

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-09-11Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (MLEKO, SELER), bitki w sosie(100g+80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Galaretka 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), polędwica sopocka 40 g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek zielony70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3359.84 kcal; Białko ogółem: 122.42 g; białko zwierzęce: 76.55 g; Tłuszcz: 93.86 g; Węglowodany ogółem: 493.88 g; Sód: 2355.03 mg; Potas: 4861.03 mg; Magnez: 434.18 mg; Wapń: 1280.38 mg; Żelazo: 13.25 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1361.87 ug; Błonnik pokarmowy: 32.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.49 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.35 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.91 g; suma cukrów prostych: 117.88 g;		
środa 2024-09-11Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Dżem 50g , Twaróg70g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (MLEKO, SELER), gulasz drobiowy(120g+80g) (GLUTEN), szpinak na gęsto100g(7) , ziemniaki gotowane200g. , Sos po grecku 100g (GLUTEN, SELER), Kompot 200ml , Podwieczorek: Galaretka 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), polędwica sopocka 40 g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Szynka konserwowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2740.08 kcal; Białko ogółem: 104.25 g; białko zwierzęce: 71.12 g; Tłuszcz: 84.97 g; Węglowodany ogółem: 404.82 g; Sód: 3082.63 mg; Potas: 4310.33 mg; Magnez: 343.25 mg; Wapń: 819.23 mg; Żelazo: 12.10 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2000.60 ug; Błonnik pokarmowy: 19.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.90 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.48 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.67 g; suma cukrów prostych: 131.52 g;		
środa 2024-09-11Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (MLEKO, SELER), bitki w sosie(100g+80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok buraczano -marchwiowy200ml (SELER),	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), polędwica sopocka 40 g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek zielony70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2663.32 kcal; Białko ogółem: 111.84 g; białko zwierzęce: 76.41 g; Tłuszcz: 93.96 g; Węglowodany ogółem: 322.30 g; Sód: 2240.43 mg; Potas: 4668.18 mg; Magnez: 396.22 mg; Wapń: 1235.56 mg; Żelazo: 11.27 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1389.87 ug; Błonnik pokarmowy: 28.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 89.20 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 26.85 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 74.15 g; suma cukrów prostych: 73.77 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-09-11		
Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIĄCE CUKRZYCOWE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Nektaryna ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (MLEKO, SELER), bitki w sosie(100g+80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), szpinak na gęsto100g(7) , surówka z kapusty białej100g (GORCZYCA), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok buraczano -marchwiowy200ml (SELER),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , polędwica sopocka 40 g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2608.58 kcal; Białko ogółem: 110.97 g; białko zwierzęce: 76.39 g; Tłuszcz: 93.39 g; Węglowodany ogółem: 305.85 g; Sód: 2534.63 mg; Potas: 4799.36 mg; Magnez: 371.49 mg; Wapń: 1285.86 mg; Żelazo: 12.74 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2149.88 ug; Błonnik pokarmowy: 23.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 89.92 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 24.59 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 74.98 g; suma cukrów prostych: 81.13 g;		
środa 2024-09-11		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Nektaryna ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (MLEKO, SELER), bitki w sosie(100g+80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), szpinak na gęsto100g(7) , surówka z kapusty białej100g (GORCZYCA), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Galaretka 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , polędwica sopocka 40 g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2953.58 kcal; Białko ogółem: 111.27 g; białko zwierzęce: 76.39 g; Tłuszcz: 93.49 g; Węglowodany ogółem: 396.35 g; Sód: 2537.63 mg; Potas: 4808.36 mg; Magnez: 376.49 mg; Wapń: 1308.86 mg; Żelazo: 13.04 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2149.88 ug; Błonnik pokarmowy: 23.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.38 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.73 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.98 g; suma cukrów prostych: 123.83 g;		
czwartek 2024-09-12		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka Wiejska40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), kielki7g , Pomidor60g , Jajko 1 szt (JAJ), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grochówka 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, ROŚ, GORCZYCA), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), sałata zielona80g (GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasztet z blachy80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK , SOJA, GORCZYCA), Papryka czerwona60g , Mix sałat 10g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3360.43 kcal; Białko ogółem: 157.26 g; białko zwierzęce: 101.14 g; Tłuszcz: 110.95 g; Węglowodany ogółem: 433.83 g; Sód: 2055.61 mg; Potas: 5816.73 mg; Magnez: 523.22 mg; Wapń: 889.20 mg; Żelazo: 19.34 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2007.02 ug; Błonnik pokarmowy: 38.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.21 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.38 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 54.33 g; suma cukrów prostych: 89.58 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-09-12		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka Wiejska40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), kielki7g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	rosół z lanym ciastem400ml(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), buraki120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Serek naturalny 1szt. , Mix sałat 10g , Pomidor60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2822.94 kcal; Białko ogółem: 139.18 g; białko zwierzęce: 102.10 g; Tłuszcz: 114.77 g; Węglowodany ogółem: 345.30 g; Sód: 1717.99 mg; Potas: 4712.87 mg; Magnez: 330.89 mg; Wapń: 872.98 mg; Żelazo: 14.26 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1260.67 ug; Błonnik pokarmowy: 20.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 58.35 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.44 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 47.34 g; suma cukrów prostych: 103.96 g;		
