

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-10-22Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi400ml. (MLEKO), chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z pietruszką70g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa koperkowa400ml (GLUTEN, SELER), Zraz mielony100g (GLUTEN, JAJ), Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Surówka z marchwi i jabłka 120g (MLEKO), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kiełbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Papryka czerwona40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3287.71 kcal; Białko ogółem: 115.82 g; białko zwierzęce: 68.68 g; Tłuszcz: 120.44 g; Węglowodany ogółem: 470.61 g; Sód: 2997.34 mg; Potas: 5647.59 mg; Magnez: 475.33 mg; Wapń: 1110.93 mg; Żelazo: 14.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3313.26 ug; Błonnik pokarmowy: 38.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.67 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.55 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 46.68 g; suma cukrów prostych: 102.97 g;		
wtorek 2024-10-22Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi400ml.(7) (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z pietruszką70g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa koperkowa400ml (GLUTEN, SELER), pulpet gotowany100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Sałatka z jarzyn gotowanych 120g(9) (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Kiełbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Jabłko pieczone 150 , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2652.19 kcal; Białko ogółem: 102.50 g; białko zwierzęce: 69.23 g; Tłuszcz: 90.55 g; Węglowodany ogółem: 383.31 g; Sód: 3773.18 mg; Potas: 5488.61 mg; Magnez: 377.23 mg; Wapń: 1170.65 mg; Żelazo: 11.50 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2489.53 ug; Błonnik pokarmowy: 29.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.64 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.60 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.70 g; suma cukrów prostych: 122.33 g;		
wtorek 2024-10-22Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g(7) (MLEKO), Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z pietruszką70g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa koperkowa400ml (GLUTEN, SELER), Zraz mielony100g (GLUTEN, JAJ), Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Surówka z marchwi i jabłka 120g(7) (MLEKO), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Kiełbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Papryka czerwona40g , Herbata 250ml , Serek topiony 17,5g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2849.36 kcal; Białko ogółem: 102.39 g; białko zwierzęce: 65.83 g; Tłuszcz: 117.02 g; Węglowodany ogółem: 378.45 g; Sód: 2795.23 mg; Potas: 5338.74 mg; Magnez: 432.07 mg; Wapń: 1004.71 mg; Żelazo: 13.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3285.26 ug; Błonnik pokarmowy: 33.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.36 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.38 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 45.77 g; suma cukrów prostych: 94.51 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-10-22Dieta: PYSKOWICE -MATKI KARMIĄCE CUKRZYCOWE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi400ml.(7) (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z pietruszką70g (MLEKO), Szynka szkolna40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: banan 1szt ,	Zupa koperkowa400ml (GLUTEN, SELER), Zraz mielony100g (GLUTEN, JAJ), Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Surówka z marchwi i jabłka 120g (MLEKO), Brokuł z wody100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Kielbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Papryka czerwona40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3400.55 kcal; Białko ogółem: 119.73 g; białko zwierzęce: 77.52 g; Tłuszcz: 119.80 g; Węglowodany ogółem: 494.90 g; Sód: 3200.43 mg; Potas: 7952.68 mg; Magnez: 581.05 mg; Wapń: 1178.88 mg; Żelazo: 14.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3542.36 ug; Błonnik pokarmowy: 37.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.93 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.99 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 47.25 g; suma cukrów prostych: 162.39 g;		
wtorek 2024-10-22Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi400ml.(7) (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z pietruszką70g (MLEKO), Szynka szkolna40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: banan 1szt ,	Zupa koperkowa400ml (GLUTEN, SELER), Zraz mielony100g (GLUTEN, JAJ), Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), Surówka z marchwi i jabłka 120g (MLEKO), Brokuł z wody100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Kielbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Sałatka makaronowa z kielbasą i ogórkiem i kukurydzy150g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3760.85 kcal; Białko ogółem: 127.67 g; białko zwierzęce: 81.18 g; Tłuszcz: 131.12 g; Węglowodany ogółem: 529.65 g; Sód: 3358.63 mg; Potas: 7963.98 mg; Magnez: 594.75 mg; Wapń: 1158.88 mg; Żelazo: 15.76 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3258.76 ug; Błonnik pokarmowy: 38.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.85 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 21.42 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 53.41 g; suma cukrów prostych: 166.68 g;		
środa 2024-10-23Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (MLEKO, SELER), bitki w sosie(100g+80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Galaretka 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), polędwica sopocka 40 g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek zielony70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3356.57 kcal; Białko ogółem: 121.42 g; białko zwierzęce: 76.55 g; Tłuszcz: 95.08 g; Węglowodany ogółem: 491.21 g; Sód: 2336.51 mg; Potas: 3699.01 mg; Magnez: 396.05 mg; Wapń: 1279.50 mg; Żelazo: 12.75 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1343.12 ug; Błonnik pokarmowy: 32.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.72 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.87 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.04 g; suma cukrów prostych: 116.73 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-10-23Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Dżem 50g , Twaróg70g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (MLEKO, SELER), gulasz drobiowy(120g+80g) (GLUTEN), szpinak na gęsto100g(7) , Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), Sos po grecku 100g (GLUTEN, SELER), Kompot 200ml , Podwieczorek: Galaretka 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), polędwica sopocka 40 g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2804.18 kcal; Białko ogółem: 108.66 g; białko zwierzęce: 76.73 g; Tłuszcz: 84.98 g; Węglowodany ogółem: 403.51 g; Sód: 2796.50 mg; Potas: 3286.81 mg; Magnez: 317.32 mg; Wapń: 828.65 mg; Żelazo: 11.66 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2021.35 ug; Błonnik pokarmowy: 19.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.31 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.36 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.43 g; suma cukrów prostych: 131.24 g;		
