

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
środa 2024-08-21 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), kielki7g , Ogórek zielony60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gulasz wieprzowy(100g +100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto150g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyunka krucha40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , Rzodkiewka60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3048.02 kcal; Białko ogółem: 134.19 g; białko zwierzęce: 93.63 g; Tłuszcz: 124.23 g; Węglowodany ogółem: 377.07 g; Sód: 2603.53 mg; Potas: 3979.03 mg; Magnez: 444.08 mg; Wapń: 938.64 mg; Żelazo: 17.11 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1985.31 ug; Błonnik pokarmowy: 31.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.70 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.99 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 41.25 g; suma cukrów prostych: 86.36 g;		
środa 2024-08-21 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), kielki7g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gulasz wieprzowy(100g +100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto150g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyunka krucha40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , Rzodkiewka60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2624.64 kcal; Białko ogółem: 127.26 g; białko zwierzęce: 96.84 g; Tłuszcz: 110.45 g; Węglowodany ogółem: 296.86 g; Sód: 2444.31 mg; Potas: 2945.74 mg; Magnez: 311.10 mg; Wapń: 899.54 mg; Żelazo: 14.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2116.41 ug; Błonnik pokarmowy: 18.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.60 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.08 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.93 g; suma cukrów prostych: 84.21 g;		
środa 2024-08-21 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), chleb razowo-słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), kielki7g , Ogórek zielony60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gulasz wieprzowy(100g +100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto150g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek naturalny150g ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyunka krucha40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , Rzodkiewka60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2653.12 kcal; Białko ogółem: 111.44 g; białko zwierzęce: 78.52 g; Tłuszcz: 152.41 g; Węglowodany ogółem: 300.27 g; Sód: 2603.62 mg; Potas: 3704.48 mg; Magnez: 399.12 mg; Wapń: 844.52 mg; Żelazo: 15.49 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2294.81 ug; Błonnik pokarmowy: 26.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 69.54 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.81 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 48.05 g; suma cukrów prostych: 67.87 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-08-21		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Kiełki13g , Ogórek zielony60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mus owocowy200g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gulasz wieprzowy(100g +100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto150g , surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczerek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka krucha40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Rzodkiewka60g , Mix sałat 13g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2787.64 kcal; Białko ogółem: 134.34 g; białko zwierzęce: 99.20 g; Tłuszcz: 117.03 g; Węglowodany ogółem: 327.11 g; Sód: 3043.17 mg; Potas: 3523.37 mg; Magnez: 365.28 mg; Wapń: 1129.14 mg; Żelazo: 15.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2448.41 ug; Błonnik pokarmowy: 29.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.56 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.75 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 40.06 g; suma cukrów prostych: 89.64 g;		
czwartek 2024-08-22		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Szynka Ojca Grzegorza40g , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ogórkowa 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), kotlet mielony 100g (GLUTEN, JAJ), marchewka oprószana150g (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczerek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg80g (MLEKO), Kiełki 4g , ogórek kiszony 70g , Kiełbasa kminkowa50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3074.75 kcal; Białko ogółem: 116.86 g; białko zwierzęce: 73.00 g; Tłuszcz: 120.92 g; Węglowodany ogółem: 412.27 g; Sód: 2187.08 mg; Potas: 5283.48 mg; Magnez: 464.07 mg; Wapń: 781.14 mg; Żelazo: 14.06 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2897.07 ug; Błonnik pokarmowy: 35.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.92 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.28 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 75.40 g; suma cukrów prostych: 79.76 g;		