czwartek 2024-09-12		
Dieta: 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), kielki7g , Pomidor60g , Szynka Wiejska40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Jajko 1 szt (JAJ),	Zupa grochówka 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, ROŚ, GORCZYCA), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), buraki120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek do chleba 1szt. (MLEKO),	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), pasztet z blachy80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , Papryka czerwona60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3270.96 kcal; Białko ogółem: 137.97 g; białko zwierzęce: 86.03 g; Tłuszcz: 135.64 g; Węglowodany ogółem: 378.17 g; Sód: 2053.29 mg; Potas: 6261.19 mg; Magnez: 527.24 mg; Wapń: 876.36 mg; Żelazo: 21.25 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2272.52 ug; Błonnik pokarmowy: 39.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 59.86 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.65 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 58.50 g; suma cukrów prostych: 87.18 g;		
czwartek 2024-09-12		
Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka Wiejska40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), kielki7g , Pomidor60g , Jajko 1 szt (JAJ), Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	rosół z lanym ciastem400ml(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), buraki120g , Sałata zielona 80g (GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek do chleba 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), pasztet z blachy80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK, SOJA, GORCZYCA), Szynka luksusowa50g (MLEKO, SELER, SOJA), Mix sałat 10g , Papryka czerwona60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3487.02 kcal; Białko ogółem: 143.43 g; białko zwierzęce: 102.95 g; Tłuszcz: 147.66 g; Węglowodany ogółem: 373.48 g; Sód: 2207.51 mg; Potas: 5191.65 mg; Magnez: 367.03 mg; Wapń: 849.22 mg; Żelazo: 18.69 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2430.57 ug; Błonnik pokarmowy: 24.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 64.28 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.28 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 64.96 g; suma cukrów prostych: 112.22 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-09-12		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka Wiejska40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), kielki7g , Pomidor60g , Jajko 1 szt (JAJ), Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	rosół z lanym ciastem400ml(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), buraki120g , Sałata zielona 80g (GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), pasztet z blachy80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK , SOJA, GORCZYCA), Szynka luksusowa50g (MLEKO, SELER, SOJA), Mix sałat 10g , Papryka czerwona60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3346.52 kcal; Białko ogółem: 158.43 g; białko zwierzęce: 117.95 g; Tłuszcz: 116.86 g; Węglowodany ogółem: 391.03 g; Sód: 2171.51 mg; Potas: 5278.65 mg; Magnez: 371.03 mg; Wapń: 921.72 mg; Żelazo: 18.79 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2121.07 ug; Błonnik pokarmowy: 24.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.02 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.85 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 57.60 g; suma cukrów prostych: 129.47 g;		
piątek 2024-09-13		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajecznica(2szt.) (JAJ), Rukola13g , Jabłko 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), Ryba smażona 120.g (GLUTEN, JAJ, RYB), Surówka z kapusty pekińskiej 120g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Wafelek 42g(1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3773.25 kcal; Białko ogółem: 136.50 g; białko zwierzęce: 87.73 g; Tłuszcz: 155.56 g; Węglowodany ogółem: 483.60 g; Sód: 1623.55 mg; Potas: 4501.75 mg; Magnez: 444.45 mg; Wapń: 1370.95 mg; Żelazo: 16.93 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2081.37 ug; Błonnik pokarmowy: 34.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.96 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 28.61 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 63.37 g; suma cukrów prostych: 115.51 g;		
piątek 2024-09-13		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g(7) (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), miód1szt. , Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), rukola 6g , Jabłko pieczone 150 , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), ryba gotowana100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), Sos po grecku 100g(9,7,1) (GLUTEN, SELER), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g(9) (SELER), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Wafelek 42g(1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem70g(7) (MLEKO), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3030.02 kcal; Białko ogółem: 98.95 g; białko zwierzęce: 64.22 g; Tłuszcz: 113.95 g; Węglowodany ogółem: 425.87 g; Sód: 1254.69 mg; Potas: 4433.52 mg; Magnez: 311.56 mg; Wapń: 982.84 mg; Żelazo: 9.50 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2553.98 ug; Błonnik pokarmowy: 26.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.48 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.63 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 45.21 g; suma cukrów prostych: 141.81 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-09-13		Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE
Zupa mleczna z ryżem 400g(7) (MLEKO), Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Jajecznica(2szt.) (JAJ), Rukola13g , Jabłko 60g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), ryba gotowana100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), Sos po grecku 100g(9,7,1) (GLUTEN, SELER), Surówka z kapusty pekińskiej 120g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Owsianka 100g szt. ,	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem70g(7) (MLEKO), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2767.56 kcal; Białko ogółem: 116.42 g; białko zwierzęce: 80.92 g; Tłuszcz: 112.37 g; Węglowodany ogółem: 345.81 g; Sód: 1591.62 mg; Potas: 4626.38 mg; Magnez: 396.27 mg; Wapń: 894.56 mg; Żelazo: 14.66 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2312.62 ug; Błonnik pokarmowy: 30.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.89 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 24.54 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.50 g; suma cukrów prostych: 84.65 g;		
piątek 2024-09-13		Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIĄCE CUKRZYCOWE
Zupa mleczna z ryżem 400g(7) (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Jajecznica(2szt.) (JAJ), Rukola13g , Jabłko 60g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Nektaryna ,	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), Paluszki rybne (GLUTEN, JAJ, RYB), surówka z kapusty pekińskiej100g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g(9) (SELER), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Owsianka 100g szt. ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem70g(7) (MLEKO), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej70g , Ser żółty40g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2858.02 kcal; Białko ogółem: 126.67 g; białko zwierzęce: 92.87 g; Tłuszcz: 121.26 g; Węglowodany ogółem: 338.16 g; Sód: 1957.88 mg; Potas: 4816.96 mg; Magnez: 355.31 mg; Wapń: 1232.68 mg; Żelazo: 14.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3426.98 ug; Błonnik pokarmowy: 29.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.65 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 21.01 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 49.00 g; suma cukrów prostych: 89.26 g;		
piątek 2024-09-13		Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA
Zupa mleczna z ryżem 400g(7) (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Jajecznica(2szt.) (JAJ), Rukola13g , Jabłko 60g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Nektaryna ,	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), Paluszki rybne (GLUTEN, JAJ, RYB), surówka z kapusty pekińskiej100g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g(9) (SELER), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Wafelek 42g(1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem70g(7) (MLEKO), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej70g , Ser żółty40g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3363.02 kcal; Białko ogółem: 134.17 g; białko zwierzęce: 96.87 g; Tłuszcz: 148.56 g; Węglowodany ogółem: 395.56 g; Sód: 1875.88 mg; Potas: 4719.96 mg; Magnez: 365.31 mg; Wapń: 1310.68 mg; Żelazo: 14.90 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3388.98 ug; Błonnik pokarmowy: 29.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.63 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 23.90 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 62.23 g; suma cukrów prostych: 123.36 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-09-14 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Pol.drobiowa miodowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek kiszony 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynka gotowana40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Mix sałat 13g , Pomidorki "koktailowe" (ok.40g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2623.57 kcal; Białko ogółem: 83.82 g; białko zwierzęce: 40.06 g; Tłuszcz: 82.68 g; Węglowodany ogółem: 417.24 g; Sód: 1446.69 mg; Potas: 4693.16 mg; Magnez: 388.83 mg; Wapń: 507.85 mg; Żelazo: 12.09 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2692.71 ug; Błonnik pokarmowy: 35.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.11 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.80 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.40 g; suma cukrów prostych: 76.99 g;		
sobota 2024-09-14 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Pol.drobiowa miodowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 180g(1,7,9) (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g(1) (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka gotowana40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Mix sałat 13g , Pomidorki "koktailowe" (ok.40g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2049.60 kcal; Białko ogółem: 70.95 g; białko zwierzęce: 42.90 g; Tłuszcz: 70.25 g; Węglowodany ogółem: 302.36 g; Sód: 1086.83 mg; Potas: 4267.20 mg; Magnez: 265.97 mg; Wapń: 458.82 mg; Żelazo: 8.39 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2770.74 ug; Błonnik pokarmowy: 22.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.84 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.79 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.68 g; suma cukrów prostych: 71.98 g;		
sobota 2024-09-14 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Pol.drobiowa miodowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek kiszony 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 180g(1,7,9) (GLUTEN, SELER), Sałatka wielowarzywna 120g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka gotowana40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidorki "koktailowe" (ok.40g) , Mix sałat 13g , Serek topiony 17,5g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2143.19 kcal; Białko ogółem: 71.45 g; białko zwierzęce: 39.91 g; Tłuszcz: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 318.45 g; Sód: 1246.17 mg; Potas: 4225.01 mg; Magnez: 339.30 mg; Wapń: 449.48 mg; Żelazo: 9.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 833.51 ug; Błonnik pokarmowy: 27.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.20 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.81 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.36 g; suma cukrów prostych: 72.43 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-09-14		
Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIĄCE CUKRZYCOWE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Pol.drobiowa miodowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Paszter drobiowy "Dropi - nie zawiera glutenu" (GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Sałatka wielowarzywna 120g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka gotowana40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Mix sałat 13g , Serek topiony 17,5g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2226.42 kcal; Białko ogółem: 79.87 g; białko zwierzęce: 52.40 g; Tłuszcz: 87.99 g; Węglowodany ogółem: 294.45 g; Sód: 1139.07 mg; Potas: 4290.90 mg; Magnez: 279.39 mg; Wapń: 634.26 mg; Żelazo: 9.40 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1598.55 ug; Błonnik pokarmowy: 18.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.80 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.42 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.40 g; suma cukrów prostych: 74.64 g;		
