

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-10-12 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), polędwica sopocka 40 g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidor40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa jarzynowa z ziemniakami400ml . (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Łazanki 300g (GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Drożdżówka1szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ),	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z kielbasy i jajka100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kielki13g , Ogórek zielony60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2506.39 kcal; Białko ogółem: 91.30 g; białko zwierzęce: 47.07 g; Tłuszcz: 78.82 g; Węglowodany ogółem: 374.53 g; Sód: 1463.18 mg; Potas: 3727.25 mg; Magnez: 348.84 mg; Wapń: 544.24 mg; Żelazo: 12.81 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 974.47 ug; Błonnik pokarmowy: 30.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.21 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.66 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.87 g; suma cukrów prostych: 70.70 g;		
sobota 2024-10-12 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), polędwica sopocka 40 g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidor40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa jarzynowa 400ml -bez brokuła ,fasolki (MLEKO, GLUTEN, SELER), schab duszony100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Drożdżówka1szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Dżem porcja 1szt. 25g , Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Kielki13g , Pomidor60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2733.77 kcal; Białko ogółem: 126.14 g; białko zwierzęce: 93.21 g; Tłuszcz: 104.80 g; Węglowodany ogółem: 342.88 g; Sód: 1608.51 mg; Potas: 4168.91 mg; Magnez: 310.15 mg; Wapń: 657.26 mg; Żelazo: 12.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2870.16 ug; Błonnik pokarmowy: 23.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.33 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.44 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 41.82 g; suma cukrów prostych: 86.53 g;		
sobota 2024-10-12 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), polędwica sopocka 40 g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidor40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), schab duszony100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Surówka z kapusty kiszzonej 120g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko50g ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z kielbasy i jajka100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kielki13g , Ogórek zielony60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2460.53 kcal; Białko ogółem: 120.59 g; białko zwierzęce: 90.46 g; Tłuszcz: 97.03 g; Węglowodany ogółem: 291.24 g; Sód: 1632.97 mg; Potas: 4116.79 mg; Magnez: 344.14 mg; Wapń: 507.64 mg; Żelazo: 12.49 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1355.55 ug; Błonnik pokarmowy: 27.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.06 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.99 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.99 g; suma cukrów prostych: 66.17 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-10-12		
Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIĄCE CUKRZYCOWE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), polędwica sopocka 40 g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidor 40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Surówka z kapusty kiszonej 150g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Owsianka 100g szt. ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z kiełbasy i jajka 100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki 13g , Ogórek zielony 60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2513.53 kcal; Białko ogółem: 118.77 g; białko zwierzęce: 90.47 g; Tłuszcz: 97.03 g; Węglowodany ogółem: 303.12 g; Sód: 1782.27 mg; Potas: 4302.69 mg; Magnez: 290.08 mg; Wapń: 495.87 mg; Żelazo: 11.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1488.55 ug; Błonnik pokarmowy: 24.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.47 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.62 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.55 g; suma cukrów prostych: 86.35 g;		
sobota 2024-10-12		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), polędwica sopocka 40 g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidor 40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Knedle z mięsem i sosem pieczeniowym 6szt. (GLUTEN), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Drożdżówka 1szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z kiełbasy i jajka 100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki 13g , Ogórek zielony 60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1966.02 kcal; Białko ogółem: 58.54 g; białko zwierzęce: 31.77 g; Tłuszcz: 62.05 g; Węglowodany ogółem: 301.07 g; Sód: 1121.66 mg; Potas: 2871.03 mg; Magnez: 188.16 mg; Wapń: 435.86 mg; Żelazo: 8.14 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2747.73 ug; Błonnik pokarmowy: 20.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.37 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.46 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 20.59 g; suma cukrów prostych: 98.20 g;		
niedziela 2024-10-13		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kiełbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 50g , Mix sałat 13g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Filet z indyka w sosie 100g (GLUTEN), Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), ciastka kruche 30g (MLEKO, GLUTEN),	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), Musztarda 20g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka 40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2468.38 kcal; Białko ogółem: 82.70 g; białko zwierzęce: 41.83 g; Tłuszcz: 93.13 g; Węglowodany ogółem: 352.35 g; Sód: 2172.81 mg; Potas: 4151.49 mg; Magnez: 378.19 mg; Wapń: 718.72 mg; Żelazo: 12.52 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 865.19 ug; Błonnik pokarmowy: 30.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.31 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.20 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.56 g; suma cukrów prostych: 69.42 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-10-13 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Kiełbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 50g, Mix sałat 13g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Filet z indyka w sosie 100g (GLUTEN), Sałatka z jarzyn gotowanych 120g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), ciastka kruche 30g (MLEKO, GLUTEN),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Nowojorskie 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Pomidor 40g,