czwartek 2024-08-22		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Szynka Ojca Grzegorza40g , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , marchewka oprószana150g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczerek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg80g (MLEKO), Kiełbasa kminkowa50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki 4g , pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2440.45 kcal; Białko ogółem: 104.17 g; białko zwierzęce: 73.54 g; Tłuszcz: 101.72 g; Węglowodany ogółem: 300.02 g; Sód: 1588.44 mg; Potas: 5140.66 mg; Magnez: 351.50 mg; Wapń: 744.62 mg; Żelazo: 10.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3448.33 ug; Błonnik pokarmowy: 24.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.95 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.35 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 65.19 g; suma cukrów prostych: 74.10 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-08-22		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Szynka Ojca Grzegorza 40g , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ogórkowa 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), kotlet mielony 100g (GLUTEN, JAJ), Ziemniaki gotowane 200g , Fasolka szparagowa 150g (GLUTEN, ROŚ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg 80g (MLEKO), Kiełbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki 4g , ogórek kiszony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2786.78 kcal; Białko ogółem: 115.42 g; białko zwierzęce: 77.20 g; Tłuszcz: 112.39 g; Węglowodany ogółem: 357.87 g; Sód: 2089.53 mg; Potas: 5306.91 mg; Magnez: 452.11 mg; Wapń: 969.31 mg; Żelazo: 13.53 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 939.17 ug; Błonnik pokarmowy: 31.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.27 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.41 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 41.14 g; suma cukrów prostych: 81.35 g;		
czwartek 2024-08-22		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Szynka Ojca Grzegorza 40g , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa ogórkowa 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), kotlet mielony 100g (GLUTEN, JAJ), Ziemniaki gotowane 200g , marchewka oprószana 150g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg 80g (MLEKO), Kiełbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki 4g , ogórek kiszony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3315.77 kcal; Białko ogółem: 113.44 g; białko zwierzęce: 72.92 g; Tłuszcz: 119.70 g; Węglowodany ogółem: 476.76 g; Sód: 2041.63 mg; Potas: 7136.47 mg; Magnez: 550.79 mg; Wapń: 773.59 mg; Żelazo: 13.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2983.07 ug; Błonnik pokarmowy: 34.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.83 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.31 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 75.82 g; suma cukrów prostych: 141.29 g;		
piątek 2024-08-23		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajecznic (2szt.) (JAJ), Mix sałat 10g , Pomidor 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Ryba smażona 100.g (GLUTEN, JAJ, RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z kapusty pekińskiej 120g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Galartetka 1szt. ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Sałatka makaronowa -Z PAPRYKI , PIECZAREK, KUKURYDZY I OGÓRKA 250g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórki konserwowe 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3534.93 kcal; Białko ogółem: 122.23 g; białko zwierzęce: 71.06 g; Tłuszcz: 102.53 g; Węglowodany ogółem: 544.89 g; Sód: 1486.66 mg; Potas: 5675.05 mg; Magnez: 484.77 mg; Wapń: 895.67 mg; Żelazo: 17.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1905.77 ug; Błonnik pokarmowy: 38.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.47 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 21.39 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.44 g; suma cukrów prostych: 120.48 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-08-23		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Kiełbasa krakowska 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 60g, Mix sałat 10g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), ryba gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), Sos po grecku 100g (GLUTEN, SELER), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SELER), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Galartetka 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 80g (MLEKO), pomidor 70g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2636.37 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; białko zwierzęce: 74.94 g; Tłuszcz: 72.78 g; Węglowodany ogółem: 409.83 g; Sód: 1857.54 mg; Potas: 4895.42 mg; Magnez: 334.11 mg; Wapń: 773.79 mg; Żelazo: 10.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2449.08 ug; Błonnik pokarmowy: 26.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.36 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.93 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.54 g; suma cukrów prostych: 118.15 g;		
piątek 2024-08-23		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajecznicza (2szt.) (JAJ), Mix sałat 10g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), ryba gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), ziemniaki z koperkiem 200g, Sos po grecku 100g (GLUTEN, SELER), surówka z kapusty pekińskiej 150g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 80g (MLEKO), ogórki konserwowe 70g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2668.48 kcal; Białko ogółem: 124.37 g; białko zwierzęce: 84.91 g; Tłuszcz: 87.32 g; Węglowodany ogółem: 371.30 g; Sód: 2070.66 mg; Potas: 5769.48 mg; Magnez: 465.07 mg; Wapń: 942.05 mg; Żelazo: 15.92 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2280.62 ug; Błonnik pokarmowy: 34.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.51 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.19 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.28 g; suma cukrów prostych: 82.68 g;		
