

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-10-01		
Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIĄCE CUKRZYCOWE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400ml.(7) (MLEKO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem 50g (MLEKO), Szyunka Wiejska 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona 13g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Papryka czerwona 60g, II Śniadanie: Sok warzywny 200ml,	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), Stek drobiowy 100g (GLUTEN), buraki 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Kefir (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Schabowa kanapkowa 40g, Ser żółty 40g (MLEKO), Sałatka z pomidora i rukoli 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2294.84 kcal; Białko ogółem: 120.38 g; białko zwierzęce: 94.47 g; Tłuszcz: 85.11 g; Węglowodany ogółem: 280.26 g; Sód: 2019.04 mg; Potas: 5000.14 mg; Magnez: 347.52 mg; Wapń: 1324.08 mg; Żelazo: 12.20 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1383.38 ug; Błonnik pokarmowy: 20.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.14 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.92 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.87 g; suma cukrów prostych: 100.98 g;		
wtorek 2024-10-01		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400ml.(7) (MLEKO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem 50g (MLEKO), Szyunka Wiejska 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona 13g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Papryka czerwona 60g, II Śniadanie: Sok warzywny 200ml,	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), Stek drobiowy 100g (GLUTEN), buraki 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Schabowa kanapkowa 40g, Ser żółty 40g (MLEKO), Sałatka z pomidora i rukoli 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2774.84 kcal; Białko ogółem: 122.38 g; białko zwierzęce: 90.87 g; Tłuszcz: 85.26 g; Węglowodany ogółem: 405.26 g; Sód: 1978.04 mg; Potas: 7060.64 mg; Magnez: 520.02 mg; Wapń: 1224.58 mg; Żelazo: 14.25 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1409.38 ug; Błonnik pokarmowy: 30.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.95 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.19 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.57 g; suma cukrów prostych: 156.58 g;		
środa 2024-10-02		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Udziec z indyka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), kielki 7g, Ogórek zielony 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gulasz wieprzowy(100g +100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto 150g, Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyunka krucha 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g, Rzodkiewka 60g, 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;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-10-02 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Udziec z indyka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), kielki 7g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gulasz wieprzowy(100g +100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto 150g, Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka krucha 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g, Rzodkiewka 60g, 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 2024-10-02 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), chleb razowo-słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Udziec z indyka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), kielki 7g, Ogórek zielony 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gulasz wieprzowy(100g +100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto 150g, Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek naturalny 150g,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka krucha 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g, Rzodkiewka 60g, 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;		
środa 2024-10-02 Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Udziec z indyka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Kielki 13g, Ogórek zielony 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mus owocowy 200g,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gulasz wieprzowy(100g +100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto 150g, surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka krucha 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Rzodkiewka 60g, 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;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-10-02		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Udziec z indyka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Kielki13g , 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 , Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyunka 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 2024-10-03		
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) , Szyunka Wiejska40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), 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 , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg80g (MLEKO), Kielki 4g , ogórek kiszony 70g , Kielbasa krakowska wędzona 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3086.05 kcal; Białko ogółem: 115.94 g; białko zwierzęce: 73.53 g; Tłuszcz: 126.51 g; Węglowodany ogółem: 403.07 g; Sód: 2528.98 mg; Potas: 5100.88 mg; Magnez: 454.37 mg; Wapń: 780.24 mg; Żelazo: 14.40 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2901.67 ug; Błonnik pokarmowy: 34.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.24 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 21.14 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 82.10 g; suma cukrów prostych: 79.41 g;		