środa 2024-10-23Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (MLEKO, SELER), bitki w sosie(100g+80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok buraczano -marchwiowy200ml (SELER),	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), polędwica sopocka 40 g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek zielony70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2646.79 kcal; Białko ogółem: 110.84 g; białko zwierzęce: 76.41 g; Tłuszcz: 93.68 g; Węglowodany ogółem: 319.63 g; Sód: 2219.55 mg; Potas: 3506.16 mg; Magnez: 358.09 mg; Wapń: 1234.68 mg; Żelazo: 10.77 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1350.12 ug; Błonnik pokarmowy: 27.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 89.01 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 26.85 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 73.80 g; suma cukrów prostych: 72.62 g;		
środa 2024-10-23Dieta: PYSKOWICE -MATKI KARMIĄCE CUKRZYCOWE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mandarynka (1szt.) ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (MLEKO, SELER), bitki w sosie(100g+80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), szpinak na gęsto100g(7) , surówka z kapusty białej100g (GORCZYCA), Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok buraczano -marchwiowy200ml (SELER),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , polędwica sopocka 40 g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2603.73 kcal; Białko ogółem: 109.67 g; białko zwierzęce: 76.39 g; Tłuszcz: 95.11 g; Węglowodany ogółem: 302.58 g; Sód: 2516.90 mg; Potas: 3612.34 mg; Magnez: 337.36 mg; Wapń: 1305.98 mg; Żelazo: 12.04 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2137.13 ug; Błonnik pokarmowy: 23.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 90.32 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 25.24 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 75.22 g; suma cukrów prostych: 80.77 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-10-23		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mandarynka (1szt.) ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (MLEKO, SELER), bitki w sosie(100g+80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), szpinak na gęsto100g(7) , surówka z kapusty białej100g (GORCZYCA), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Galaretka 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , polędwica sopocka 40 g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2944.31 kcal; Białko ogółem: 109.97 g; białko zwierzęce: 76.39 g; Tłuszcz: 94.71 g; Węglowodany ogółem: 393.08 g; Sód: 2519.11 mg; Potas: 3621.34 mg; Magnez: 342.36 mg; Wapń: 1328.98 mg; Żelazo: 12.34 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2130.13 ug; Błonnik pokarmowy: 23.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.63 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.21 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 40.06 g; suma cukrów prostych: 123.47 g;		
czwartek 2024-10-24		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka Wiejska40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), kielki7g , Pomidor60g , Jajko 1 szt (JAJ), Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grochówka 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, ROŚ, GORCZYCA), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), sałata zielona80g (GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasztet z blachy80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK, SOJA, GORCZYCA), Papryka czerwona60g , Mix sałat 10g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3088.71 kcal; Białko ogółem: 161.00 g; białko zwierzęce: 106.89 g; Tłuszcz: 100.10 g; Węglowodany ogółem: 431.70 g; Sód: 2117.59 mg; Potas: 5832.57 mg; Magnez: 544.18 mg; Wapń: 885.94 mg; Żelazo: 18.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2016.69 ug; Błonnik pokarmowy: 38.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.86 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.32 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.18 g; suma cukrów prostych: 88.09 g;		
czwartek 2024-10-24		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka Wiejska40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), kielki7g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	rosół z lanym ciastem400ml(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), buraki120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Serek naturalny 1szt. , Mix sałat 10g , Pomidor60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2551.22 kcal; Białko ogółem: 142.93 g; białko zwierzęce: 107.85 g; Tłuszcz: 103.92 g; Węglowodany ogółem: 343.17 g; Sód: 1779.96 mg; Potas: 4728.71 mg; Magnez: 351.86 mg; Wapń: 869.71 mg; Żelazo: 12.94 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1270.34 ug; Błonnik pokarmowy: 20.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 55.99 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.37 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.19 g; suma cukrów prostych: 102.47 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-10-24		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), kielki7g , Pomidor60g , Szynka Wiejska40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Jajko 1 szt (JAJ),	Zupa grochówka 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, ROŚ, GORCZYCA), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), buraki120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek do chleba 1szt. (MLEKO),	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), pasztet z blachy80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , Papryka czerwona60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2999.24 kcal; Białko ogółem: 141.71 g; białko zwierzęce: 91.78 g; Tłuszcz: 124.79 g; Węglowodany ogółem: 376.04 g; Sód: 2115.26 mg; Potas: 6277.03 mg; Magnez: 548.20 mg; Wapń: 873.10 mg; Żelazo: 19.93 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2282.19 ug; Błonnik pokarmowy: 39.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 57.51 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.59 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.35 g; suma cukrów prostych: 85.69 g;		