sobota 2024-09-14		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Pol.drobiowa miodowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Paszter drobiowy "Dropi - nie zawiera glutenu" (GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g(1) (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka gotowana40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Mix sałat 13g , Serek topiony 17,5g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2337.60 kcal; Białko ogółem: 81.95 g; białko zwierzęce: 52.40 g; Tłuszcz: 93.35 g; Węglowodany ogółem: 312.16 g; Sód: 1224.83 mg; Potas: 4575.20 mg; Magnez: 295.97 mg; Wapń: 670.82 mg; Żelazo: 9.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3457.74 ug; Błonnik pokarmowy: 22.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.31 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.35 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 36.03 g; suma cukrów prostych: 77.78 g;		
niedziela 2024-09-15		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Nowojorskie 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Musztarda 20g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka pieczone 150g,sos pieczeniowy (2szt.) (GLUTEN), Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , ciastka kruche30g (MLEKO, GLUTEN), Podwieczorek: Przecier warzywno - owocowy ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynkowa dębowa 40g , Sałatka z ;sałaty lodowej i rzodkiewki70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2490.50 kcal; Białko ogółem: 76.16 g; białko zwierzęce: 30.30 g; Tłuszcz: 79.73 g; Węglowodany ogółem: 394.72 g; Sód: 5072.93 mg; Potas: 3812.81 mg; Magnez: 390.36 mg; Wapń: 548.03 mg; Żelazo: 12.38 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 720.08 ug; Błonnik pokarmowy: 32.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.50 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.69 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.26 g; suma cukrów prostych: 75.73 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-09-15Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Parówki drobiowe Nowojorskie 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g,sos(2szt.) (GLUTEN, SELER), Sałatka z jarzyn gotowanych 120g(9) (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , ciastka kruche30g (MLEKO, GLUTEN), Podwieczorek: Przecier warzywno - owocowy ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynkowa dębowa 40g , Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2002.64 kcal; Białko ogółem: 59.51 g; białko zwierzęce: 30.14 g; Tłuszcz: 80.63 g; Węglowodany ogółem: 279.10 g; Sód: 4799.31 mg; Potas: 3359.30 mg; Magnez: 256.67 mg; Wapń: 446.04 mg; Żelazo: 8.62 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2230.20 ug; Błonnik pokarmowy: 22.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.44 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.18 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.43 g; suma cukrów prostych: 73.09 g;		
niedziela 2024-09-15Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Parówki drobiowe Nowojorskie 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g,sos(2szt.) (GLUTEN, SELER), Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 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), szynkowa dębowa 40g , Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2134.09 kcal; Białko ogółem: 65.09 g; białko zwierzęce: 30.08 g; Tłuszcz: 87.71 g; Węglowodany ogółem: 298.95 g; Sód: 4963.44 mg; Potas: 3883.32 mg; Magnez: 349.55 mg; Wapń: 524.33 mg; Żelazo: 10.91 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1011.68 ug; Błonnik pokarmowy: 29.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.04 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.26 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.79 g; suma cukrów prostych: 62.48 g;		
niedziela 2024-09-15Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Parówki drobiowe Nowojorskie 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: banan 1szt ,	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g,sos(2szt.) (GLUTEN, SELER), Sałatka z jarzyn gotowanych 120g(9) (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynkowa dębowa 40g , Jajko 1 szt (JAJ), Sałatka z ;sałaty lodowej i rzodkiewki70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2594.83 kcal; Białko ogółem: 85.79 g; białko zwierzęce: 46.86 g; Tłuszcz: 77.35 g; Węglowodany ogółem: 422.71 g; Sód: 5178.59 mg; Potas: 6600.76 mg; Magnez: 507.63 mg; Wapń: 809.00 mg; Żelazo: 14.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2675.28 ug; Błonnik pokarmowy: 38.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.38 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.96 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.11 g; suma cukrów prostych: 134.80 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-09-15		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Parówki Nowojorskie100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: banan 1szt ,	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g,sos(2szt.) (GLUTEN, SELER), Sałatka z jarzyn gotowanych 120g(9) (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Kompot 200ml , ciastka kruche30g (MLEKO, GLUTEN), Podwieczorek: Przecier warzywno - owocowy ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynkowa dębowa 40g , Jajko 1 szt (JAJ), Sałatka z ;sałaty lodowej i rzodkiewki70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2722.78 kcal; Białko ogółem: 87.95 g; białko zwierzęce: 49.04 g; Tłuszcz: 83.86 g; Węglowodany ogółem: 435.48 g; Sód: 5075.53 mg; Potas: 6444.54 mg; Magnez: 499.37 mg; Wapń: 803.26 mg; Żelazo: 14.40 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2528.60 ug; Błonnik pokarmowy: 37.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.82 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.43 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.08 g; suma cukrów prostych: 144.92 g;		
poniedziałek 2024-09-16		
