67 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 78.91 g; suma cukrów prostych: 65.56 g;		
sobota 2024-08-17Dieta: 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 Cieszyński 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 bartenika 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta z jajka i twarogu80g (GORCZYCA), kielki7g , Pomidor60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2554.63 kcal; Białko ogółem: 107.70 g; białko zwierzęce: 77.43 g; Tłuszcz: 97.43 g; Węglowodany ogółem: 285.26 g; Sód: 1509.82 mg; Potas: 4369.28 mg; Magnez: 295.73 mg; Wapń: 494.51 mg; Żelazo: 10.36 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2916.27 ug; Błonnik pokarmowy: 20.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.97 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.99 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 78.25 g; suma cukrów prostych: 63.28 g;		
sobota 2024-08-17Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg70g(7) (MLEKO), pomidor 70g , Parówki Cieszyński 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 , Podwieczorek: Gruszka 120g ,	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka bartenika 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta z jajka i twarogu80g (GORCZYCA), kielki7g , Ogórek zielony60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2413.03 kcal; Białko ogółem: 107.41 g; białko zwierzęce: 77.37 g; Tłuszcz: 83.44 g; Węglowodany ogółem: 286.49 g; Sód: 1519.42 mg; Potas: 4616.69 mg; Magnez: 342.69 mg; Wapń: 551.12 mg; Żelazo: 11.43 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1197.27 ug; Błonnik pokarmowy: 26.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.31 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.80 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 41.19 g; suma cukrów prostych: 63.68 g;		
sobota 2024-08-17Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Twaróg70g (MLEKO), pomidor 70g , Parówki Cieszyński 100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup20g (GLUTEN, SELER), Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa krupnik z ziemniakami 400g(1,9) (GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), marchewka oprószana150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka bartenika 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta z jajka i twarogu80g (GORCZYCA), kielki7g , Ogórek zielony60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2680.29 kcal; Białko ogółem: 106.55 g; białko zwierzęce: 77.41 g; Tłuszcz: 100.21 g; Węglowodany ogółem: 313.50 g; Sód: 1496.02 mg; Potas: 4449.24 mg; Magnez: 294.29 mg; Wapń: 502.37 mg; Żelazo: 10.28 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2891.77 ug; Błonnik pokarmowy: 22.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.69 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.90 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 78.79 g; suma cukrów prostych: 90.45 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-08-18		
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), Palki z kurczaka pieczone 150g,sos pieczeniowy (2szt.) (GLUTEN), Sałatka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Biszkopty , Podwieczorek: 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: 2732.75 kcal; Białko ogółem: 73.66 g; białko zwierzęce: 33.72 g; Tłuszcz: 108.70 g; Węglowodany ogółem: 389.13 g; Sód: 5166.98 mg; Potas: 3787.23 mg; Magnez: 330.20 mg; Wapń: 732.48 mg; Żelazo: 10.21 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 776.86 ug; Błonnik pokarmowy: 27.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.30 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.04 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.39 g; suma cukrów prostych: 104.41 g;		
niedziela 2024-08-18		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka szkolna40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Rukola13g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Palki z kurczaka gotowane 150g,sos(2szt.) (GLUTEN, SELER), Sałatka z jarzyn gotowanych150g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Biszkopty , Podwieczorek: Wafelek ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka gotowana40g(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 2024-08-18		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Serek topiony 50g (MLEKO), Rukola13g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Palki z kurczaka gotowane 150g,sos(2szt.) (GLUTEN, SELER), Sałatka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok pomidorowy 200ml ,	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 gotowana40g(6,7,9,10) (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek kiszony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1905.89 kcal; Białko ogółem: 60.88 g; białko zwierzęce: 29.49 g; Tłuszcz: 69.49 g; Węglowodany ogółem: 283.16 g; Sód: 5207.49 mg; Potas: 3862.42 mg; Magnez: 317.95 mg; Wapń: 643.68 mg; Żelazo: 9.33 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 912.18 ug; Błonnik pokarmowy: 26.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.55 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.69 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.09 g; suma cukrów prostych: 63.82 g;		
niedziela 2024-08-18		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Serek topiony 50g (MLEKO), Szynka szkolna40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Rukola13g , Pomidor60g , 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), Palki 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 gotowana40g(6,7,9,10) (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg80g (MLEKO), ogórek kiszony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2726.05 kcal; Białko ogółem: 94.14 g; białko zwierzęce: 56.96 g; Tłuszcz: 104.87 g; Węglowodany ogółem: 371.94 g; Sód: 5574.13 mg; Potas: 4199.46 mg; Magnez: 312.23 mg; Wapń: 823.35 mg; Żelazo: 9.90 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 910.88 ug; Błonnik pokarmowy: 23.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.42 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.14 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 40.12 g; suma cukrów prostych: 107.57 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-08-19Dieta: 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 świderek 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), Kielbasa kminkowa50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g, Ogórek kiszony60g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2958.42 kcal; Białko ogółem: 119.93 g; białko zwierzęce: 76.55 g; Tłuszcz: 93.60 g; Węglowodany ogółem: 434.34 g; Sód: 3732.40 mg; Potas: 4141.57 mg; Magnez: 426.46 mg; Wapń: 741.31 mg; Żelazo: 15.08 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 844.17 ug; Błonnik pokarmowy: 29.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.95 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.44 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.97 g; suma cukrów prostych: 116.41 g;		