czwartek 2024-10-03		
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) , Szyunka Wiejska40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krem z białych warzyw z grzankami9i400ml ,30g) (MLEKO, GLUTEN), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , marchewka oprószana150g (GLUTEN), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg80g (MLEKO), Kielbasa krakowska wędzona 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kielki 4g , pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2585.60 kcal; Białko ogółem: 105.50 g; białko zwierzęce: 73.94 g; Tłuszcz: 104.13 g; Węglowodany ogółem: 329.50 g; Sód: 3092.80 mg; Potas: 5131.09 mg; Magnez: 368.92 mg; Wapń: 799.66 mg; Żelazo: 12.46 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3545.09 ug; Błonnik pokarmowy: 24.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.22 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.33 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 66.86 g; suma cukrów prostych: 103.03 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-10-03		
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) , Szyńka Wiejska 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), 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), Kielbasa krakowska wędzona 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kielki 4g , ogórek kiszony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2798.08 kcal; Białko ogółem: 114.50 g; białko zwierzęce: 77.73 g; Tłuszcz: 117.98 g; Węglowodany ogółem: 348.67 g; Sód: 2431.43 mg; Potas: 5124.31 mg; Magnez: 442.41 mg; Wapń: 968.41 mg; Żelazo: 13.87 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 943.77 ug; Błonnik pokarmowy: 30.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.59 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.26 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 47.84 g; suma cukrów prostych: 81.00 g;		
czwartek 2024-10-03		
Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
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) , Szyńka Wiejska 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), 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 , Fasolka szparagowa 150g (GLUTEN, ROŚ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg 80g (MLEKO), Kielbasa krakowska wędzona 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kielki 4g , ogórek kiszony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3297.82 kcal; Białko ogółem: 118.82 g; białko zwierzęce: 77.76 g; Tłuszcz: 117.38 g; Węglowodany ogółem: 472.40 g; Sód: 2411.72 mg; Potas: 7164.85 mg; Magnez: 570.09 mg; Wapń: 982.48 mg; Żelazo: 14.94 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1001.77 ug; Błonnik pokarmowy: 34.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.36 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.21 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 48.17 g; suma cukrów prostych: 143.77 g;		
czwartek 2024-10-03		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĆCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
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) , Szyńka Wiejska 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), 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), Kielbasa krakowska wędzona 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kielki 4g , ogórek kiszony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3327.07 kcal; Białko ogółem: 112.52 g; białko zwierzęce: 73.45 g; Tłuszcz: 125.29 g; Węglowodany ogółem: 467.56 g; Sód: 2383.53 mg; Potas: 6953.87 mg; Magnez: 541.09 mg; Wapń: 772.69 mg; Żelazo: 13.94 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2987.67 ug; Błonnik pokarmowy: 33.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.15 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.16 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 82.52 g; suma cukrów prostych: 140.94 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-10-04		
Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIĄCE CUKRZYCOWE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajecznicca(2szt.) (JAJ), Mix sałat 10g , Pomidor 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Sok warzywny 200ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Ryba smażona 100.g (GLUTEN, JAJ, RYB), surówka z kapusty pekińskiej 150g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 90g (MLEKO), Szyńka z piersi indyczej 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2600.66 kcal; Białko ogółem: 132.68 g; białko zwierzęce: 96.89 g; Tłuszcz: 87.93 g; Węglowodany ogółem: 337.40 g; Sód: 2118.78 mg; Potas: 5630.91 mg; Magnez: 395.60 mg; Wapń: 923.62 mg; Żelazo: 15.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2251.82 ug; Błonnik pokarmowy: 26.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.53 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.34 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.22 g; suma cukrów prostych: 78.51 g;		