piątek 2024-08-23		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajecznicza (2szt.) (JAJ), Mix sałat 10g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Sok warzywny 200ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Ryba smażona 100.g (GLUTEN, JAJ, RYB), surówka z kapusty pekińskiej 150g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Galartetka 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Sałatka makaronowa -Z PAPRYKI, PIECZAREK, KUKURYDZY I OGÓRKA 250g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Szyunka bartnika 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3287.47 kcal; Białko ogółem: 125.22 g; białko zwierzęce: 81.08 g; Tłuszcz: 98.66 g; Węglowodany ogółem: 480.94 g; Sód: 2043.45 mg; Potas: 5856.34 mg; Magnez: 420.59 mg; Wapń: 876.21 mg; Żelazo: 16.32 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2167.37 ug; Błonnik pokarmowy: 29.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.34 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.73 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.21 g; suma cukrów prostych: 118.41 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-08-24 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kurczak gotowany40g , Twaróg70g (MLEKO), Rzodkiewka 20g , Ogórek zielony50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), Spaghetti bolognese z mięsem mielonym400g (GLUTEN, SELER), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszynki80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup20g (GLUTEN, SELER), Pomidor50g , Mix sałat 10g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2487.86 kcal; Białko ogółem: 98.50 g; białko zwierzęce: 62.70 g; Tłuszcz: 95.67 g; Węglowodany ogółem: 328.30 g; Sód: 2131.68 mg; Potas: 2413.85 mg; Magnez: 292.16 mg; Wapń: 666.58 mg; Żelazo: 10.22 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 984.08 ug; Błonnik pokarmowy: 22.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.69 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.54 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.98 g; suma cukrów prostych: 63.79 g;		
sobota 2024-08-24 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Kurczak gotowany40g , pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Twaróg70g (MLEKO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszynki80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor50g , Mix sałat 10g , ketchup20g (GLUTEN, SELER), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2150.63 kcal; Białko ogółem: 108.61 g; białko zwierzęce: 83.63 g; Tłuszcz: 79.71 g; Węglowodany ogółem: 264.49 g; Sód: 1296.88 mg; Potas: 4128.53 mg; Magnez: 288.42 mg; Wapń: 637.40 mg; Żelazo: 8.30 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2677.14 ug; Błonnik pokarmowy: 17.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.07 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.91 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.96 g; suma cukrów prostych: 66.08 g;		
sobota 2024-08-24 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kurczak gotowany40g , Twaróg70g (MLEKO), Rzodkiewka 20g , Ogórek zielony50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), Sałatka wielowarzywna 120g (SELER), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszynki80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup20g (GLUTEN, SELER), Pomidor50g , Mix sałat 10g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2139.25 kcal; Białko ogółem: 109.54 g; białko zwierzęce: 83.62 g; Tłuszcz: 76.91 g; Węglowodany ogółem: 269.36 g; Sód: 1260.78 mg; Potas: 3984.23 mg; Magnez: 338.05 mg; Wapń: 634.17 mg; Żelazo: 9.10 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 736.64 ug; Błonnik pokarmowy: 20.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.55 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.53 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.25 g; suma cukrów prostych: 63.41 g;		
sobota 2024-08-24 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Kurczak gotowany40g , Twaróg70g (MLEKO), Rzodkiewka 20g , Ogórek zielony50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), Spaghetti bolognese z mięsem mielonym400g (GLUTEN, SELER), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Cieszynki80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup20g (GLUTEN, SELER), Pomidor50g , Mix sałat 10g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2296.96 kcal; Białko ogółem: 88.29 g; białko zwierzęce: 62.60 g; Tłuszcz: 93.65 g; Węglowodany ogółem: 288.03 g; Sód: 1960.07 mg; Potas: 2204.70 mg; Magnez: 189.14 mg; Wapń: 626.69 mg; Żelazo: 7.62 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1025.08 ug; Błonnik pokarmowy: 14.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.07 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.49 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.13 g; suma cukrów prostych: 89.48 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-08-25		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), papryka czerwona70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka pieczone 150g,sos pieczeniowy (2szt.) (GLUTEN), sałatka z kapusty czerwonej100g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Jabłko 150g, Biszkopty,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kiełbasa krotoszyńska 40g, Pomidor60g, Kiełki 4g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2606.95 kcal; Białko ogółem: 80.48 g; białko zwierzęce: 40.29 g; Tłuszcz: 90.78 g; Węglowodany ogółem: 397.51 g; Sód: 5530.59 mg; Potas: 4065.08 mg; Magnez: 369.37 mg; Wapń: 920.01 mg; Żelazo: 11.58 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1230.71 ug; Błonnik pokarmowy: 33.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.96 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.28 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.81 g; suma cukrów prostych: 94.31 g;		