Wartości odżywcze: Energia: 2003.74 kcal; Białko ogółem: 69.81 g; białko zwierzęce: 41.72 g; Tłuszcz: 81.84 g; Węglowodany ogółem: 266.49 g; Sód: 1939.83 mg; Potas: 3753.20 mg; Magnez: 257.22 mg; Wapń: 620.56 mg; Żelazo: 9.36 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2284.99 ug; Błonnik pokarmowy: 21.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.50 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.24 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.38 g; suma cukrów prostych: 67.01 g;		
niedziela 2024-10-13 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kiełbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 50g, Mix sałat 13g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Filet z indyka w sosie 100g (GLUTEN), Sałatka z kapusty czerwonej 120g, Ziemniaki gotowane 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), Musztarda 20g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Rzodkiewka 40g, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2152.83 kcal; Białko ogółem: 74.46 g; białko zwierzęce: 41.64 g; Tłuszcz: 88.39 g; Węglowodany ogółem: 288.49 g; Sód: 2041.56 mg; Potas: 3958.36 mg; Magnez: 336.69 mg; Wapń: 695.84 mg; Żelazo: 10.94 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 846.47 ug; Błonnik pokarmowy: 26.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.88 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.39 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.19 g; suma cukrów prostych: 66.79 g;		
niedziela 2024-10-13 Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Kiełbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g, pomidor 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: kiwi 1szt.,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Filet z indyka w sosie 100g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, sałatka z kapusty czerwonej 100g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Nowojorskie 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Rzodkiewka 40g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2133.87 kcal; Białko ogółem: 72.07 g; białko zwierzęce: 41.67 g; Tłuszcz: 85.37 g; Węglowodany ogółem: 287.94 g; Sód: 2251.66 mg; Potas: 3939.90 mg; Magnez: 268.37 mg; Wapń: 663.70 mg; Żelazo: 9.62 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 866.37 ug; Błonnik pokarmowy: 21.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.04 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.95 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.66 g; suma cukrów prostych: 65.05 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-10-13		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĆCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Kiełbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g, pomidor 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: kiwi 1szt. ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Filet z indyka w sosie 100g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, sałatka z kapusty czerwonej 100g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), ciastka kruche 30g (MLEKO, GLUTEN),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Nowojorskie 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Rzodkiewka 40g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2173.02 kcal; Białko ogółem: 72.56 g; białko zwierzęce: 41.75 g; Tłuszcz: 87.49 g; Węglowodany ogółem: 292.57 g; Sód: 2254.00 mg; Potas: 3945.48 mg; Magnez: 268.91 mg; Wapń: 664.96 mg; Żelazo: 9.68 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 885.09 ug; Błonnik pokarmowy: 21.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.05 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.14 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.48 g; suma cukrów prostych: 66.44 g;		
poniedziałek 2024-10-14		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Połędwica premium 40g, ogórek zielony 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grycikowa 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), buraki 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Sałatka z rukoli i pomidora 70g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2921.26 kcal; Białko ogółem: 121.41 g; białko zwierzęce: 76.40 g; Tłuszcz: 105.18 g; Węglowodany ogółem: 401.22 g; Sód: 1863.22 mg; Potas: 4967.77 mg; Magnez: 460.74 mg; Wapń: 787.91 mg; Żelazo: 17.33 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1036.34 ug; Błonnik pokarmowy: 32.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.86 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 22.60 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 70.57 g; suma cukrów prostych: 86.44 g;		
poniedziałek 2024-10-14		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szyńka drobiowa 40g, pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grycikowa 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), buraki 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg 70g (MLEKO), Sałatka z rukoli i pomidora 70g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2360.80 kcal; Białko ogółem: 107.50 g; białko zwierzęce: 76.83 g; Tłuszcz: 92.80 g; Węglowodany ogółem: 291.50 g; Sód: 1527.11 mg; Potas: 4556.66 mg; Magnez: 334.26 mg; Wapń: 748.56 mg; Żelazo: 11.86 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 870.64 ug; Błonnik pokarmowy: 20.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.24 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.23 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 66.64 g; suma cukrów prostych: 86.43 g;		