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 konserwowa 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), papryka czerwona70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Ziemniaki gotowane 200g , Sałatka z białej kapusty 120g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Pasta z jajka i twarogu80g (GORCZYCA), Sałatka z rukoli i pomidora70g , Polędwica premium40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3319.91 kcal; Białko ogółem: 123.33 g; białko zwierzęce: 72.34 g; Tłuszcz: 115.97 g; Węglowodany ogółem: 432.94 g; Sód: 2271.57 mg; Potas: 5850.12 mg; Magnez: 473.81 mg; Wapń: 933.25 mg; Żelazo: 14.74 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1145.97 ug; Błonnik pokarmowy: 36.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.39 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 22.20 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 58.07 g; suma cukrów prostych: 79.11 g;		
poniedziałek 2024-09-16		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem -muszelki 400ml (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka konserwowa 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	rosół z lanym ciastem400ml(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Ziemniaki gotowane 200g , szpinak na gęsto120g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Polędwica premium40g , Sałatka z rukoli i pomidora70g , Pasta z jajka i twarogu80g (GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2841.76 kcal; Białko ogółem: 118.07 g; białko zwierzęce: 79.89 g; Tłuszcz: 108.31 g; Węglowodany ogółem: 319.21 g; Sód: 2425.71 mg; Potas: 4395.76 mg; Magnez: 353.43 mg; Wapń: 855.04 mg; Żelazo: 14.16 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1881.72 ug; Błonnik pokarmowy: 18.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.98 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.12 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 54.81 g; suma cukrów prostych: 74.73 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-09-16		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem -muszelki 400ml (MLEKO), Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka konserwowa 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), papryka czerwona70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Sałatka z białej kapusty 120g , ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Pasta z jajka i twarogu80g (GORCZYCA), Sałatka z rukoli i pomidora70g , Polędwica premium40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2933.03 kcal; Białko ogółem: 113.64 g; białko zwierzęce: 72.89 g; Tłuszcz: 112.68 g; Węglowodany ogółem: 349.86 g; Sód: 2169.65 mg; Potas: 5687.27 mg; Magnez: 442.85 mg; Wapń: 947.43 mg; Żelazo: 12.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1114.97 ug; Błonnik pokarmowy: 31.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.73 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 20.43 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 57.17 g; suma cukrów prostych: 75.90 g;		
poniedziałek 2024-09-16		
Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
zupa mleczna z makaronem -muszelki 400ml (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), rogal (GLUTEN, JAJ), Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), pomidor 70g , Szynka konserwowa 30g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Kiwi 1szt. ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Ziemniaki gotowane 200g , pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), szpinak na gęsto120g , sałatka z białej kapusty100g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Pasta z jajka i twarogu80g (GORCZYCA), Sałatka z rukoli i pomidora70g , Polędwica premium40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3089.35 kcal; Białko ogółem: 122.93 g; białko zwierzęce: 75.00 g; Tłuszcz: 120.60 g; Węglowodany ogółem: 403.71 g; Sód: 3243.26 mg; Potas: 6299.61 mg; Magnez: 476.23 mg; Wapń: 1256.37 mg; Żelazo: 15.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1906.57 ug; Błonnik pokarmowy: 30.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.31 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 20.91 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 60.69 g; suma cukrów prostych: 89.94 g;		
poniedziałek 2024-09-16		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĆCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
zupa mleczna z makaronem -muszelki 400ml (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), rogal (GLUTEN, JAJ), Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), pomidor 70g , Szynka beskidzka 30g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Kiwi 1szt. ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Ziemniaki gotowane 200g , pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), szpinak na gęsto120g , sałatka z białej kapusty100g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Pasta z jajka i twarogu80g (GORCZYCA), Sałatka z rukoli i pomidora70g , Polędwica premium40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3082.20 kcal; Białko ogółem: 121.59 g; białko zwierzęce: 73.55 g; Tłuszcz: 119.64 g; Węglowodany ogółem: 405.71 g; Sód: 3185.96 mg; Potas: 6263.41 mg; Magnez: 472.73 mg; Wapń: 1219.97 mg; Żelazo: 15.88 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1908.52 ug; Błonnik pokarmowy: 30.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.87 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 20.82 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 60.31 g; suma cukrów prostych: 91.74 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-09-17Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Połędwica premium40g , Jajko 1 szt (JAJ), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Ogórek kiszony40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pulpet gotowany100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), buraki 150g , Ryż brązowy na sypko200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko pieczone 150 ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z pietruszką70g (MLEKO), Schabowa kanapkowa40g , pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3319.49 kcal; Białko ogółem: 134.40 g; białko zwierzęce: 83.29 g; Tłuszcz: 104.84 g; Węglowodany ogółem: 498.02 g; Sód: 4817.46 mg; Potas: 5200.47 mg; Magnez: 551.16 mg; Wapń: 966.25 mg; Żelazo: 21.04 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1682.89 ug; Błonnik pokarmowy: 43.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.92 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.90 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.53 g; suma cukrów prostych: 121.71 g;		