niedziela 2024-08-25		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynekowa drobiowa40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g,sos(2szt.) (GLUTEN, SELER), szpinak na gęsto120g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Jabłko pieczone 150, Biszkopty,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kiełbasa krotoszyńska 40g, Pomidor60g, Kiełki 4g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2056.24 kcal; Białko ogółem: 66.24 g; białko zwierzęce: 33.99 g; Tłuszcz: 66.12 g; Węglowodany ogółem: 318.71 g; Sód: 5593.17 mg; Potas: 3714.96 mg; Magnez: 313.89 mg; Wapń: 476.17 mg; Żelazo: 11.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1877.02 ug; Błonnik pokarmowy: 22.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.55 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.75 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 21.93 g; suma cukrów prostych: 90.45 g;		
niedziela 2024-08-25		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), papryka czerwona70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g,sos(2szt.) (GLUTEN, SELER), sałatka z kapusty czerwonej100g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Jabłko 150g,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kiełbasa krotoszyńska 40g, Pomidor60g, Kiełki 4g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2133.89 kcal; Białko ogółem: 70.91 g; białko zwierzęce: 39.99 g; Tłuszcz: 76.04 g; Węglowodany ogółem: 318.13 g; Sód: 5371.29 mg; Potas: 3885.77 mg; Magnez: 326.80 mg; Wapń: 891.57 mg; Żelazo: 9.86 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1328.03 ug; Błonnik pokarmowy: 28.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.82 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.03 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.16 g; suma cukrów prostych: 86.93 g;		
niedziela 2024-08-25		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAČA		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), papryka czerwona70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Wafelek,	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka pieczone 150g,sos pieczeniowy (2szt.) (GLUTEN), sałatka z kapusty czerwonej100g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczerek: Jabłko 150g, Biszkopty,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kiełbasa krotoszyńska 40g, pomidor 70g, Kiełki 4g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2810.79 kcal; Białko ogółem: 79.74 g; białko zwierzęce: 44.21 g; Tłuszcz: 113.43 g; Węglowodany ogółem: 389.85 g; Sód: 5487.78 mg; Potas: 3869.77 mg; Magnez: 288.39 mg; Wapń: 964.86 mg; Żelazo: 9.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1315.41 ug; Błonnik pokarmowy: 24.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.64 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.28 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 44.65 g; suma cukrów prostych: 127.05 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
poniedziałek 2024-08-26 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem -muszelki 400ml (MLEKO), chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka beskidzka 40g , Ogórek kiszony60g , Mix sałat 10g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), schab duszony100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), surówka z kapusty białej100g (GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: brzoskwinie ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg70g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka.40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3355.78 kcal; Białko ogółem: 158.23 g; białko zwierzęce: 103.87 g; Tłuszcz: 120.56 g; Węglowodany ogółem: 444.24 g; Sód: 1914.44 mg; Potas: 4829.72 mg; Magnez: 452.09 mg; Wapń: 907.46 mg; Żelazo: 15.92 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1056.04 ug; Błonnik pokarmowy: 37.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.88 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.97 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.37 g; suma cukrów prostych: 89.97 g;		
poniedziałek 2024-08-26 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem świderki 400ml (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka beskidzka 40g , Pomidor60g , Mix sałat 10g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), schab duszony100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Marchew oprószana 100g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: brzoskwinie ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg70g (MLEKO), Rzodkiewka.40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2876.71 kcal; Białko ogółem: 142.37 g; białko zwierzęce: 103.84 g; Tłuszcz: 121.87 g; Węglowodany ogółem: 325.62 g; Sód: 1591.91 mg; Potas: 4206.22 mg; Magnez: 316.60 mg; Wapń: 766.02 mg; Żelazo: 11.69 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2707.30 ug; Błonnik pokarmowy: 23.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.94 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.60 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 44.81 g; suma cukrów prostych: 79.15 g;		