czwartek 2024-10-24		
Dieta: PYSKOWICE -MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka Wiejska40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), kielki7g , Pomidor60g , Jajko 1 szt (JAJ), Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	rosół z lanym ciastem400ml(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), buraki120g , Sałata zielona 80g (GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek do chleba 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), pasztet z blachy80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK, SOJA, GORCZYCA), Kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , Papryka czerwona60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3341.45 kcal; Białko ogółem: 152.52 g; białko zwierzęce: 114.93 g; Tłuszcz: 148.60 g; Węglowodany ogółem: 371.35 g; Sód: 2794.03 mg; Potas: 5282.84 mg; Magnez: 391.29 mg; Wapń: 844.70 mg; Żelazo: 18.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2432.09 ug; Błonnik pokarmowy: 24.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 66.11 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.45 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 55.55 g; suma cukrów prostych: 110.73 g;		
czwartek 2024-10-24		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĆCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka Wiejska40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), kielki7g , Pomidor60g , Jajko 1 szt (JAJ), Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	rosół z lanym ciastem400ml(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), buraki120g , Sałata zielona 80g (GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), pasztet z blachy80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK, SOJA, GORCZYCA), Kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , Papryka czerwona60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3200.95 kcal; Białko ogółem: 167.52 g; białko zwierzęce: 129.93 g; Tłuszcz: 117.80 g; Węglowodany ogółem: 388.90 g; Sód: 2758.03 mg; Potas: 5369.84 mg; Magnez: 395.29 mg; Wapń: 917.20 mg; Żelazo: 18.12 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2122.59 ug; Błonnik pokarmowy: 24.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.85 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.02 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 48.19 g; suma cukrów prostych: 127.98 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-10-25Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajecznic(2szt.) (JAJ), Rukola13g , Jabłko 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), Śledzie w śmietanie 180g (MLEKO, RYB), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Wafelek 42g(1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3830.23 kcal; Białko ogółem: 139.39 g; białko zwierzęce: 95.87 g; Tłuszcz: 170.28 g; Węglowodany ogółem: 462.03 g; Sód: 3356.49 mg; Potas: 3914.38 mg; Magnez: 402.52 mg; Wapń: 1419.63 mg; Żelazo: 16.19 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1603.84 ug; Błonnik pokarmowy: 29.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 55.74 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 27.33 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 66.38 g; suma cukrów prostych: 122.96 g;		
piątek 2024-10-25Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g(7) (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), miód1szt. , Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), rukola 6g , Jabłko pieczone 150 , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), ryba gotowana100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), Sos po grecku 100g(9,7,1) (GLUTEN, SELER), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g(9) (SELER), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Wafelek 42g(1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem70g(7) (MLEKO), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3030.02 kcal; Białko ogółem: 98.95 g; białko zwierzęce: 64.22 g; Tłuszcz: 113.95 g; Węglowodany ogółem: 425.87 g; Sód: 1254.69 mg; Potas: 4433.52 mg; Magnez: 311.56 mg; Wapń: 982.84 mg; Żelazo: 9.50 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2553.98 ug; Błonnik pokarmowy: 26.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.48 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.63 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 45.21 g; suma cukrów prostych: 141.81 g;		
piątek 2024-10-25Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g(7) (MLEKO), Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Jajecznic(2szt.) (JAJ), Rukola13g , Jabłko 60g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), Śledzie w śmietanie 180g (MLEKO, RYB), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Owsianka 100g szt. ,	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem70g(7) (MLEKO), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2874.28 kcal; Białko ogółem: 120.89 g; białko zwierzęce: 90.96 g; Tłuszcz: 131.03 g; Węglowodany ogółem: 326.21 g; Sód: 3163.14 mg; Potas: 3865.60 mg; Magnez: 351.29 mg; Wapń: 937.54 mg; Żelazo: 14.19 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1545.19 ug; Błonnik pokarmowy: 24.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.66 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 23.77 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 49.54 g; suma cukrów prostych: 89.64 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-10-25Dieta: PYSKOWICE -MATKI KARMIĄCE CUKRZYCOWE		