poniedziałek 2024-08-19Dieta: 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 świderek 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Kielbasa kminkowa50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g, Pomidor60g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2403.01 kcal; Białko ogółem: 95.12 g; białko zwierzęce: 62.08 g; Tłuszcz: 80.96 g; Węglowodany ogółem: 342.95 g; Sód: 2964.68 mg; Potas: 3954.24 mg; Magnez: 304.37 mg; Wapń: 672.73 mg; Żelazo: 10.55 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3161.48 ug; Błonnik pokarmowy: 22.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.53 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.81 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.40 g; suma cukrów prostych: 97.76 g;		
poniedziałek 2024-08-19Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka drobiowa30g, Pomidor60g, Serek topiony 17,5g (MLEKO), kielki7g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Żurek 400g(1,) (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), gulasz drobiowy(120g+80g) (GLUTEN), sałatka colesław100g, Kompot 200ml, ziemniaki z koperkiem 200g, Podwieczorek: Morela 2szt.,	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), Kielbasa kminkowa50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g, Herbata 250ml, Ogórek kiszony60g,
Wartości odżywcze: Energia: 2697.37 kcal; Białko ogółem: 112.09 g; białko zwierzęce: 76.04 g; Tłuszcz: 96.02 g; Węglowodany ogółem: 373.93 g; Sód: 3633.36 mg; Potas: 5553.40 mg; Magnez: 473.92 mg; Wapń: 789.99 mg; Żelazo: 15.31 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 905.33 ug; Błonnik pokarmowy: 30.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.91 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.80 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.58 g; suma cukrów prostych: 93.46 g;		
poniedziałek 2024-08-19Dieta: 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 colesław100g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Kielbasa 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;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-08-20		
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), kielbasa szynkowa40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z pomidora i rukoli70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3454.51 kcal; Białko ogółem: 161.28 g; białko zwierzęce: 97.84 g; Tłuszcz: 76.26 g; Węglowodany ogółem: 587.29 g; Sód: 2136.65 mg; Potas: 9081.10 mg; Magnez: 754.19 mg; Wapń: 1005.80 mg; Żelazo: 21.13 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1145.54 ug; Błonnik pokarmowy: 52.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.48 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.74 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 24.29 g; suma cukrów prostych: 160.37 g;		
wtorek 2024-08-20		
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), kielbasa szynkowa40g(6,7,9,10) (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z pomidora i rukoli70g , Wek krojony 50g (GLUTEN), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2760.45 kcal; Białko ogółem: 131.15 g; białko zwierzęce: 96.75 g; Tłuszcz: 68.05 g; Węglowodany ogółem: 429.49 g; Sód: 1849.49 mg; Potas: 7273.04 mg; Magnez: 530.20 mg; Wapń: 912.60 mg; Żelazo: 14.31 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 842.74 ug; Błonnik pokarmowy: 29.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.41 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.38 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.94 g; suma cukrów prostych: 156.32 g;		
wtorek 2024-08-20		
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 koperkiem80g (MLEKO), Szynka Ojca Grzegorza40g , sałata zielona13g , Papryka czerwona60g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grochówka 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, ROŚ, GORCZYCA), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g , buraki 150g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), kielbasa szynkowa40g(6,7,9,10) (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z pomidora i rukoli70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3099.36 kcal; Białko ogółem: 149.65 g; białko zwierzęce: 94.29 g; Tłuszcz: 71.79 g; Węglowodany ogółem: 518.33 g; Sód: 1908.54 mg; Potas: 8815.65 mg; Magnez: 722.53 mg; Wapń: 870.38 mg; Żelazo: 19.83 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1112.54 ug; Błonnik pokarmowy: 49.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.66 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.78 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.75 g; suma cukrów prostych: 153.75 g;		
wtorek 2024-08-20		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi400ml.(7) (MLEKO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem50g (MLEKO), Szynka Ojca Grzegorza40g , sałata zielona13g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Papryka czerwona60g , II Śniadanie: Sok warzywny 200ml ,	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), Kotleć drobiowy 120g (GLUTEN, JAJ), buraki 150g , ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Kielbasa szynkowa40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty40g (MLEKO), Sałatka z pomidora i rukoli70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2961.94 kcal; Białko ogółem: 125.20 g; białko zwierzęce: 89.81 g; Tłuszcz: 91.62 g; Węglowodany ogółem: 437.08 g; Sód: 1835.14 mg; Potas: 7280.24 mg; Magnez: 541.87 mg; Wapń: 1225.49 mg; Żelazo: 15.31 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1384.58 ug; Błonnik pokarmowy: 32.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.37 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.81 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.60 g; suma cukrów prostych: 156.87 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

Dietetyk

.....