poniedziałek 2024-08-26 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem świderki 400ml (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka beskidzka 40g , Ogórek kiszony60g , Mix sałat 10g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), schab duszony100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), surówka z kapusty białej100g (GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: brzoskwinie ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg70g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka.40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2986.58 kcal; Białko ogółem: 147.95 g; białko zwierzęce: 103.73 g; Tłuszcz: 118.77 g; Węglowodany ogółem: 363.16 g; Sód: 1799.68 mg; Potas: 4645.87 mg; Magnez: 419.13 mg; Wapń: 885.64 mg; Żelazo: 14.24 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1056.04 ug; Błonnik pokarmowy: 33.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.48 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.92 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.97 g; suma cukrów prostych: 88.56 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-08-26 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAÇA		
zupa mleczna z makaronem świderki 400ml (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szyńka beskidzka 40g, Ogórek kiszony 60g, Mix sałat 10g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Sok warzywny 200ml,	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), naleśniki z dżemem (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Kompot 200ml, Podwieczorek: brzoskwinie,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Wieprzowinka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg 70g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Rzodkiewka 40g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2641.11 kcal; Białko ogółem: 100.58 g; białko zwierzęce: 53.31 g; Tłuszcz: 79.18 g; Węglowodany ogółem: 399.22 g; Sód: 1024.16 mg; Potas: 3493.60 mg; Magnez: 260.02 mg; Wapń: 1030.44 mg; Żelazo: 10.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1079.16 ug; Błonnik pokarmowy: 20.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.35 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.83 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 24.46 g; suma cukrów prostych: 111.18 g;		
wtorek 2024-08-27 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), filet zapiekany-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty 40g (MLEKO), ogórki konserwowe 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Leczo 300ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ryż brązowy na sypko 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg 70g (MLEKO), papryka konserwowa 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3075.86 kcal; Białko ogółem: 110.58 g; białko zwierzęce: 64.10 g; Tłuszcz: 83.00 g; Węglowodany ogółem: 507.63 g; Sód: 4415.57 mg; Potas: 5762.98 mg; Magnez: 670.53 mg; Wapń: 1155.47 mg; Żelazo: 14.33 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1286.71 ug; Błonnik pokarmowy: 41.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.47 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.81 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.14 g; suma cukrów prostych: 136.84 g;		
wtorek 2024-08-27 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-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pulpet gotowany 100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), buraki 100g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg 70g (MLEKO), mus warzywny 70g (SELER), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2796.89 kcal; Białko ogółem: 97.23 g; białko zwierzęce: 55.92 g; Tłuszcz: 73.25 g; Węglowodany ogółem: 466.09 g; Sód: 3093.77 mg; Potas: 7295.79 mg; Magnez: 544.89 mg; Wapń: 838.36 mg; Żelazo: 15.05 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1692.01 ug; Błonnik pokarmowy: 34.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.96 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.26 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 21.70 g; suma cukrów prostych: 146.43 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
wtorek 2024-08-27		
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-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty40g (MLEKO), ogórki konserwowe70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Leczo300ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ryż brązowy na sypko200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg70g (MLEKO), papryka konserwowa70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2907.46 kcal; Białko ogółem: 105.90 g; białko zwierzęce: 64.03 g; Tłuszcz: 82.41 g; Węglowodany ogółem: 470.39 g; Sód: 4370.82 mg; Potas: 5687.93 mg; Magnez: 658.37 mg; Wapń: 1146.45 mg; Żelazo: 13.62 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1286.71 ug; Błonnik pokarmowy: 39.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.31 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.47 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.00 g; suma cukrów prostych: 136.23 g;		