Zupa mleczna z ryżem 400g(7) (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Jajecznica(2szt.) (JAJ), Rukola13g , Jabłko 60g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mandarynka (1szt.) ,	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), Paluszki rybne (GLUTEN, JAJ), surówka z kapusty pekińskiej100g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g(9) (SELER), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Owsianka 100g szt. ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem70g(7) (MLEKO), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej70g , Ser żółty40g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2750.62 kcal; Białko ogółem: 103.36 g; białko zwierzęce: 69.86 g; Tłuszcz: 120.35 g; Węglowodany ogółem: 337.56 g; Sód: 1864.28 mg; Potas: 4329.16 mg; Magnez: 326.81 mg; Wapń: 1241.98 mg; Żelazo: 13.88 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3416.88 ug; Błonnik pokarmowy: 30.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.54 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 20.69 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 48.81 g; suma cukrów prostych: 90.06 g;		
piątek 2024-10-25Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
Zupa mleczna z ryżem 400g(7) (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Jajecznica(2szt.) (JAJ), Rukola13g , Jabłko 60g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mandarynka (1szt.) ,	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), Paluszki rybne (GLUTEN, JAJ), surówka z kapusty pekińskiej100g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g(9) (SELER), ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Wafelek 42g(1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem70g(7) (MLEKO), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej70g , Ser żółty40g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3255.62 kcal; Białko ogółem: 110.86 g; białko zwierzęce: 73.86 g; Tłuszcz: 147.65 g; Węglowodany ogółem: 394.96 g; Sód: 1782.28 mg; Potas: 4232.16 mg; Magnez: 336.81 mg; Wapń: 1319.98 mg; Żelazo: 14.18 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3378.88 ug; Błonnik pokarmowy: 30.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.52 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 23.58 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 62.04 g; suma cukrów prostych: 124.16 g;		
sobota 2024-10-26Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Połędwica premium40g , ogórek kiszony 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 160g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynka gotowana40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Mix sałat 13g , Pomidorki "koktailowe" (ok.40g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2695.07 kcal; Białko ogółem: 91.27 g; białko zwierzęce: 47.51 g; Tłuszcz: 87.33 g; Węglowodany ogółem: 417.29 g; Sód: 1859.69 mg; Potas: 4845.16 mg; Magnez: 403.83 mg; Wapń: 511.85 mg; Żelazo: 12.54 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2703.21 ug; Błonnik pokarmowy: 35.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.39 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.84 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.68 g; suma cukrów prostych: 76.99 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-10-26 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Pol.drobiowa miodowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 160g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g(1) (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka gotowana40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Mix sałat 13g , Pomidorki "koktailowe" (ok.40g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2091.45 kcal; Białko ogółem: 80.13 g; białko zwierzęce: 51.72 g; Tłuszcz: 70.79 g; Węglowodany ogółem: 302.36 g; Sód: 1404.08 mg; Potas: 4431.90 mg; Magnez: 282.17 mg; Wapń: 461.97 mg; Żelazo: 8.61 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2773.44 ug; Błonnik pokarmowy: 22.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.96 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.92 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.80 g; suma cukrów prostych: 71.98 g;		
sobota 2024-10-26 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Pol.drobiowa miodowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek kiszony 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 160g (GLUTEN, SELER), Sałatka wielowarzywna 120g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka gotowana40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Mix sałat 13g , Serek topiony 17,5g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2185.04 kcal; Białko ogółem: 80.63 g; białko zwierzęce: 48.73 g; Tłuszcz: 76.07 g; Węglowodany ogółem: 318.45 g; Sód: 1563.42 mg; Potas: 4389.71 mg; Magnez: 355.50 mg; Wapń: 452.63 mg; Żelazo: 10.05 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 836.21 ug; Błonnik pokarmowy: 27.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.33 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.94 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.49 g; suma cukrów prostych: 72.43 g;		
sobota 2024-10-26 Dieta: PYSKOWICE -MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Pol.drobiowa miodowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Paszter drobiowy "Dropi - nie zawiera glutenu" (GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 160g (GLUTEN, SELER), Sałatka wielowarzywna 120g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka gotowana40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Mix sałat 13g , Serek topiony 17,5g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2268.27 kcal; Białko ogółem: 89.05 g; białko zwierzęce: 61.22 g; Tłuszcz: 88.53 g; Węglowodany ogółem: 294.45 g; Sód: 1456.32 mg; Potas: 4455.60 mg; Magnez: 295.59 mg; Wapń: 637.41 mg; Żelazo: 9.62 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1601.25 ug; Błonnik pokarmowy: 18.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.92 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.54 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.52 g; suma cukrów prostych: 74.64 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-10-26Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Pol.drobiowa miodowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek do chleba 1szt. (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 160g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g(1) (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynka gotowana40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Mix sałat 13g , Serek topiony 17,5g (MLEKO), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2530.45 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; białko zwierzęce: 66.22 g; Tłuszcz: 109.89 g; Węglowodany ogółem: 310.96 g; Sód: 1563.08 mg; Potas: 4697.90 mg; Magnez: 307.17 mg; Wapń: 686.97 mg; Żelazo: 8.91 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3151.44 ug; Błonnik pokarmowy: 22.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 59.19 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.62 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.86 g; suma cukrów prostych: 79.68 g;		