wtorek 2024-09-17Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Połędwica premium40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Ogórek kiszony40g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g(1,7,9) (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pulpet gotowany100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), buraki 150g , Ryż brązowy na sypko200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko pieczone 150 ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z pietruszką70g (MLEKO), Schabowa kanapkowa40g , pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2670.18 kcal; Białko ogółem: 107.92 g; białko zwierzęce: 71.37 g; Tłuszcz: 89.54 g; Węglowodany ogółem: 384.87 g; Sód: 4493.15 mg; Potas: 4587.36 mg; Magnez: 419.08 mg; Wapń: 864.80 mg; Żelazo: 15.21 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1424.94 ug; Błonnik pokarmowy: 30.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.46 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.46 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.74 g; suma cukrów prostych: 119.44 g;		
wtorek 2024-09-17Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Połędwica premium40g , Jajko 1 szt (JAJ), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Ogórek kiszony40g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g(1,7,9) (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pulpet gotowany100g (GLUTEN, JAJ, SELER), buraki 150g , Ryż brązowy na sypko200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko pieczone 150 ,	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z pietruszką70g (MLEKO), Schabowa kanapkowa40g , pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2858.94 kcal; Białko ogółem: 122.72 g; białko zwierzęce: 83.64 g; Tłuszcz: 98.86 g; Węglowodany ogółem: 404.22 g; Sód: 3953.61 mg; Potas: 4841.30 mg; Magnez: 500.65 mg; Wapń: 922.80 mg; Żelazo: 18.97 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1544.79 ug; Błonnik pokarmowy: 38.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.78 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.84 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.93 g; suma cukrów prostych: 117.71 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-09-17Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIĄCE CUKRZYCOWE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Połędwica premium40g , Jajko 1 szt (JAJ), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Ogórek kiszony40g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: serek wiejski 1szt. ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pulpet gotowany100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Ryż brązowy na sypko200g , Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), buraki 150g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko pieczone 150 ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z pietruszką70g (MLEKO), Schabowa kanapkowa40g , pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2863.18 kcal; Białko ogółem: 120.82 g; białko zwierzęce: 83.87 g; Tłuszcz: 99.44 g; Węglowodany ogółem: 399.07 g; Sód: 4635.15 mg; Potas: 4940.36 mg; Magnez: 446.08 mg; Wapń: 928.80 mg; Żelazo: 17.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1703.94 ug; Błonnik pokarmowy: 31.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.48 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.34 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.10 g; suma cukrów prostych: 127.24 g;		
wtorek 2024-09-17Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
zupa mleczna z kaszą manną 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Połędwica premium40g , Jajko 1 szt (JAJ), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Ogórek kiszony40g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Deser budyniowy1szt. ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pulpet gotowany100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Ryż brązowy na sypko200g , Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), buraki 150g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko pieczone 150 ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z pietruszką70g (MLEKO), Kielbasa szynkowa40g , pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2897.18 kcal; Białko ogółem: 120.42 g; białko zwierzęce: 83.87 g; Tłuszcz: 109.24 g; Węglowodany ogółem: 385.47 g; Sód: 4634.15 mg; Potas: 4720.36 mg; Magnez: 431.08 mg; Wapń: 911.80 mg; Żelazo: 17.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1696.94 ug; Błonnik pokarmowy: 30.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.46 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.27 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 72.08 g; suma cukrów prostych: 119.44 g;		
środa 2024-09-18Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały120.g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty40g (MLEKO), Rzodkiewka.40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), marchewka oprószana150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kiwi 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3016.76 kcal; Białko ogółem: 140.71 g; białko zwierzęce: 96.20 g; Tłuszcz: 94.73 g; Węglowodany ogółem: 420.74 g; Sód: 2376.60 mg; Potas: 5470.48 mg; Magnez: 503.59 mg; Wapń: 1063.04 mg; Żelazo: 14.46 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3075.34 ug; Błonnik pokarmowy: 37.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.10 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.41 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.44 g; suma cukrów prostych: 73.19 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-09-18		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g , Twaróg70g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka.40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), marchewka oprószana150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kiwi 1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pomidor 70g , Kiełbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2468.26 kcal; Białko ogółem: 127.47 g; białko zwierzęce: 99.03 g; Tłuszcz: 80.46 g; Węglowodany ogółem: 316.48 g; Sód: 2020.69 mg; Potas: 5017.53 mg; Magnez: 373.77 mg; Wapń: 749.85 mg; Żelazo: 10.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3000.54 ug; Błonnik pokarmowy: 24.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.69 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.33 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.19 g; suma cukrów prostych: 90.44 g;		