wtorek 2024-08-27		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), filet zapiekany-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty40g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Sniadanie: Drożdżówka1szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Zraz mielony100g (GLUTEN, JAJ), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), buraki100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg70g (MLEKO), papryka konserwowa70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3429.15 kcal; Białko ogółem: 114.42 g; białko zwierzęce: 69.08 g; Tłuszcz: 114.04 g; Węglowodany ogółem: 517.16 g; Sód: 2438.30 mg; Potas: 7346.78 mg; Magnez: 555.71 mg; Wapń: 1187.41 mg; Żelazo: 16.90 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1418.99 ug; Błonnik pokarmowy: 35.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.64 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.28 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 40.49 g; suma cukrów prostych: 156.86 g;		
środa 2024-08-28		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z kiełbasy i jajka100g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor60g , Mix sałat 13g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), Marchew z groszkiem oprószana 120g (GLUTEN), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko 150g ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kiełbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek zielony70g , Ser żółty40g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3001.17 kcal; Białko ogółem: 135.46 g; białko zwierzęce: 95.26 g; Tłuszcz: 98.39 g; Węglowodany ogółem: 416.40 g; Sód: 3192.54 mg; Potas: 5475.83 mg; Magnez: 491.78 mg; Wapń: 1068.47 mg; Żelazo: 15.16 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4013.44 ug; Błonnik pokarmowy: 38.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.40 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.24 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.28 g; suma cukrów prostych: 99.52 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-08-28		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g, Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Mix sałat 13g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), szpinak na gęsto 120g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko pieczone 150,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg 80g (MLEKO), Kielki 13g, Pomidor 60g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2543.73 kcal; Białko ogółem: 122.71 g; białko zwierzęce: 90.91 g; Tłuszcz: 79.94 g; Węglowodany ogółem: 354.21 g; Sód: 2315.38 mg; Potas: 5045.40 mg; Magnez: 420.26 mg; Wapń: 957.32 mg; Żelazo: 13.30 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1870.44 ug; Błonnik pokarmowy: 24.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.97 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.85 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.96 g; suma cukrów prostych: 118.98 g;		
środa 2024-08-28		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z kielbasy i jajka 100g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), Marchew z groszkiem oprószana 120g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko 150g,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty 40g (MLEKO), ogórek zielony 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2742.45 kcal; Białko ogółem: 127.72 g; białko zwierzęce: 95.15 g; Tłuszcz: 97.77 g; Węglowodany ogółem: 357.16 g; Sód: 3066.80 mg; Potas: 5288.28 mg; Magnez: 450.82 mg; Wapń: 1046.85 mg; Żelazo: 13.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4041.44 ug; Błonnik pokarmowy: 33.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.55 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.32 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.37 g; suma cukrów prostych: 98.28 g;		
środa 2024-08-28		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g, Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Mix sałat 10g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mus owocowy 200g,	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), Filet z kurczaka 70g (GLUTEN), Marchew z groszkiem oprószana 120g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko 150g,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty 40g (MLEKO), ogórek zielony 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2579.92 kcal; Białko ogółem: 106.10 g; białko zwierzęce: 75.26 g; Tłuszcz: 88.24 g; Węglowodany ogółem: 370.90 g; Sód: 2493.90 mg; Potas: 5127.74 mg; Magnez: 389.33 mg; Wapń: 1198.10 mg; Żelazo: 11.15 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3933.67 ug; Błonnik pokarmowy: 34.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.42 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.24 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.23 g; suma cukrów prostych: 121.75 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-08-29 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 80g (MLEKO), rukola 6g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Surówka z marchwi i jabłka 120g (MLEKO), ryż brązowy na sypko200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2605.67 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; białko zwierzęce: 62.37 g; Tłuszcz: 82.10 g; Węglowodany ogółem: 398.63 g; Sód: 2299.97 mg; Potas: 4077.90 mg; Magnez: 445.35 mg; Wapń: 783.09 mg; Żelazo: 11.53 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2839.85 ug; Błonnik pokarmowy: 36.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.37 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.24 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 56.12 g; suma cukrów prostych: 86.79 g;		