niedziela 2024-10-27Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Nowojorskie 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Musztarda 20g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka pieczone 150g,sos pieczeniowy (2szt.) (GLUTEN), Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , ciastka kruche30g (MLEKO, GLUTEN), Podwieczorek: Przecier warzywno - owocowy ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynkowa dębowa 40g , Sałatka z ;sałaty lodowej i rzodkiewki70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2490.50 kcal; Białko ogółem: 76.16 g; białko zwierzęce: 30.30 g; Tłuszcz: 79.73 g; Węglowodany ogółem: 394.72 g; Sód: 5072.93 mg; Potas: 3812.81 mg; Magnez: 390.36 mg; Wapń: 548.03 mg; Żelazo: 12.38 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 720.08 ug; Błonnik pokarmowy: 32.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.50 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.69 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.26 g; suma cukrów prostych: 75.73 g;		
niedziela 2024-10-27Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Parówki drobiowe Nowojorskie 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g,sos(2szt.) (GLUTEN, SELER), Sałatka z jarzyn gotowanych 120g(9) (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , ciastka kruche30g (MLEKO, GLUTEN), Podwieczorek: Przecier warzywno - owocowy ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Twaróg80g (MLEKO), Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2047.54 kcal; Białko ogółem: 65.37 g; białko zwierzęce: 36.80 g; Tłuszcz: 81.59 g; Węglowodany ogółem: 282.06 g; Sód: 4436.01 mg; Potas: 3284.20 mg; Magnez: 248.87 mg; Wapń: 515.74 mg; Żelazo: 8.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2252.90 ug; Błonnik pokarmowy: 22.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.89 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.62 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.77 g; suma cukrów prostych: 75.65 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-10-27		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Parówki drobiowe Nowojorskie 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g,sos(2szt.) (GLUTEN, SELER), Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynkowa dębowa 40g , Sałatka z: pomidora i sałaty lodowej70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2134.09 kcal; Białko ogółem: 65.09 g; białko zwierzęce: 30.08 g; Tłuszcz: 87.71 g; Węglowodany ogółem: 298.95 g; Sód: 4963.44 mg; Potas: 3883.32 mg; Magnez: 349.55 mg; Wapń: 524.33 mg; Żelazo: 10.91 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1011.68 ug; Błonnik pokarmowy: 29.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.04 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.26 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.79 g; suma cukrów prostych: 62.48 g;		
niedziela 2024-10-27		
Dieta: PYSKOWICE -MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Parówki drobiowe Nowojorskie 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: banan 1szt ,	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g,sos(2szt.) (GLUTEN, SELER), Sałatka z jarzyn gotowanych 120g(9) (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynkowa dębowa 40g , Jajko 1 szt (JAJ), Sałatka z ;sałaty lodowej i rzodkiewki70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2594.83 kcal; Białko ogółem: 85.79 g; białko zwierzęce: 46.86 g; Tłuszcz: 77.35 g; Węglowodany ogółem: 422.71 g; Sód: 5178.59 mg; Potas: 6600.76 mg; Magnez: 507.63 mg; Wapń: 809.00 mg; Żelazo: 14.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2675.28 ug; Błonnik pokarmowy: 38.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.38 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.96 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.11 g; suma cukrów prostych: 134.80 g;		
niedziela 2024-10-27		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĆCA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Parówki Nowojorskie100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: banan 1szt ,	Zupa rosół z makaronem 400g(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g,sos(2szt.) (GLUTEN, SELER), Sałatka z jarzyn gotowanych 120g(9) (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Kompot 200ml , ciastka kruche30g (MLEKO, GLUTEN), Podwieczorek: Przecier warzywno - owocowy ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), szynkowa dębowa 40g , Jajko 1 szt (JAJ), Sałatka z ;sałaty lodowej i rzodkiewki70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2722.78 kcal; Białko ogółem: 87.95 g; białko zwierzęce: 49.04 g; Tłuszcz: 83.86 g; Węglowodany ogółem: 435.48 g; Sód: 5075.53 mg; Potas: 6444.54 mg; Magnez: 499.37 mg; Wapń: 803.26 mg; Żelazo: 14.40 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2528.60 ug; Błonnik pokarmowy: 37.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.82 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.43 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.08 g; suma cukrów prostych: 144.92 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-10-28Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem -muszelki 400ml (MLEKO), chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka konserwowa 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), papryka czerwona70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Ziemniaki gotowane 200g , Sałatka z białej kapusty 120g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Pasta z jajka i twarogu80g (GORCZYCA), Sałatka z rukoli i pomidora70g , Połędwica premium40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3319.91 kcal; Białko ogółem: 123.33 g; białko zwierzęce: 72.34 g; Tłuszcz: 115.97 g; Węglowodany ogółem: 432.94 g; Sód: 2271.57 mg; Potas: 5850.12 mg; Magnez: 473.81 mg; Wapń: 933.25 mg; Żelazo: 14.74 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1145.97 ug; Błonnik pokarmowy: 36.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.39 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 22.20 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 58.07 g; suma cukrów prostych: 79.11 g;		