piątek 2024-10-04		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajecznicca(2szt.) (JAJ), Mix sałat 10g , Pomidor 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Sok warzywny 200ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Ryba smażona 100.g (GLUTEN, JAJ, RYB), surówka z kapusty pekińskiej 150g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Galartetka 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Sałatka makaronowa -Z PAPRYKI ,PIECZAREK,KUKURYDZY I OGÓRKA 250g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Szyńka z piersi indyczej 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3248.97 kcal; Białko ogółem: 124.27 g; białko zwierzęce: 81.08 g; Tłuszcz: 98.61 g; Węglowodany ogółem: 471.79 g; Sód: 2039.95 mg; Potas: 5634.84 mg; Magnez: 409.09 mg; Wapń: 874.21 mg; Żelazo: 16.07 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2166.87 ug; Błonnik pokarmowy: 29.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.34 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.70 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.21 g; suma cukrów prostych: 118.16 g;		
sobota 2024-10-05		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kurczak gotowany 40g , Twaróg 70g (MLEKO), Rzodkiewka 20g , Ogórek zielony 50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), Spaghetti bolognese z mięsem mielonym 400g (GLUTEN, SELER), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Nowojorskie 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup 20g (GLUTEN, SELER), Pomidor 50g , Mix sałat 10g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2484.66 kcal; Białko ogółem: 96.90 g; białko zwierzęce: 61.10 g; Tłuszcz: 95.99 g; Węglowodany ogółem: 328.30 g; Sód: 2123.68 mg; Potas: 2402.65 mg; Magnez: 290.56 mg; Wapń: 666.58 mg; Żelazo: 10.38 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 984.08 ug; Błonnik pokarmowy: 22.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.48 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.35 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.67 g; suma cukrów prostych: 63.79 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-10-05		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Kurczak gotowany 40g, pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Twaróg 70g (MLEKO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Nowojorskie 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g, Mix sałat 10g, ketchup 20g (GLUTEN, SELER), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2112.13 kcal; Białko ogółem: 107.66 g; białko zwierzęce: 83.63 g; Tłuszcz: 79.66 g; Węglowodany ogółem: 255.34 g; Sód: 1293.38 mg; Potas: 3907.03 mg; Magnez: 276.92 mg; Wapń: 635.40 mg; Żelazo: 8.05 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2676.64 ug; Błonnik pokarmowy: 17.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.07 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.88 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.96 g; suma cukrów prostych: 65.83 g;		
sobota 2024-10-05		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kurczak gotowany 40g, Twaróg 70g (MLEKO), Rzodkiewka 20g, Ogórek zielony 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), Sałatka wielowarzywna 120g (SELER), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Nowojorskie 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup 20g (GLUTEN, SELER), Pomidor 50g, Mix sałat 10g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2100.75 kcal; Białko ogółem: 108.59 g; białko zwierzęce: 83.62 g; Tłuszcz: 76.86 g; Węglowodany ogółem: 260.21 g; Sód: 1257.28 mg; Potas: 3762.73 mg; Magnez: 326.55 mg; Wapń: 632.17 mg; Żelazo: 8.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 736.14 ug; Błonnik pokarmowy: 19.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.55 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.50 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.25 g; suma cukrów prostych: 63.16 g;		
sobota 2024-10-05		
Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Kurczak gotowany 40g, Twaróg 70g (MLEKO), Rzodkiewka 20g, Ogórek zielony 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g,	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), Sałatka wielowarzywna 150g (SELER), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Nowojorskie 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup 20g (GLUTEN, SELER), Pomidor 50g, Mix sałat 10g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2186.25 kcal; Białko ogółem: 106.13 g; białko zwierzęce: 83.63 g; Tłuszcz: 77.45 g; Węglowodany ogółem: 279.19 g; Sód: 1214.58 mg; Potas: 3741.13 mg; Magnez: 264.49 mg; Wapń: 613.90 mg; Żelazo: 7.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 777.14 ug; Błonnik pokarmowy: 16.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.35 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.07 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.96 g; suma cukrów prostych: 90.10 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-10-05		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĆCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Kurczak gotowany 40g , Twaróg 70g (MLEKO), Rzodkiewka 20g , Ogórek zielony 50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), Spaghetti bolognese z mięsem mielonym 400g (GLUTEN, SELER), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Nowojorskie 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup 20g (GLUTEN, SELER), Pomidor 50g , Mix sałat 10g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2293.76 kcal; Białko ogółem: 86.69 g; białko zwierzęce: 61.00 g; Tłuszcz: 93.97 g; Węglowodany ogółem: 288.03 g; Sód: 1952.07 mg; Potas: 2193.50 mg; Magnez: 187.54 mg; Wapń: 626.69 mg; Żelazo: 7.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1025.08 ug; Błonnik pokarmowy: 14.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.86 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.31 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.82 g; suma cukrów prostych: 89.48 g;		