poniedziałek 2024-10-14		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka drobiowa 40g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), ogórek zielony 70g ,	Zupa grycikowa 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), buraki 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek naturalny 1szt. ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Sałatka z rukoli i pomidora 70g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2584.06 kcal; Białko ogółem: 121.33 g; białko zwierzęce: 86.46 g; Tłuszcz: 130.49 g; Węglowodany ogółem: 322.54 g; Sód: 1937.47 mg; Potas: 4849.92 mg; Magnez: 435.78 mg; Wapń: 821.09 mg; Żelazo: 15.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1398.34 ug; Błonnik pokarmowy: 28.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 56.50 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 21.18 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 44.59 g; suma cukrów prostych: 87.13 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-10-14		
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), Szyńka drobiowa 40g, pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: brzoskwinie,	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), buraki 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek naturalny 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), pasta z tuńczyka i twarogu ze szczypiorkiem 90g (MLEKO), Sałatka z rukoli i pomidora 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2528.20 kcal; Białko ogółem: 120.57 g; białko zwierzęce: 88.31 g; Tłuszcz: 127.11 g; Węglowodany ogółem: 311.81 g; Sód: 1901.21 mg; Potas: 5004.06 mg; Magnez: 362.66 mg; Wapń: 809.76 mg; Żelazo: 15.07 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1632.74 ug; Błonnik pokarmowy: 22.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 56.64 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.73 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 44.60 g; suma cukrów prostych: 95.73 g;		
poniedziałek 2024-10-14		
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), Szyńka drobiowa 40g, pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: brzoskwinie,	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), buraki 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), pasta z tuńczyka i twarogu ze szczypiorkiem 90g (MLEKO), Sałatka z rukoli i pomidora 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2496.20 kcal; Białko ogółem: 110.37 g; białko zwierzęce: 78.11 g; Tłuszcz: 100.01 g; Węglowodany ogółem: 309.41 g; Sód: 1712.21 mg; Potas: 4938.06 mg; Magnez: 354.66 mg; Wapń: 754.76 mg; Żelazo: 14.87 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1270.74 ug; Błonnik pokarmowy: 22.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.60 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.09 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 70.17 g; suma cukrów prostych: 93.63 g;		
wtorek 2024-10-15		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g, Twaróg 70g (MLEKO), sałata zielona 13g, Pomidor 50g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ogórkowa 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), szpinak na gęsto 150g, Ryż na sypko 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Wafelek 42g (1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka konserwowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), papryka czerwona 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3368.16 kcal; Białko ogółem: 111.51 g; białko zwierzęce: 60.37 g; Tłuszcz: 116.37 g; Węglowodany ogółem: 500.47 g; Sód: 1697.58 mg; Potas: 4090.51 mg; Magnez: 432.00 mg; Wapń: 938.69 mg; Żelazo: 15.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2693.18 ug; Błonnik pokarmowy: 36.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.25 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.80 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.77 g; suma cukrów prostych: 126.34 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-10-15		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g , Twaróg 70g (MLEKO), sałata zielona 13g , Pomidor 50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krem z dyni z dodatkiem majeranku i pietruszki z grzankami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), szpinak na gęsto 150g , Ryż na sypko 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Wafelek 42g(1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka konserwowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2932.82 kcal; Białko ogółem: 96.62 g; białko zwierzęce: 60.12 g; Tłuszcz: 109.45 g; Węglowodany ogółem: 411.44 g; Sód: 1367.34 mg; Potas: 3641.71 mg; Magnez: 307.11 mg; Wapń: 936.88 mg; Żelazo: 12.70 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2853.27 ug; Błonnik pokarmowy: 24.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.17 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.01 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.86 g; suma cukrów prostych: 153.57 g;		
wtorek 2024-10-15		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg 70g (MLEKO), Polędwica premium 40g , sałata zielona 13g , Pomidor 50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ogórkowa 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Ryż na sypko 200g , Sos koperkowy 100g (GLUTEN), Surówka z kapusty pekińskiej 120g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka konserwowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), papryka czerwona 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2557.75 kcal; Białko ogółem: 103.77 g; białko zwierzęce: 68.04 g; Tłuszcz: 91.18 g; Węglowodany ogółem: 354.01 g; Sód: 1947.63 mg; Potas: 4143.36 mg; Magnez: 378.38 mg; Wapń: 982.71 mg; Żelazo: 11.17 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2168.62 ug; Błonnik pokarmowy: 31.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.41 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.41 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.87 g; suma cukrów prostych: 82.64 g;		
wtorek 2024-10-15		