poniedziałek 2024-10-28Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem -muszelki 400ml (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Serek waniliowy 1szt. (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	rosół z lanym ciastem400ml(1,3,9) (GLUTEN, JAJ, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Ziemniaki gotowane 200g , szpinak na gęsto120g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Połędwica premium40g , Sałatka z rukoli i pomidora70g , Pasta z jajka i twarogu80g (GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2940.46 kcal; Białko ogółem: 133.43 g; białko zwierzęce: 95.85 g; Tłuszcz: 103.63 g; Węglowodany ogółem: 338.56 g; Sód: 1971.51 mg; Potas: 4357.36 mg; Magnez: 354.03 mg; Wapń: 978.94 mg; Żelazo: 13.86 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1934.22 ug; Błonnik pokarmowy: 18.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.93 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.57 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 51.36 g; suma cukrów prostych: 93.66 g;		
poniedziałek 2024-10-28Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem -muszelki 400ml (MLEKO), Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Szynka konserwowa 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), papryka czerwona70g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Sałatka z białej kapusty 120g , ziemniaki gotowane200g. , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Pasta z jajka i twarogu80g (GORCZYCA), Sałatka z rukoli i pomidora70g , Połędwica premium40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2933.03 kcal; Białko ogółem: 113.64 g; białko zwierzęce: 72.89 g; Tłuszcz: 112.68 g; Węglowodany ogółem: 349.86 g; Sód: 2169.65 mg; Potas: 5687.27 mg; Magnez: 442.85 mg; Wapń: 947.43 mg; Żelazo: 12.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1114.97 ug; Błonnik pokarmowy: 31.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.73 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 20.43 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 57.17 g; suma cukrów prostych: 75.90 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-10-28 Dieta: PYSKOWICE -MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
zupa mleczna z makaronem -muszelki 400ml (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), rogal (GLUTEN, JAJ), Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), pomidor 70g , Szynka konserwowa 30g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Kiwi 1szt. ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Ziemniaki gotowane 200g , pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), szpinak na gęsto120g , sałatka z białej kapusty100g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Pasta z jajka i twarogu80g (GORCZYCA), Sałatka z rukoli i pomidora70g , Polędwica premium40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3089.35 kcal; Białko ogółem: 122.93 g; białko zwierzęce: 75.00 g; Tłuszcz: 120.60 g; Węglowodany ogółem: 403.71 g; Sód: 3243.26 mg; Potas: 6299.61 mg; Magnez: 476.23 mg; Wapń: 1256.37 mg; Żelazo: 15.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1906.57 ug; Błonnik pokarmowy: 30.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.31 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 20.91 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 60.69 g; suma cukrów prostych: 89.94 g;		
poniedziałek 2024-10-28 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĆCA		
zupa mleczna z makaronem -muszelki 400ml (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), rogal (GLUTEN, JAJ), Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), pomidor 70g , Szynka beskidzka 30g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Kiwi 1szt. ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Ziemniaki gotowane 200g , pieczeń w sosie(100g +80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), szpinak na gęsto120g , sałatka z białej kapusty100g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Pasta z jajka i twarogu80g (GORCZYCA), Sałatka z rukoli i pomidora70g , Polędwica premium40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3082.20 kcal; Białko ogółem: 121.59 g; białko zwierzęce: 73.55 g; Tłuszcz: 119.64 g; Węglowodany ogółem: 405.71 g; Sód: 3185.96 mg; Potas: 6263.41 mg; Magnez: 472.73 mg; Wapń: 1219.97 mg; Żelazo: 15.88 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1908.52 ug; Błonnik pokarmowy: 30.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.87 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 20.82 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 60.31 g; suma cukrów prostych: 91.74 g;		
wtorek 2024-10-29 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Polędwica premium40g , Jajko 1 szt (JAJ), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Ogórek kiszony40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pulpet gotowany100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), buraki 150g , Ryż brązowy na sypko200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko pieczone 150 ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z pietruszką70g (MLEKO), Kielbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3331.49 kcal; Białko ogółem: 129.35 g; białko zwierzęce: 78.29 g; Tłuszcz: 108.64 g; Węglowodany ogółem: 497.67 g; Sód: 5048.46 mg; Potas: 5110.97 mg; Magnez: 545.16 mg; Wapń: 957.75 mg; Żelazo: 21.24 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1685.89 ug; Błonnik pokarmowy: 43.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.75 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.56 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.29 g; suma cukrów prostych: 121.61 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-10-29Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Połędwica premium40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Ogórek kiszony40g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g(1,7,9) (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pulpet gotowany100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), buraki 150g , Ryż brązowy na sypko200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko pieczone 150 ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z pietruszką70g (MLEKO), Kiełbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2682.18 kcal; Białko ogółem: 102.87 g; białko zwierzęce: 66.37 g; Tłuszcz: 93.34 g; Węglowodany ogółem: 384.52 g; Sód: 4724.15 mg; Potas: 4497.86 mg; Magnez: 413.08 mg; Wapń: 856.30 mg; Żelazo: 15.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1427.94 ug; Błonnik pokarmowy: 29.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.29 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.12 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.50 g; suma cukrów prostych: 119.34 g;		