czwartek 2024-08-29 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka beskidzka 50g , Pomidor60g , rukola 6g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), ryż brązowy na sypko200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2187.62 kcal; Białko ogółem: 82.94 g; białko zwierzęce: 45.35 g; Tłuszcz: 85.62 g; Węglowodany ogółem: 295.06 g; Sód: 2070.58 mg; Potas: 3287.79 mg; Magnez: 310.81 mg; Wapń: 649.71 mg; Żelazo: 7.80 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2850.09 ug; Błonnik pokarmowy: 23.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.55 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.50 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 54.44 g; suma cukrów prostych: 69.90 g;		
czwartek 2024-08-29 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 80g (MLEKO), rukola 6g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Surówka z marchwi i jabłka 120g (MLEKO), ryż brązowy na sypko200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kiwi 1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka drobiowa40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) ,
Wartości odżywcze: Energia: 2308.47 kcal; Białko ogółem: 94.36 g; białko zwierzęce: 62.26 g; Tłuszcz: 70.09 g; Węglowodany ogółem: 356.07 g; Sód: 2175.87 mg; Potas: 4238.35 mg; Magnez: 422.39 mg; Wapń: 791.47 mg; Żelazo: 10.48 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2848.25 ug; Błonnik pokarmowy: 34.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.09 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.92 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 20.71 g; suma cukrów prostych: 86.39 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-08-29 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAÇA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 80g (MLEKO), rukola 6g , Pomidor 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: kiwi 1szt. ,	Zupa ziemniaczana 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), ryż brązowy na sypko 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyunka drobiowa 40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pasztet drobiowy 50g (GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2512.21 kcal; Białko ogółem: 97.69 g; białko zwierzęce: 65.71 g; Tłuszcz: 99.36 g; Węglowodany ogółem: 331.69 g; Sód: 2208.83 mg; Potas: 3873.88 mg; Magnez: 355.85 mg; Wapń: 806.75 mg; Żelazo: 10.24 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3561.94 ug; Błonnik pokarmowy: 26.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.34 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.64 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 68.64 g; suma cukrów prostych: 73.99 g;		
piątek 2024-08-30 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z makaronem 400g (MLEKO), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Pasta jajeczna 80g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Pierogi ruskie 12szt.z cebuka i masłem (MLEKO), Surówka z kapusty białej 120g (GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Nektaryna ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Szyunka drobiowa 40g , ogórek kiszony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3021.15 kcal; Białko ogółem: 104.55 g; białko zwierzęce: 57.76 g; Tłuszcz: 116.71 g; Węglowodany ogółem: 414.58 g; Sód: 1741.52 mg; Potas: 4463.89 mg; Magnez: 398.64 mg; Wapń: 1233.06 mg; Żelazo: 13.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1765.13 ug; Błonnik pokarmowy: 33.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 61.53 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.15 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.60 g; suma cukrów prostych: 84.29 g;		
piątek 2024-08-30 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z makaronem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Twaróg 70g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	rosół z lanym ciastem 400ml (GLUTEN, JAJ, SELER), ryba gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SELER), Kompot 200ml , Ziemniaki gotowane 200g , Podwieczorek: Nektaryna ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyunka drobiowa z fileta 40g , Sałatka z rukoli i pomidora 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2391.19 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; białko zwierzęce: 70.86 g; Tłuszcz: 78.08 g; Węglowodany ogółem: 336.72 g; Sód: 1409.10 mg; Potas: 4585.53 mg; Magnez: 313.93 mg; Wapń: 744.50 mg; Żelazo: 10.36 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2318.38 ug; Błonnik pokarmowy: 24.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.61 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.21 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.53 g; suma cukrów prostych: 78.54 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-08-30		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z makaronem 400g (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Pasta jajeczna 80g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), ryba gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), Podwieczorek: Nektaryna,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Szynkowa drobiowa z fileta 20g, ogórek kiszony 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2551.73 kcal; Białko ogółem: 105.83 g; białko zwierzęce: 67.37 g; Tłuszcz: 88.34 g; Węglowodany ogółem: 359.18 g; Sód: 2170.70 mg; Potas: 5615.78 mg; Magnez: 453.38 mg; Wapń: 1183.37 mg; Żelazo: 13.49 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1627.48 ug; Błonnik pokarmowy: 33.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.09 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.03 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.79 g; suma cukrów prostych: 83.15 g;		