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), Polędwica premium 40g , Twaróg 70g (MLEKO), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), sałata zielona 13g , Pomidor 50g , II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa ogórkowa 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), szpinak na gęsto 150g , Ryż na sypko 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka konserwowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), papryka czerwona 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2926.70 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; białko zwierzęce: 67.96 g; Tłuszcz: 91.00 g; Węglowodany ogółem: 447.76 g; Sód: 1843.47 mg; Potas: 5992.20 mg; Magnez: 508.42 mg; Wapń: 999.84 mg; Żelazo: 14.13 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2716.18 ug; Błonnik pokarmowy: 30.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.78 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.45 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.92 g; suma cukrów prostych: 140.93 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-10-15		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g , Twaróg 70g (MLEKO), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), sałata zielona 13g , Pomidor 50g , II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa ogórkowa 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), szpinak na gęsto 150g , Ryż na sypko 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Wafelek ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyunka konserwowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), papryka czerwona 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3390.70 kcal; Białko ogółem: 102.49 g; białko zwierzęce: 60.21 g; Tłuszcz: 111.95 g; Węglowodany ogółem: 521.11 g; Sód: 1478.97 mg; Potas: 5834.70 mg; Magnez: 497.92 mg; Wapń: 918.34 mg; Żelazo: 14.53 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2751.18 ug; Błonnik pokarmowy: 32.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.35 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.41 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.28 g; suma cukrów prostych: 187.08 g;		
środa 2024-10-16		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek kiszony 60g , kiełki 7g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), gulasz z indyka (80g+80g) (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Sałatka coleslaw 150g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mus owocowy 110g ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kiełbasa kminkowa 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej 70g , Twaróg 70g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2647.76 kcal; Białko ogółem: 107.43 g; białko zwierzęce: 71.22 g; Tłuszcz: 88.01 g; Węglowodany ogółem: 381.20 g; Sód: 3299.54 mg; Potas: 4081.70 mg; Magnez: 383.11 mg; Wapń: 742.75 mg; Żelazo: 10.80 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 712.61 ug; Błonnik pokarmowy: 27.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.50 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.98 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.61 g; suma cukrów prostych: 101.79 g;		
środa 2024-10-16		
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 60g , kiełki 7g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), gulasz z indyka (80g+80g) (GLUTEN), marchewka oprószana 150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mus owocowy 110g ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg 70g (MLEKO), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej 70g , Kiełbasa kminkowa 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2251.11 kcal; Białko ogółem: 97.69 g; białko zwierzęce: 71.12 g; Tłuszcz: 88.11 g; Węglowodany ogółem: 284.96 g; Sód: 2601.54 mg; Potas: 3917.77 mg; Magnez: 277.79 mg; Wapń: 699.37 mg; Żelazo: 8.32 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2950.41 ug; Błonnik pokarmowy: 19.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.59 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.70 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.74 g; suma cukrów prostych: 73.60 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-10-16		
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), Ogórek kiszony60g , kiełki7g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), gulasz z indyka (80g+80g) (GLUTEN), Sałatka colesław150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mus owocowy 110g ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kiełbasa kminkowa40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2386.26 kcal; Białko ogółem: 89.65 g; białko zwierzęce: 58.06 g; Tłuszcz: 84.13 g; Węglowodany ogółem: 341.37 g; Sód: 3223.98 mg; Potas: 3927.55 mg; Magnez: 364.65 mg; Wapń: 667.93 mg; Żelazo: 9.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 685.31 ug; Błonnik pokarmowy: 26.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.39 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.54 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.40 g; suma cukrów prostych: 98.94 g;		
środa 2024-10-16		
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), Ogórek kiszony60g , kiełki7g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Kefir (MLEKO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), gulasz z indyka (80g+80g) (GLUTEN), Sałatka colesław150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mus owocowy 110g ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kiełbasa kminkowa40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej70g , Herbata 250ml , Twaróg70g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2330.86 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; białko zwierzęce: 74.72 g; Tłuszcz: 84.28 g; Węglowodany ogółem: 307.53 g; Sód: 3170.93 mg; Potas: 3841.55 mg; Magnez: 291.09 mg; Wapń: 830.86 mg; Żelazo: 8.01 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 744.61 ug; Błonnik pokarmowy: 16.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.96 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.84 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.60 g; suma cukrów prostych: 107.48 g;		
środa 2024-10-16		
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), Ogórek kiszony60g , kiełki7g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), gulasz z indyka (80g+80g) (GLUTEN), marchewka oprószana150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Mus owocowy 110g ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kiełbasa kminkowa40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej70g , Twaróg70g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2315.01 kcal; Białko ogółem: 100.94 g; białko zwierzęce: 74.72 g; Tłuszcz: 89.53 g; Węglowodany ogółem: 294.00 g; Sód: 2774.94 mg; Potas: 3931.77 mg; Magnez: 290.79 mg; Wapń: 831.27 mg; Żelazo: 8.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2900.51 ug; Błonnik pokarmowy: 19.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.45 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.70 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 35.21 g; suma cukrów prostych: 83.57 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