niedziela 2024-10-06		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), papryka czerwona 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka pieczone 150g, sos pieczeniowy (2szt.) (GLUTEN), sałatka z kapusty czerwonej 100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko 150g , Biszkopty ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynkowa dębowa 40g , Pomidor 60g , Kielki 4g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2468.45 kcal; Białko ogółem: 75.83 g; białko zwierzęce: 35.79 g; Tłuszcz: 81.13 g; Węglowodany ogółem: 388.36 g; Sód: 5289.09 mg; Potas: 3794.58 mg; Magnez: 356.37 mg; Wapń: 919.51 mg; Żelazo: 10.83 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1237.71 ug; Błonnik pokarmowy: 32.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.53 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.11 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.26 g; suma cukrów prostych: 94.06 g;		
niedziela 2024-10-06		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Polędwica premium 40g , pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g, sos (2szt.) (GLUTEN, SELER), szpinak na gęsto 120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko pieczone 150 , Biszkopty ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynkowa dębowa 40g , Pomidor 60g , Kielki 4g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1932.04 kcal; Białko ogółem: 60.62 g; białko zwierzęce: 29.29 g; Tłuszcz: 58.52 g; Węglowodany ogółem: 309.61 g; Sód: 5387.67 mg; Potas: 3439.42 mg; Magnez: 301.33 mg; Wapń: 474.47 mg; Żelazo: 11.00 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1885.68 ug; Błonnik pokarmowy: 21.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.76 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.87 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 17.89 g; suma cukrów prostych: 90.20 g;		
niedziela 2024-10-06		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOROZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), papryka czerwona 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g, sos (2szt.) (GLUTEN, SELER), sałatka z kapusty czerwonej 100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko 150g ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynkowa dębowa 40g , Pomidor 60g , Kielki 4g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1995.39 kcal; Białko ogółem: 66.26 g; białko zwierzęce: 35.49 g; Tłuszcz: 66.39 g; Węglowodany ogółem: 308.98 g; Sód: 5129.79 mg; Potas: 3615.27 mg; Magnez: 313.80 mg; Wapń: 891.07 mg; Żelazo: 9.11 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1335.03 ug; Błonnik pokarmowy: 28.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.39 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.86 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 19.62 g; suma cukrów prostych: 86.68 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-10-06		
Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIĄCE CUKRZYCOWE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), papryka czerwona 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mus owocowy 200g ,	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka pieczone 150g, sos pieczeniowy (2szt.) (GLUTEN), sałatka z kapusty czerwonej 100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko pieczone 150 ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynkowa dębowa 40g , pomidor 70g , Kielki 4g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2044.29 kcal; Białko ogółem: 66.08 g; białko zwierzęce: 35.53 g; Tłuszcz: 71.42 g; Węglowodany ogółem: 310.79 g; Sód: 5098.28 mg; Potas: 3610.17 mg; Magnez: 272.49 mg; Wapń: 901.96 mg; Żelazo: 8.70 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1260.81 ug; Błonnik pokarmowy: 28.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.98 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.64 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.83 g; suma cukrów prostych: 87.12 g;		
niedziela 2024-10-06		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), papryka czerwona 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Wafelek ,	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka pieczone 150g, sos pieczeniowy (2szt.) (GLUTEN), sałatka z kapusty czerwonej 100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko 150g , Biskopty ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynkowa dębowa 40g , pomidor 70g , Kielki 4g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2672.29 kcal; Białko ogółem: 75.09 g; białko zwierzęce: 39.71 g; Tłuszcz: 103.78 g; Węglowodany ogółem: 380.70 g; Sód: 5246.28 mg; Potas: 3599.27 mg; Magnez: 275.39 mg; Wapń: 964.36 mg; Żelazo: 8.97 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1322.41 ug; Błonnik pokarmowy: 23.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.21 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.11 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.10 g; suma cukrów prostych: 126.80 g;		