piątek 2024-08-30		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z makaronem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg 70g (MLEKO), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Pierogi ruskie 12szt. z cebuka i masłem (MLEKO), Surówka z kapusty białej 120g (GORCZYCA), Kompot 200ml, Podwieczorek: Nektaryna,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Szynkowa drobiowa z fileta 40g, Sałatka z rukoli i pomidora 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2739.59 kcal; Białko ogółem: 100.34 g; białko zwierzęce: 62.63 g; Tłuszcz: 113.21 g; Węglowodany ogółem: 350.63 g; Sód: 1195.71 mg; Potas: 4228.20 mg; Magnez: 299.92 mg; Wapń: 1336.31 mg; Żelazo: 9.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1517.58 ug; Błonnik pokarmowy: 22.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 55.43 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.92 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.84 g; suma cukrów prostych: 85.74 g;		
sobota 2024-08-31		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), polędwica sopocka 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Pomidor 40g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Łazanki 300g (GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot 200ml, Podwieczorek: Drożdżówka 1szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z kielbasy i jajka 100g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kielki 13g, Ogórek zielony 60g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2575.89 kcal; Białko ogółem: 97.55 g; białko zwierzęce: 53.32 g; Tłuszcz: 83.67 g; Węglowodany ogółem: 374.83 g; Sód: 1533.68 mg; Potas: 3793.75 mg; Magnez: 354.84 mg; Wapń: 567.74 mg; Żelazo: 13.91 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1110.47 ug; Błonnik pokarmowy: 30.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.71 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.07 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.04 g; suma cukrów prostych: 70.70 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-08-31		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), polędwica sopocka 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidor 40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa jarzynowa 400ml -bez brokuła (MLEKO, GLUTEN, SELER), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Drożdżówka 1szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Dżem porcja 1szt. 25g , Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Kielki 13g , Pomidor 60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2733.77 kcal; Białko ogółem: 126.14 g; białko zwierzęce: 93.21 g; Tłuszcz: 104.80 g; Węglowodany ogółem: 342.88 g; Sód: 1608.51 mg; Potas: 4168.91 mg; Magnez: 310.15 mg; Wapń: 657.26 mg; Żelazo: 12.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2870.16 ug; Błonnik pokarmowy: 23.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.33 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.44 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 41.82 g; suma cukrów prostych: 86.53 g;		
sobota 2024-08-31		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), polędwica sopocka 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidor 40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Surówka z kapusty kiszanej 120g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko 50g ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z kielbasy i jajka 100g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kielki 13g , Ogórek zielony 60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2530.03 kcal; Białko ogółem: 126.84 g; białko zwierzęce: 96.71 g; Tłuszcz: 101.88 g; Węglowodany ogółem: 291.54 g; Sód: 1703.47 mg; Potas: 4183.29 mg; Magnez: 350.14 mg; Wapń: 531.14 mg; Żelazo: 13.59 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1491.55 ug; Błonnik pokarmowy: 27.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.56 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.39 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 40.16 g; suma cukrów prostych: 66.17 g;		
sobota 2024-08-31		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), polędwica sopocka 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidor 40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Drożdżówka 1szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z kielbasy i jajka 100g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kielki 13g , Ogórek zielony 60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2919.19 kcal; Białko ogółem: 130.42 g; białko zwierzęce: 98.62 g; Tłuszcz: 113.84 g; Węglowodany ogółem: 355.77 g; Sód: 1713.37 mg; Potas: 4136.59 mg; Magnez: 298.58 mg; Wapń: 521.67 mg; Żelazo: 13.36 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2954.25 ug; Błonnik pokarmowy: 25.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.52 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.80 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 45.65 g; suma cukrów prostych: 99.45 g;		

Dietetyk

.....