czwartek 2024-10-17 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyunka Wiejska 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek zielony 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Pulpet gotowany 80g (GLUTEN, JAJ, SELER), Sos pieczarkowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Surówka z kapusty białej 120g (GORCZYCA), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Galaretki 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), Herbata 250ml, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) ,
Wartości odżywcze: Energia: 3251.74 kcal; Białko ogółem: 105.93 g; białko zwierzęce: 55.93 g; Tłuszcz: 91.84 g; Węglowodany ogółem: 533.25 g; Sód: 1426.11 mg; Potas: 4233.29 mg; Magnez: 440.21 mg; Wapń: 935.93 mg; Żelazo: 15.01 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1349.01 ug; Błonnik pokarmowy: 38.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.48 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.04 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.80 g; suma cukrów prostych: 122.23 g;		
czwartek 2024-10-17 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pomidor 70g, Szyunka Wiejska 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Pulpet gotowany 80g (GLUTEN, JAJ, SELER), Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), sałatka z jarzyn gotowanych 100g (SELER), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Galaretki 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), Herbata 250ml, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) ,
Wartości odżywcze: Energia: 2644.95 kcal; Białko ogółem: 90.72 g; białko zwierzęce: 55.50 g; Tłuszcz: 75.98 g; Węglowodany ogółem: 421.98 g; Sód: 2390.88 mg; Potas: 3892.84 mg; Magnez: 332.15 mg; Wapń: 799.73 mg; Żelazo: 11.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2107.07 ug; Błonnik pokarmowy: 26.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.34 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.04 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.59 g; suma cukrów prostych: 120.00 g;		
czwartek 2024-10-17 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), ogórek zielony 70g, Szyunka Wiejska 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Pulpet gotowany 80g (GLUTEN, JAJ, SELER), Sos pieczarkowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Surówka z kapusty białej 120g (GORCZYCA), Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), Herbata 250ml, sałata zielona (2 listki -0k 30g), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) ,
Wartości odżywcze: Energia: 2542.96 kcal; Białko ogółem: 96.34 g; białko zwierzęce: 55.78 g; Tłuszcz: 90.74 g; Węglowodany ogółem: 367.37 g; Sód: 1459.14 mg; Potas: 4230.44 mg; Magnez: 414.25 mg; Wapń: 907.11 mg; Żelazo: 13.53 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1523.01 ug; Błonnik pokarmowy: 35.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.26 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.25 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.58 g; suma cukrów prostych: 80.42 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-10-17		
Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIĄCE CUKRZYCOWE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pomidor 70g , Szynka Wiejska 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), pulpet gotowany 100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SELER), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), Herbata 250ml , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) ,
Wartości odżywcze: Energia: 2338.75 kcal; Białko ogółem: 95.45 g; białko zwierzęce: 59.79 g; Tłuszcz: 78.14 g; Węglowodany ogółem: 339.57 g; Sód: 3745.08 mg; Potas: 4384.14 mg; Magnez: 368.65 mg; Wapń: 976.90 mg; Żelazo: 12.37 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2630.07 ug; Błonnik pokarmowy: 29.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.56 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.17 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.23 g; suma cukrów prostych: 86.33 g;		
czwartek 2024-10-17		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pomidor 70g , Szynka Wiejska 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), pulpet gotowany 100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SELER), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Galaretką 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), Herbata 250ml , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) ,
Wartości odżywcze: Energia: 2682.75 kcal; Białko ogółem: 94.75 g; białko zwierzęce: 59.79 g; Tłuszcz: 77.94 g; Węglowodany ogółem: 424.37 g; Sód: 3598.08 mg; Potas: 4203.14 mg; Magnez: 361.65 mg; Wapń: 983.90 mg; Żelazo: 12.17 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2463.07 ug; Błonnik pokarmowy: 28.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.52 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.08 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.21 g; suma cukrów prostych: 126.73 g;		
piątek 2024-10-18		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), Ser żółty 40g (MLEKO), kiełki 7g , Pomidor 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło 10g+ makaron 180g) (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kiełbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , ogórek zielony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3383.82 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; białko zwierzęce: 59.46 g; Tłuszcz: 95.93 g; Węglowodany ogółem: 551.62 g; Sód: 1856.88 mg; Potas: 5622.15 mg; Magnez: 545.79 mg; Wapń: 1070.71 mg; Żelazo: 16.01 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1410.63 ug; Błonnik pokarmowy: 37.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.21 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.51 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.16 g; suma cukrów prostych: 137.81 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
piątek 2024-10-18		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g , Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Pomidor 60g , kielki 7g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa jarzynowa bez ziemniaków 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło 10g+ makaron 180g) (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidor 60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2582.26 kcal; Białko ogółem: 75.29 g; białko zwierzęce: 41.02 g; Tłuszcz: 71.06 g; Węglowodany ogółem: 429.76 g; Sód: 1598.50 mg; Potas: 4545.52 mg; Magnez: 387.56 mg; Wapń: 823.58 mg; Żelazo: 9.75 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1163.93 ug; Błonnik pokarmowy: 23.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.13 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 6.78 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.22 g; suma cukrów prostych: 157.90 g;		