poniedziałek 2024-10-07		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem -muszelki 400ml (MLEKO), chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka konserwowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek kiszony 60g , Mix sałat 10g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), surówka z kapusty białej 100g (GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: brzoskwinie ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Udziec z indyka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg 70g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka 40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3355.78 kcal; Białko ogółem: 158.23 g; białko zwierzęce: 110.80 g; Tłuszcz: 119.66 g; Węglowodany ogółem: 444.69 g; Sód: 2300.09 mg; Potas: 4973.27 mg; Magnez: 460.64 mg; Wapń: 910.16 mg; Żelazo: 16.37 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1056.04 ug; Błonnik pokarmowy: 37.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.75 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.55 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 47.51 g; suma cukrów prostych: 90.28 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-10-07		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem świderki 400ml (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szyńka konserwowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 60g, Mix sałat 10g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Marchew oprószana 100g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: brzoskwinie,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Udziec z indyka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg 70g (MLEKO), Rzodkiewka 40g, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2865.13 kcal; Białko ogółem: 143.18 g; białko zwierzęce: 110.64 g; Tłuszcz: 117.62 g; Węglowodany ogółem: 330.80 g; Sód: 1984.33 mg; Potas: 4519.94 mg; Magnez: 333.28 mg; Wapń: 784.45 mg; Żelazo: 12.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2665.79 ug; Błonnik pokarmowy: 25.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.57 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.31 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 47.86 g; suma cukrów prostych: 82.54 g;		
poniedziałek 2024-10-07		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem świderki 400ml (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka konserwowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek kiszony 60g, Mix sałat 10g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), surówka z kapusty białej 100g (GORCZYCA), Kompot 200ml, Podwieczorek: brzoskwinie,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Udziec z indyka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg 70g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Rzodkiewka 40g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2986.58 kcal; Białko ogółem: 147.95 g; białko zwierzęce: 110.66 g; Tłuszcz: 117.87 g; Węglowodany ogółem: 363.61 g; Sód: 2185.33 mg; Potas: 4789.42 mg; Magnez: 427.68 mg; Wapń: 888.34 mg; Żelazo: 14.69 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1056.04 ug; Błonnik pokarmowy: 33.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.35 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.49 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 47.11 g; suma cukrów prostych: 88.87 g;		
poniedziałek 2024-10-07		
Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
zupa mleczna z makaronem świderki 400ml (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szyńka konserwowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), 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), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), ziemniaki z koperkiem 200g, surówka z kapusty białej 100g (GORCZYCA), Kompot 200ml, Podwieczorek: brzoskwinie,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Udziec z indyka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg 70g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Rzodkiewka 40g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2865.42 kcal; Białko ogółem: 145.38 g; białko zwierzęce: 110.64 g; Tłuszcz: 112.66 g; Węglowodany ogółem: 340.24 g; Sód: 2243.68 mg; Potas: 5812.16 mg; Magnez: 388.56 mg; Wapń: 869.31 mg; Żelazo: 13.57 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1239.04 ug; Błonnik pokarmowy: 26.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.98 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.41 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 46.73 g; suma cukrów prostych: 91.46 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-10-07		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
zupa mleczna z makaronem świderki 400ml (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka konserwowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), 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), Udziec z indyka 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: 60.24 g; Tłuszcz: 78.28 g; Węglowodany ogółem: 399.67 g; Sód: 1409.81 mg; Potas: 3637.15 mg; Magnez: 268.57 mg; Wapń: 1033.14 mg; Żelazo: 10.86 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1079.16 ug; Błonnik pokarmowy: 20.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.22 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.40 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.60 g; suma cukrów prostych: 111.49 g;		
wtorek 2024-10-08		
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), 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: 3158.11 kcal; Białko ogółem: 109.66 g; białko zwierzęce: 64.51 g; Tłuszcz: 92.64 g; Węglowodany ogółem: 507.79 g; Sód: 5013.07 mg; Potas: 5734.77 mg; Magnez: 661.79 mg; Wapń: 1153.25 mg; Żelazo: 15.06 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1277.54 ug; Błonnik pokarmowy: 41.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.16 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.93 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.60 g; suma cukrów prostych: 136.88 g;		
wtorek 2024-10-08		
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: 2755.60 kcal; Białko ogółem: 94.73 g; białko zwierzęce: 54.32 g; Tłuszcz: 73.53 g; Węglowodany ogółem: 457.03 g; Sód: 3082.66 mg; Potas: 7070.04 mg; Magnez: 532.48 mg; Wapń: 838.29 mg; Żelazo: 15.01 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1700.53 ug; Błonnik pokarmowy: 33.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.75 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.05 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.39 g; suma cukrów prostych: 146.19 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-10-08		