środa 2024-09-18		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka.40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), Fasolka szparagowa z bułką tartą na maśle 120g (GLUTEN, ROŚ), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kiwi 1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kiełbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2472.80 kcal; Białko ogółem: 130.35 g; białko zwierzęce: 99.77 g; Tłuszcz: 89.74 g; Węglowodany ogółem: 298.87 g; Sód: 2129.26 mg; Potas: 5055.51 mg; Magnez: 432.32 mg; Wapń: 1166.24 mg; Żelazo: 12.10 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1043.69 ug; Błonnik pokarmowy: 28.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.62 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.87 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.40 g; suma cukrów prostych: 67.81 g;		
środa 2024-09-18		
Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka.40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), Kotlet drobiowy 120g (GLUTEN, JAJ), Fasolka szparagowa z bułką tartą na maśle 120g (GLUTEN, ROŚ), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: kiwi 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kiełbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2765.93 kcal; Białko ogółem: 128.78 g; białko zwierzęce: 94.67 g; Tłuszcz: 106.37 g; Węglowodany ogółem: 334.88 g; Sód: 2020.61 mg; Potas: 5025.40 mg; Magnez: 407.23 mg; Wapń: 1335.52 mg; Żelazo: 12.37 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1060.83 ug; Błonnik pokarmowy: 26.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.80 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.91 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 41.87 g; suma cukrów prostych: 73.87 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-09-18		Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Twaróg70g (MLEKO), Dżem 50g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka.40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), Kotlet drobiowy 120g (GLUTEN, JAJ), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: kiwi 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2781.49 kcal; Białko ogółem: 126.04 g; białko zwierzęce: 93.19 g; Tłuszcz: 97.74 g; Węglowodany ogółem: 360.15 g; Sód: 1870.64 mg; Potas: 5073.67 mg; Magnez: 389.98 mg; Wapń: 892.78 mg; Żelazo: 11.83 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2709.48 ug; Błonnik pokarmowy: 26.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.36 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.08 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.15 g; suma cukrów prostych: 97.97 g;		
czwartek 2024-09-19		Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 70g (MLEKO), Szynka wędzona 40g (MLEKO, SELER, SOJA), Mix sałat 13g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Jabłko 60g ,	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Nektaryna ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Filet zapiekany-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek zielony70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2617.37 kcal; Białko ogółem: 110.15 g; białko zwierzęce: 68.99 g; Tłuszcz: 77.90 g; Węglowodany ogółem: 398.38 g; Sód: 1641.91 mg; Potas: 4262.54 mg; Magnez: 392.61 mg; Wapń: 876.80 mg; Żelazo: 12.21 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 685.06 ug; Błonnik pokarmowy: 33.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.83 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.43 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.73 g; suma cukrów prostych: 88.98 g;		
czwartek 2024-09-19		Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Twaróg70g (MLEKO), Szynka wędzona 40g (MLEKO, SELER, SOJA), Mix sałat 13g , Jabłko pieczone 150 , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Buraki 150g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Nektaryna ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2236.08 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; białko zwierzęce: 65.02 g; Tłuszcz: 64.85 g; Węglowodany ogółem: 337.50 g; Sód: 1365.62 mg; Potas: 3549.99 mg; Magnez: 269.43 mg; Wapń: 700.23 mg; Żelazo: 9.01 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 932.70 ug; Błonnik pokarmowy: 21.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.72 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.61 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 18.98 g; suma cukrów prostych: 103.91 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-09-19		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 70g (MLEKO), Szynka wędzona 40g (MLEKO, SELER, SOJA), Mix sałat 13g , Jabłko 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Nektaryna ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), ogórek zielony70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2464.33 kcal; Białko ogółem: 105.93 g; białko zwierzęce: 68.94 g; Tłuszcz: 78.36 g; Węglowodany ogółem: 363.39 g; Sód: 1635.06 mg; Potas: 4233.60 mg; Magnez: 394.37 mg; Wapń: 872.76 mg; Żelazo: 11.77 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 685.06 ug; Błonnik pokarmowy: 33.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.79 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.78 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.81 g; suma cukrów prostych: 88.57 g;		
czwartek 2024-09-19		
Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 70g (MLEKO), Szynka wędzona 40g (MLEKO, SELER, SOJA), Mix sałat 13g , Jabłko 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Sok warzywny 200ml ,	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Brokuł z wody100g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Nektaryna ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Filet zapiekany-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2263.43 kcal; Białko ogółem: 102.02 g; białko zwierzęce: 68.92 g; Tłuszcz: 69.52 g; Węglowodany ogółem: 328.01 g; Sód: 1658.49 mg; Potas: 4074.49 mg; Magnez: 316.55 mg; Wapń: 804.71 mg; Żelazo: 10.33 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1090.46 ug; Błonnik pokarmowy: 24.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.28 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.71 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 20.67 g; suma cukrów prostych: 87.28 g;		