piątek 2024-10-18		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), Ser żółty 40g (MLEKO), kielki 7g , Pomidor 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml . (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Makaron z twarogiem (80g twarogu + masło 10g+ makaron 180g) (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek zielony 60g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3028.11 kcal; Białko ogółem: 100.95 g; białko zwierzęce: 59.32 g; Tłuszcz: 94.21 g; Węglowodany ogółem: 473.97 g; Sód: 1787.74 mg; Potas: 5521.53 mg; Magnez: 529.01 mg; Wapń: 1069.04 mg; Żelazo: 14.52 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1425.52 ug; Błonnik pokarmowy: 33.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.82 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.51 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.75 g; suma cukrów prostych: 136.80 g;		
piątek 2024-10-18		
Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Pomidor 60g , polędwica sopocka 40 g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty 40g (MLEKO), kielki 7g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Sniadanie: Mus owocowy 110g ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml . (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), jajko sadzone (JAJ), Fasolka szparagowa z bułką tartą 120g (GLUTEN, ROŚ), ziemniaki 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Ogórek zielony 60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2925.94 kcal; Białko ogółem: 105.26 g; białko zwierzęce: 67.44 g; Tłuszcz: 91.93 g; Węglowodany ogółem: 449.64 g; Sód: 2124.69 mg; Potas: 6979.73 mg; Magnez: 524.39 mg; Wapń: 1102.94 mg; Żelazo: 14.91 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1499.42 ug; Błonnik pokarmowy: 34.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.57 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.74 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.29 g; suma cukrów prostych: 134.16 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-10-18		
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), Pomidor 60g , Dżem 50g , Ser żółty 40g (MLEKO), kielki 7g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mus owocowy 110g ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml . (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), jajko sadzone (JAJ), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), Fasolka szparagowa z bułką tartą 120g (GLUTEN, ROŚ), ziemniaki 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Ogórek zielony 60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3031.29 kcal; Białko ogółem: 97.55 g; białko zwierzęce: 57.94 g; Tłuszcz: 92.84 g; Węglowodany ogółem: 485.85 g; Sód: 1838.50 mg; Potas: 7108.85 mg; Magnez: 531.99 mg; Wapń: 1138.55 mg; Żelazo: 15.10 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3359.12 ug; Błonnik pokarmowy: 38.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.49 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.43 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.66 g; suma cukrów prostych: 154.54 g;		
sobota 2024-10-19		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z jajka i twarogu ze szczypiorkiem 80g (GORCZYCA), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie (100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Ziemniaki gotowane 200g , buraki 150g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyunka konserwowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Rzodkiewka 60g , Kielki 13g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2874.58 kcal; Białko ogółem: 121.67 g; białko zwierzęce: 76.03 g; Tłuszcz: 76.60 g; Węglowodany ogółem: 408.48 g; Sód: 1610.67 mg; Potas: 4935.70 mg; Magnez: 404.15 mg; Wapń: 624.41 mg; Żelazo: 16.49 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 690.21 ug; Błonnik pokarmowy: 33.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.17 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.32 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 36.42 g; suma cukrów prostych: 98.19 g;		
sobota 2024-10-19		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem 80g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g(1,9) (GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), buraki 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szyunka konserwowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kielki 13g , Pomidor 60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2480.82 kcal; Białko ogółem: 124.07 g; białko zwierzęce: 92.70 g; Tłuszcz: 74.73 g; Węglowodany ogółem: 300.27 g; Sód: 1413.23 mg; Potas: 4680.39 mg; Magnez: 292.32 mg; Wapń: 652.01 mg; Żelazo: 13.15 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 819.67 ug; Błonnik pokarmowy: 20.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.12 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 6.77 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.05 g; suma cukrów prostych: 98.64 g;		
sobota 2024-10-19		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), pasta z jajka i twarogu ze szczypiorkiem 80g (GORCZYCA), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g(1,9) (GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), buraki 120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek do chleba 1szt. (MLEKO),	chleb krojony mały 70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szyunka konserwowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Rzodkiewka 60g , Kielki 13g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2626.88 kcal; Białko ogółem: 95.48 g; białko zwierzęce: 60.89 g; Tłuszcz: 105.56 g; Węglowodany ogółem: 305.10 g; Sód: 1519.41 mg; Potas: 4490.85 mg; Magnez: 358.69 mg; Wapń: 509.59 mg; Żelazo: 13.86 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 998.71 ug; Błonnik pokarmowy: 28.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.02 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.67 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.38 g; suma cukrów prostych: 76.28 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-10-19		
Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIĄCE CUKRZYCOWE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), pasta z jajka i twarogu ze szczypiorkiem 80g (GORCZYCA), Szynka bartnika 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g,	Zupa krupnik z ziemniakami 400g(1,9) (GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Sałatka wielowarzywna 120g (SELER), buraki 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek do chleba 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka konserwowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Rzodkiewka 60g, Kielki 13g, Serek topiony 17,5g (MLEKO), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2794.74 kcal; Białko ogółem: 107.63 g; białko zwierzęce: 75.36 g; Tłuszcz: 109.98 g; Węglowodany ogółem: 320.35 g; Sód: 1900.58 mg; Potas: 4798.88 mg; Magnez: 308.80 mg; Wapń: 572.14 mg; Żelazo: 13.52 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1074.76 ug; Błonnik pokarmowy: 23.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 56.64 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.50 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 45.43 g; suma cukrów prostych: 106.40 g;		
sobota 2024-10-19		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), pasta z jajka i twarogu ze szczypiorkiem 80g (GORCZYCA), Szynka bartnika 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g,	Zupa krupnik z ziemniakami 400g(1,9) (GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Sałatka wielowarzywna 120g (SELER), buraki 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka konserwowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Rzodkiewka 60g, Kielki 13g, Serek topiony 17,5g (MLEKO), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2654.24 kcal; Białko ogółem: 122.63 g; białko zwierzęce: 90.36 g; Tłuszcz: 79.18 g; Węglowodany ogółem: 337.90 g; Sód: 1864.58 mg; Potas: 4885.88 mg; Magnez: 312.80 mg; Wapń: 644.64 mg; Żelazo: 13.62 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 765.26 ug; Błonnik pokarmowy: 23.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.38 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.07 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.07 g; suma cukrów prostych: 123.65 g;		
niedziela 2024-10-20		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), serek topiony 35g (MLEKO), Schab krotoszyński 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g, papryka czerwona 70g, Herbata 250ml,	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka pieczone 150g, sos pieczeniowy (2szt.) (GLUTEN), Sałatka z kapusty czerwonej 150g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Biszkopty, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka krucha 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórki konserwowe 70g, Herbata 250ml, Jajko 1 szt (JAJ),
Wartości odżywcze: Energia: 2584.52 kcal; Białko ogółem: 89.48 g; białko zwierzęce: 44.18 g; Tłuszcz: 85.45 g; Węglowodany ogółem: 393.10 g; Sód: 5697.97 mg; Potas: 3834.52 mg; Magnez: 385.41 mg; Wapń: 607.66 mg; Żelazo: 13.89 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1293.76 ug; Błonnik pokarmowy: 33.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.49 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.27 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.95 g; suma cukrów prostych: 66.81 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-10-20		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), miód 1szt. , Twaróg 80g (MLEKO), Mix sałat 10g , Pomidor 60g , Schab krotoszyński 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g, sos(2szt.) (GLUTEN, SELER), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Biskopity , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szyunka krucha 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml , Jajo gotowane 1 szt (JAJ),
Wartości odżywcze: Energia: 2015.45 kcal; Białko ogółem: 84.21 g; białko zwierzęce: 54.33 g; Tłuszcz: 61.73 g; Węglowodany ogółem: 299.94 g; Sód: 5222.56 mg; Potas: 3617.16 mg; Magnez: 275.18 mg; Wapń: 473.06 mg; Żelazo: 10.83 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2462.88 ug; Błonnik pokarmowy: 22.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.61 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 7.77 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 20.56 g; suma cukrów prostych: 65.96 g;		
niedziela 2024-10-20		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), serek topiony 35g(7) (MLEKO), Schab krotoszyński 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , papryka czerwona 70g , Herbata 250ml ,	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g, sos(2szt.) (GLUTEN, SELER), Sałatka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szyunka krucha 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórki konserwowe 70g , Herbata 250ml , Jajko 1 szt (JAJ),
Wartości odżywcze: Energia: 2018.65 kcal; Białko ogółem: 77.38 g; białko zwierzęce: 43.85 g; Tłuszcz: 71.54 g; Węglowodany ogółem: 291.89 g; Sód: 5552.83 mg; Potas: 3658.91 mg; Magnez: 350.85 mg; Wapń: 579.01 mg; Żelazo: 12.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1391.08 ug; Błonnik pokarmowy: 28.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.37 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.57 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.46 g; suma cukrów prostych: 59.26 g;		
niedziela 2024-10-20		
Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Schab krotoszyński 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , papryka czerwona 70g , Herbata 250ml , Szyunka szkolna 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), II Śniadanie: Nektaryna 1szt. ,	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka pieczone 150g, sos pieczeniowy (2szt.) (GLUTEN), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SELER), sałatka z kapusty czerwonej 100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szyunka krucha 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml , Jajko 1 szt (JAJ),