wtorek 2024-10-29Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Połędwica premium40g , Jajko 1 szt (JAJ), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Ogórek kiszony40g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g(1,7,9) (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pulpet gotowany100g (GLUTEN, JAJ, SELER), buraki 150g , Ryż brązowy na sypko200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko pieczone 150 ,	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z pietruszką70g (MLEKO), Kiełbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2870.94 kcal; Białko ogółem: 117.67 g; białko zwierzęce: 78.64 g; Tłuszcz: 102.66 g; Węglowodany ogółem: 403.87 g; Sód: 4184.61 mg; Potas: 4751.80 mg; Magnez: 494.65 mg; Wapń: 914.30 mg; Żelazo: 19.17 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1547.79 ug; Błonnik pokarmowy: 37.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.62 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.51 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.70 g; suma cukrów prostych: 117.61 g;		
wtorek 2024-10-29Dieta: PYSKOWICE -MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Połędwica premium40g , Jajko 1 szt (JAJ), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Ogórek kiszony40g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: serek wiejski 1szt. ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pulpet gotowany100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Ryż brązowy na sypko200g , Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), buraki 150g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko pieczone 150 ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z pietruszką70g (MLEKO), Kiełbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2875.18 kcal; Białko ogółem: 115.77 g; białko zwierzęce: 78.87 g; Tłuszcz: 103.24 g; Węglowodany ogółem: 398.72 g; Sód: 4866.15 mg; Potas: 4850.86 mg; Magnez: 440.08 mg; Wapń: 920.30 mg; Żelazo: 17.91 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1706.94 ug; Błonnik pokarmowy: 31.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.31 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.00 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.86 g; suma cukrów prostych: 127.14 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-10-29Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
zupa mleczna z kaszą manną 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Połędwica premium40g , Jajko 1 szt (JAJ), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Ogórek kiszony40g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Deser budyniowy1szt. ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pulpet gotowany100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Ryż brązowy na sypko200g , Sos pomidorowy 100g (MLEKO, GLUTEN), buraki 150g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko pieczone 150 ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z pietruszką70g (MLEKO), Kielbasa szynkowa40g , pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2897.18 kcal; Białko ogółem: 120.42 g; białko zwierzęce: 83.87 g; Tłuszcz: 109.24 g; Węglowodany ogółem: 385.47 g; Sód: 4634.15 mg; Potas: 4720.36 mg; Magnez: 431.08 mg; Wapń: 911.80 mg; Żelazo: 17.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1696.94 ug; Błonnik pokarmowy: 30.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.46 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.27 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 72.08 g; suma cukrów prostych: 119.44 g;		
środa 2024-10-30Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty40g (MLEKO), Rzodkiewka.40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), marchewka oprószana150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kiwi 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3015.59 kcal; Białko ogółem: 140.59 g; białko zwierzęce: 96.20 g; Tłuszcz: 94.72 g; Węglowodany ogółem: 420.46 g; Sód: 2376.29 mg; Potas: 5452.66 mg; Magnez: 502.96 mg; Wapń: 1060.16 mg; Żelazo: 14.34 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3059.59 ug; Błonnik pokarmowy: 37.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.10 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.40 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.44 g; suma cukrów prostych: 73.19 g;		
środa 2024-10-30Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g , Twaróg70g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka.40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), marchewka oprószana150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kiwi 1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pomidor 70g , Kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2467.09 kcal; Białko ogółem: 127.34 g; białko zwierzęce: 99.03 g; Tłuszcz: 80.44 g; Węglowodany ogółem: 316.21 g; Sód: 2020.38 mg; Potas: 4999.71 mg; Magnez: 373.14 mg; Wapń: 746.97 mg; Żelazo: 10.51 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2984.79 ug; Błonnik pokarmowy: 23.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.69 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.32 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.18 g; suma cukrów prostych: 90.43 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-10-30		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka.40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), Fasolka szparagowa z bułką tartą na maśle 120g (GLUTEN, ROŚ), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kiwi 1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2471.63 kcal; Białko ogółem: 130.22 g; białko zwierzęce: 99.77 g; Tłuszcz: 89.73 g; Węglowodany ogółem: 298.59 g; Sód: 2128.95 mg; Potas: 5037.69 mg; Magnez: 431.69 mg; Wapń: 1163.36 mg; Żelazo: 11.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1027.94 ug; Błonnik pokarmowy: 28.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.62 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.86 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.39 g; suma cukrów prostych: 67.80 g;		
środa 2024-10-30		