czwartek 2024-09-19		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĆCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 70g (MLEKO), Szynka wędzona 40g (MLEKO, SELER, SOJA), Mix sałat 13g , Jabłko 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Wafelek 42g(1szt.) ,	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Brokuł z wody100g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Nektaryna ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Filet zapiekany-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2757.43 kcal; Białko ogółem: 109.32 g; białko zwierzęce: 72.92 g; Tłuszcz: 96.72 g; Węglowodany ogółem: 383.01 g; Sód: 1619.49 mg; Potas: 4047.49 mg; Magnez: 323.55 mg; Wapń: 874.71 mg; Żelazo: 10.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 984.46 ug; Błonnik pokarmowy: 24.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.26 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.59 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.90 g; suma cukrów prostych: 119.18 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-09-20Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z makaronem 400g (MLEKO), chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajecznic(2szt.) (JAJ), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Rukola13g , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grochówka 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, ROŚ, GORCZYCA), ryba smżona 100g (GLUTEN, JAJ, RYB), Ziemniaki gotowane 200g , Sałata zielona 80g (GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka bartnika 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty40g (MLEKO), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3593.84 kcal; Białko ogółem: 146.34 g; białko zwierzęce: 84.14 g; Tłuszcz: 104.64 g; Węglowodany ogółem: 570.49 g; Sód: 2439.91 mg; Potas: 7742.66 mg; Magnez: 697.97 mg; Wapń: 1141.02 mg; Żelazo: 21.00 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1535.54 ug; Błonnik pokarmowy: 47.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.26 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.99 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.86 g; suma cukrów prostych: 132.14 g;		
piątek 2024-09-20Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z makaronem 400g(1,3,7) (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg70g (MLEKO), Rukola13g , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	rosół z lanym ciastem400ml(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), ryba gotowana100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), Sos jarzynowy 100g(9,1,7) (GLUTEN, SELER), Bukiet jarzyn 150g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka bartnika 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Dżem porcja 1szt. 25g , pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2671.00 kcal; Białko ogółem: 114.36 g; białko zwierzęce: 74.98 g; Tłuszcz: 56.18 g; Węglowodany ogółem: 453.00 g; Sód: 1336.39 mg; Potas: 6458.40 mg; Magnez: 481.48 mg; Wapń: 772.58 mg; Żelazo: 11.67 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2401.24 ug; Błonnik pokarmowy: 32.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.94 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.58 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 16.30 g; suma cukrów prostych: 143.87 g;		
piątek 2024-09-20Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z makaronem 400g(1,3,7) (MLEKO), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Jajecznic(2szt.) (JAJ), Rukola13g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) ,	Zupa grochówka 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, ROŚ, GORCZYCA), Ryba gotowana 90g(4,9,10) (SELER, RYB), Sałata zielona 80g (GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo-słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka bartnika 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty 50g(7) (MLEKO), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2940.04 kcal; Białko ogółem: 138.85 g; białko zwierzęce: 92.94 g; Tłuszcz: 87.07 g; Węglowodany ogółem: 443.58 g; Sód: 1387.70 mg; Potas: 7442.60 mg; Magnez: 599.34 mg; Wapń: 1209.54 mg; Żelazo: 17.26 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1616.89 ug; Błonnik pokarmowy: 36.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.62 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.51 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.13 g; suma cukrów prostych: 130.20 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-09-20		Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIĄCE CUKRZYCOWE
Zupa mleczna z makaronem 400g(1,3,7) (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Jajecznic(2szt.) (JAJ), Rukola13g , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Kisiel z jabłkiem 200g ,	rosół z lanym ciastem400ml(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Pierogi ruskie 8szt.z cebulką i masłem (MLEKO), Sałata zielona 80g (GORCZYCA), bukiet jarzyn100g(9) (SELER), Kompot 200ml , Podwieczorek: Owsianka 100g szt. ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Ser żółty40g (MLEKO), Szynka bartnika 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2789.65 kcal; Białko ogółem: 118.51 g; białko zwierzęce: 80.95 g; Tłuszcz: 111.56 g; Węglowodany ogółem: 347.71 g; Sód: 1572.81 mg; Potas: 3444.48 mg; Magnez: 261.53 mg; Wapń: 1124.30 mg; Żelazo: 13.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2863.04 ug; Błonnik pokarmowy: 22.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 55.97 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.36 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 36.41 g; suma cukrów prostych: 80.87 g;		
piątek 2024-09-20		Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA
Zupa mleczna z makaronem 400g(1,3,7) (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Jajecznic(2szt.) (JAJ), Rukola13g , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Kisiel z jabłkiem 200g ,	rosół z lanym ciastem400ml(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Pierogi ruskie 8szt.z cebulką i masłem (MLEKO), Sałata zielona 80g (GORCZYCA), bukiet jarzyn100g(9) (SELER), Kompot 200ml , Podwieczorek: Owsianka 100g szt. ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Ser żółty40g (MLEKO), Szynka bartnika 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2789.65 kcal; Białko ogółem: 118.51 g; białko zwierzęce: 80.95 g; Tłuszcz: 111.56 g; Węglowodany ogółem: 347.71 g; Sód: 1572.81 mg; Potas: 3444.48 mg; Magnez: 261.53 mg; Wapń: 1124.30 mg; Żelazo: 13.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2863.04 ug; Błonnik pokarmowy: 22.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 55.97 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.36 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 36.41 g; suma cukrów prostych: 80.87 g;		

Dietetyk

.....