Wartości odżywcze: Energia: 2070.26 kcal; Białko ogółem: 85.11 g; białko zwierzęce: 52.14 g; Tłuszcz: 77.82 g; Węglowodany ogółem: 282.55 g; Sód: 6234.26 mg; Potas: 4264.91 mg; Magnez: 319.03 mg; Wapń: 599.50 mg; Żelazo: 12.28 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2765.76 ug; Błonnik pokarmowy: 27.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.56 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.06 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.26 g; suma cukrów prostych: 65.72 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-10-20		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), miód 1szt. , Twaróg 80g (MLEKO), Mix sałat 10g , papryka czerwona 70g , Herbata 250ml , Szynka szkolna 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), II Śniadanie: Nektaryna 1szt. ,	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka pieczone 150g, sos pieczeniowy (2szt.) (GLUTEN), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SELER), sałatka z kapusty czerwonej 100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Biskopki , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka krucha 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml , Jajko 1 szt (JAJ),
Wartości odżywcze: Energia: 2229.86 kcal; Białko ogółem: 88.33 g; białko zwierzęce: 54.33 g; Tłuszcz: 74.49 g; Węglowodany ogółem: 326.17 g; Sód: 5617.36 mg; Potas: 4216.06 mg; Magnez: 310.78 mg; Wapń: 553.40 mg; Żelazo: 12.18 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2731.16 ug; Błonnik pokarmowy: 28.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.58 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.77 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.62 g; suma cukrów prostych: 74.91 g;		
poniedziałek 2024-10-21		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), szynkowa dębowa 40g , pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Twaróg 80g (MLEKO),	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), Sałata zielona 80g (GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), ogórki konserwowe 70g , Kielki 4g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2877.39 kcal; Białko ogółem: 132.60 g; białko zwierzęce: 87.41 g; Tłuszcz: 90.49 g; Węglowodany ogółem: 409.07 g; Sód: 1927.87 mg; Potas: 4981.80 mg; Magnez: 444.37 mg; Wapń: 528.19 mg; Żelazo: 14.33 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 894.48 ug; Błonnik pokarmowy: 30.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.15 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.89 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 61.48 g; suma cukrów prostych: 64.74 g;		
poniedziałek 2024-10-21		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), szynkowa dębowa 40g , pomidor 70g , Twaróg 80g (MLEKO), Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krem z białych warzyw z grzankami 400ml (MLEKO, GLUTEN), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), Marchew oprószana 120g(1) (GLUTEN), ziemniaki gotowane 200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Pasta mięsna 80g (SELER), Kielki 4g , pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2427.27 kcal; Białko ogółem: 119.65 g; białko zwierzęce: 89.20 g; Tłuszcz: 85.33 g; Węglowodany ogółem: 314.03 g; Sód: 2687.83 mg; Potas: 5089.32 mg; Magnez: 353.36 mg; Wapń: 530.01 mg; Żelazo: 10.81 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2860.04 ug; Błonnik pokarmowy: 21.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.22 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.13 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 57.64 g; suma cukrów prostych: 91.98 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-10-21		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynkowa dębowa 40g , pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Twaróg80g (MLEKO),	Żurek 400g(1,) (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), Sałata zielona 80g (GORCZYCA), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczerek: 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), Jajo gotowane 1 szt(3) (JAJ), Kielki 4g , ogórki konserwowe70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2309.91 kcal; Białko ogółem: 120.12 g; białko zwierzęce: 87.19 g; Tłuszcz: 75.24 g; Węglowodany ogółem: 311.05 g; Sód: 1879.95 mg; Potas: 4943.55 mg; Magnez: 416.21 mg; Wapń: 516.37 mg; Żelazo: 12.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1025.48 ug; Błonnik pokarmowy: 26.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.78 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.74 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 24.71 g; suma cukrów prostych: 64.87 g;		
poniedziałek 2024-10-21		
Dieta: PYSKOWICE -CUKRZYCOWA ZOL /MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), szynkowa dębowa 40g , Ser żółty40g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: kiwi 1szt. ,	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), Sałata zielona 80g (GORCZYCA), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczerek: Sok warzywny 200ml ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka gotowana40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kielki 4g , Jajko 1 szt (JAJ), ogórki konserwowe70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2402.00 kcal; Białko ogółem: 121.28 g; białko zwierzęce: 91.70 g; Tłuszcz: 90.21 g; Węglowodany ogółem: 293.83 g; Sód: 2170.60 mg; Potas: 5126.59 mg; Magnez: 360.19 mg; Wapń: 767.69 mg; Żelazo: 11.69 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1131.28 ug; Błonnik pokarmowy: 20.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.13 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.31 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.57 g; suma cukrów prostych: 62.83 g;		
poniedziałek 2024-10-21		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĆCA /ZOL DIETE PODSTAWOWA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), szynkowa dębowa 40g , Ser żółty40g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: kiwi 1szt. ,	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), Marchew oprószana 120g(1) (GLUTEN), Sałata zielona 80g (GORCZYCA), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczerek: Deser budyniowy1szt. ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka gotowana40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kielki 4g , Jajko 1 szt (JAJ), ogórki konserwowe70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2576.35 kcal; Białko ogółem: 122.37 g; białko zwierzęce: 91.70 g; Tłuszcz: 105.27 g; Węglowodany ogółem: 305.89 g; Sód: 2107.91 mg; Potas: 5221.21 mg; Magnez: 364.79 mg; Wapń: 788.30 mg; Żelazo: 11.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2823.48 ug; Błonnik pokarmowy: 22.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.58 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.13 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 69.18 g; suma cukrów prostych: 63.71 g;		

Dietetyk

.....