Dieta: PYSKOWICE -MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka.40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), Kotlet drobiowy 120g (GLUTEN, JAJ), Fasolka szparagowa z bułką tartą na maśle 120g (GLUTEN, ROŚ), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: kiwi 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2764.76 kcal; Białko ogółem: 128.65 g; białko zwierzęce: 94.67 g; Tłuszcz: 106.36 g; Węglowodany ogółem: 334.60 g; Sód: 2020.30 mg; Potas: 5007.58 mg; Magnez: 406.60 mg; Wapń: 1332.64 mg; Żelazo: 12.25 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1045.08 ug; Błonnik pokarmowy: 26.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.80 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.90 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 41.86 g; suma cukrów prostych: 73.87 g;		
środa 2024-10-30		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĆCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Twaróg70g (MLEKO), Dżem 50g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka.40g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), Kotlet drobiowy 120g (GLUTEN, JAJ), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: kiwi 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pasta rybna z dorsza i łososia80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2780.32 kcal; Białko ogółem: 125.91 g; białko zwierzęce: 93.19 g; Tłuszcz: 97.72 g; Węglowodany ogółem: 359.88 g; Sód: 1870.33 mg; Potas: 5055.85 mg; Magnez: 389.35 mg; Wapń: 889.90 mg; Żelazo: 11.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2693.73 ug; Błonnik pokarmowy: 26.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.36 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.07 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.15 g; suma cukrów prostych: 97.96 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-10-31Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 70g (MLEKO), Żywiecka40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Jabłko 60g ,	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 160g (GLUTEN, SELER), Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Mandarynka (1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Filet zapiekany-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek zielony70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2701.37 kcal; Białko ogółem: 113.18 g; białko zwierzęce: 73.04 g; Tłuszcz: 86.54 g; Węglowodany ogółem: 397.78 g; Sód: 2019.01 mg; Potas: 4281.64 mg; Magnez: 397.96 mg; Wapń: 896.45 mg; Żelazo: 12.46 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 677.31 ug; Błonnik pokarmowy: 34.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.93 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.52 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.67 g; suma cukrów prostych: 89.78 g;		
czwartek 2024-10-31Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Twaróg70g (MLEKO), Żywiecka40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g , Jabłko pieczone 150 , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 160g (GLUTEN, SELER), Buraki 150g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Mandarynka (1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2320.08 kcal; Białko ogółem: 96.70 g; białko zwierzęce: 69.07 g; Tłuszcz: 73.49 g; Węglowodany ogółem: 336.90 g; Sód: 1742.72 mg; Potas: 3569.09 mg; Magnez: 274.78 mg; Wapń: 719.88 mg; Żelazo: 9.26 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 924.95 ug; Błonnik pokarmowy: 22.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.82 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.70 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.92 g; suma cukrów prostych: 104.71 g;		
czwartek 2024-10-31Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 70g (MLEKO), Żywiecka40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g , Jabłko 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 160g (GLUTEN, SELER), Sałatka z kapusty czerwonej 120g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Mandarynka (1szt.) ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet zapiekany-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), ogórek zielony70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2548.33 kcal; Białko ogółem: 108.96 g; białko zwierzęce: 72.99 g; Tłuszcz: 87.00 g; Węglowodany ogółem: 362.79 g; Sód: 2012.16 mg; Potas: 4252.70 mg; Magnez: 399.72 mg; Wapń: 892.41 mg; Żelazo: 12.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 677.31 ug; Błonnik pokarmowy: 34.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.89 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.87 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.75 g; suma cukrów prostych: 89.37 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-10-31Dieta: PYSKOWICE -MATKI KARMIĄCE CUKRZYCOWE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 70g (MLEKO), Żywiecka40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g , Jabłko 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Sok warzywny 200ml ,	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 160g (GLUTEN, SELER), Brokuł z wody100g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Mandarynka (1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Filet zapiekany-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2347.43 kcal; Białko ogółem: 105.05 g; białko zwierzęce: 72.97 g; Tłuszcz: 78.16 g; Węglowodany ogółem: 327.41 g; Sód: 2035.59 mg; Potas: 4093.59 mg; Magnez: 321.90 mg; Wapń: 824.36 mg; Żelazo: 10.58 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1082.71 ug; Błonnik pokarmowy: 24.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.38 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.80 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.61 g; suma cukrów prostych: 88.08 g;		
czwartek 2024-10-31Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 70g (MLEKO), Żywiecka40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g , Jabłko 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Wafelek 42g(1szt.) ,	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 160g (GLUTEN, SELER), Brokuł z wody100g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Mandarynka (1szt.) ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Filet zapiekany-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2841.43 kcal; Białko ogółem: 112.35 g; białko zwierzęce: 76.97 g; Tłuszcz: 105.36 g; Węglowodany ogółem: 382.41 g; Sód: 1996.59 mg; Potas: 4066.59 mg; Magnez: 328.90 mg; Wapń: 894.36 mg; Żelazo: 10.88 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 976.71 ug; Błonnik pokarmowy: 24.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.36 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.68 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.84 g; suma cukrów prostych: 119.98 g;		

Dietetyk

.....