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), 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: 2989.71 kcal; Białko ogółem: 104.98 g; białko zwierzęce: 64.44 g; Tłuszcz: 92.05 g; Węglowodany ogółem: 470.55 g; Sód: 4968.31 mg; Potas: 5659.72 mg; Magnez: 649.63 mg; Wapń: 1144.23 mg; Żelazo: 14.34 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1277.54 ug; Błonnik pokarmowy: 39.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.00 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.59 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.46 g; suma cukrów prostych: 136.27 g;		
wtorek 2024-10-08		
Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
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 Śniadanie: Przecier warzywno - owocowy ,	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: 3177.05 kcal; Białko ogółem: 105.97 g; białko zwierzęce: 65.38 g; Tłuszcz: 107.35 g; Węglowodany ogółem: 473.71 g; Sód: 2321.80 mg; Potas: 6956.68 mg; Magnez: 531.41 mg; Wapń: 1144.41 mg; Żelazo: 15.53 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1347.49 ug; Błonnik pokarmowy: 32.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.60 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.01 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 41.32 g; suma cukrów prostych: 155.61 g;		
wtorek 2024-10-08		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĆCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
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 Śniadanie: 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: 3387.05 kcal; Białko ogółem: 111.67 g; białko zwierzęce: 67.28 g; Tłuszcz: 114.35 g; Węglowodany ogółem: 508.01 g; Sód: 2425.80 mg; Potas: 7112.68 mg; Magnez: 542.41 mg; Wapń: 1185.41 mg; Żelazo: 16.83 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1418.49 ug; Błonnik pokarmowy: 34.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.78 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.17 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 44.64 g; suma cukrów prostych: 156.61 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-10-09		
Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIĄCE CUKRZYCOWE		
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: 2911.32 kcal; Białko ogółem: 110.78 g; białko zwierzęce: 75.26 g; Tłuszcz: 89.59 g; Węglowodany ogółem: 452.69 g; Sód: 2350.10 mg; Potas: 6862.34 mg; Magnez: 409.13 mg; Wapń: 1337.60 mg; Żelazo: 15.21 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2906.07 ug; Błonnik pokarmowy: 41.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.42 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.35 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.03 g; suma cukrów prostych: 164.04 g;		
środa 2024-10-09		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
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: 2911.32 kcal; Białko ogółem: 110.78 g; białko zwierzęce: 75.26 g; Tłuszcz: 89.59 g; Węglowodany ogółem: 452.69 g; Sód: 2350.10 mg; Potas: 6862.34 mg; Magnez: 409.13 mg; Wapń: 1337.60 mg; Żelazo: 15.21 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2906.07 ug; Błonnik pokarmowy: 41.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.42 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.35 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.03 g; suma cukrów prostych: 164.04 g;		
czwartek 2024-10-10		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 80g (MLEKO), rukola 6g , Pomidor 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Surówka z marchwi i jabłka 120g (MLEKO), ryż brązowy na sypko 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Poledwica premium 40g , 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;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-10-10		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szyńka konserwowa 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 60g, rukola 6g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), ryż brązowy na sypko 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt.	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Połędwica premium 40g, 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: 54.59 g; Tłuszcz: 84.42 g; Węglowodany ogółem: 295.66 g; Sód: 2584.78 mg; Potas: 3479.19 mg; Magnez: 322.21 mg; Wapń: 653.31 mg; Żelazo: 8.40 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2850.09 ug; Błonnik pokarmowy: 23.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.38 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.26 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 59.96 g; suma cukrów prostych: 70.32 g;		
czwartek 2024-10-10		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOROZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 80g (MLEKO), rukola 6g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Surówka z marchwi i jabłka 120g (MLEKO), ryż brązowy na sypko 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Połędwica premium 40g, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Herbata 250ml, Pomidorki "koktailowe" (ok.40g),
Wartości odżywcze: Energia: 2266.27 kcal; Białko ogółem: 94.28 g; białko zwierzęce: 62.26 g; Tłuszcz: 69.79 g; Węglowodany ogółem: 345.09 g; Sód: 2321.07 mg; Potas: 4080.35 mg; Magnez: 416.39 mg; Wapń: 777.47 mg; Żelazo: 10.50 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3006.85 ug; Błonnik pokarmowy: 33.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.99 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.74 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 20.58 g; suma cukrów prostych: 87.85 g;		
czwartek 2024-10-10		
Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
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), Surówka z marchwi i jabłka 120g (MLEKO), ryż brązowy na sypko 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Połędwica premium 40g, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Paszтет drobiowy 50g (GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA), Pomidorki "koktailowe" (ok.40g), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2464.71 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; białko zwierzęce: 65.96 g; Tłuszcz: 87.30 g; Węglowodany ogółem: 347.91 g; Sód: 2374.87 mg; Potas: 4192.36 mg; Magnez: 372.65 mg; Wapń: 841.09 mg; Żelazo: 10.88 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3880.34 ug; Błonnik pokarmowy: 29.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.55 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.07 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.79 g; suma cukrów prostych: 89.08 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-10-10		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĄCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
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), Połędwica premium 40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Paszтет 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 2024-10-11		
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 1szt. ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN , ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO , GLUTEN , ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Połędwica premium 40g , ogórek kiszony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2907.65 kcal; Białko ogółem: 94.45 g; białko zwierzęce: 47.78 g; Tłuszcz: 109.78 g; Węglowodany ogółem: 411.75 g; Sód: 1547.92 mg; Potas: 4318.19 mg; Magnez: 386.94 mg; Wapń: 1264.96 mg; Żelazo: 11.65 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1518.03 ug; Błonnik pokarmowy: 32.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 60.20 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.41 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.15 g; suma cukrów prostych: 82.54 g;		
piątek 2024-10-11		
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 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN , ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynkowa drobiowa z fileta 40g , Sałatka z rukoli i pomidora 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2366.99 kcal; Białko ogółem: 107.11 g; białko zwierzęce: 72.35 g; Tłuszcz: 78.96 g; Węglowodany ogółem: 327.58 g; Sód: 1488.20 mg; Potas: 4394.43 mg; Magnez: 305.43 mg; Wapń: 743.30 mg; Żelazo: 10.20 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2319.98 ug; Błonnik pokarmowy: 23.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.86 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.38 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.99 g; suma cukrów prostych: 78.29 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-10-11		
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 1szt. ,	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 50g, ogórek kiszony 70g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2456.93 kcal; Białko ogółem: 100.74 g; białko zwierzęce: 63.35 g; Tłuszcz: 85.08 g; Węglowodany ogółem: 347.24 g; Sód: 2304.00 mg; Potas: 5370.18 mg; Magnez: 442.18 mg; Wapń: 1216.47 mg; Żelazo: 11.40 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1388.28 ug; Błonnik pokarmowy: 32.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.78 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.09 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.17 g; suma cukrów prostych: 81.15 g;		
piątek 2024-10-11		
Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
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), ryba gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), Sos po grecku 100g (GLUTEN, SELER), Surówka z kapusty białej 120g (GORCZYCA), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml , Podwieczorek: Nektaryna 1szt. ,	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: 2621.74 kcal; Białko ogółem: 114.38 g; białko zwierzęce: 78.27 g; Tłuszcz: 97.62 g; Węglowodany ogółem: 343.57 g; Sód: 1663.74 mg; Potas: 5574.96 mg; Magnez: 376.87 mg; Wapń: 1313.01 mg; Żelazo: 10.08 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1586.08 ug; Błonnik pokarmowy: 25.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.49 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.76 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 36.92 g; suma cukrów prostych: 87.23 g;		
piątek 2024-10-11		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĆCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
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 1szt. ,	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: 2753.89 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; białko zwierzęce: 64.12 g; Tłuszcz: 114.14 g; Węglowodany ogółem: 350.64 g; Sód: 1278.31 mg; Potas: 4258.60 mg; Magnez: 302.92 mg; Wapń: 1337.11 mg; Żelazo: 9.12 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1519.68 ug; Błonnik pokarmowy: 22.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 55.69 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.13 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.30 g; suma cukrów prostych: 85.74 g;		

Dietetyk

.....