

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
poniedziałek 2024-11-11 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Dżem porcja 1szt. 25g , Polędwica premium40g , pomidor 70g , kiełki7g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), gulasz drobiowy(120g+80g) (GLUTEN), Sałatka colesław150g , Makaron razowy świderk 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), Kiełbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g , Ogórek kiszony60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2979.87 kcal; Białko ogółem: 119.70 g; białko zwierzęce: 77.10 g; Tłuszcz: 96.12 g; Węglowodany ogółem: 434.39 g; Sód: 3809.70 mg; Potas: 4151.73 mg; Magnez: 428.40 mg; Wapń: 740.51 mg; Żelazo: 15.16 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 846.88 ug; Błonnik pokarmowy: 29.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.72 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.83 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.70 g; suma cukrów prostych: 116.41 g;		
poniedziałek 2024-11-11 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Polędwica premium40g , pomidor 70g , dżem 2szt. , kiełki7g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), gulasz drobiowy(120g+80g) (GLUTEN), marchewka oprószana150g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Kiełbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g , Pomidor60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2353.29 kcal; Białko ogółem: 91.22 g; białko zwierzęce: 60.96 g; Tłuszcz: 81.18 g; Węglowodany ogółem: 336.41 g; Sód: 2975.24 mg; Potas: 5144.84 mg; Magnez: 350.97 mg; Wapń: 665.53 mg; Żelazo: 10.93 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3169.28 ug; Błonnik pokarmowy: 24.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.69 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.95 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.50 g; suma cukrów prostych: 99.02 g;		
poniedziałek 2024-11-11 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH 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), Polędwica premium30g , Pomidor60g , Serek topiony 17,5g (MLEKO), kiełki7g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Żurek 400g(1,) (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), gulasz drobiowy(120g+80g) (GLUTEN), sałatka colesław100g , Makaron razowy świderk 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kiwi 1szt. ,	chleb krojony mały70g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g(1,3,7,8) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Jajko 1 szt (JAJ), Kiełbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g , Herbata 250ml , Ogórek kiszony60g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2725.97 kcal; Białko ogółem: 115.22 g; białko zwierzęce: 77.16 g; Tłuszcz: 98.05 g; Węglowodany ogółem: 370.45 g; Sód: 3624.26 mg; Potas: 4177.30 mg; Magnez: 421.82 mg; Wapń: 801.19 mg; Żelazo: 14.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 859.93 ug; Błonnik pokarmowy: 27.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.41 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.47 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.26 g; suma cukrów prostych: 87.69 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-11-11 Dieta: PYSKOWICE -MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Połędwica premium30g , Serek topiony 17,5g (MLEKO), pomidor 70g , kiełki7g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	zupa jarzynowa 400ml -bez brokuła ,fasolki (MLEKO, GLUTEN, SELER), gulasz drobiowy(80g+80g)(1,7) (GLUTEN), marchewka oprószana150g (GLUTEN), Makaron razowy świderk 200g , sałatka colesław100g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kiwi 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Kielbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Mix sałat 13g , Herbata 250ml , Ogórek kiszony60g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2755.10 kcal; Białko ogółem: 117.69 g; białko zwierzęce: 82.30 g; Tłuszcz: 103.80 g; Węglowodany ogółem: 358.93 g; Sód: 2668.57 mg; Potas: 4333.85 mg; Magnez: 354.46 mg; Wapń: 1060.08 mg; Żelazo: 13.16 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3399.14 ug; Błonnik pokarmowy: 24.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.50 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.93 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.09 g; suma cukrów prostych: 96.94 g;		
poniedziałek 2024-11-11 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĆCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g(1,7) (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt(1,3,7) (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Połędwica premium30g , pomidor 70g , dżem 2szt. , kiełki7g , Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	zupa jarzynowa 400ml -bez brokuła ,fasolki (MLEKO, GLUTEN, SELER), gulasz drobiowy(80g+80g)(1,7) (GLUTEN), marchewka oprószana150g (GLUTEN), Makaron razowy świderk 200g , sałatka colesław100g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	Chleb krojony mały 130g(1,3,7) (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Kielbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Mix sałat 13g , Herbata 250ml , Ogórek kiszony60g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2759.76 kcal; Białko ogółem: 112.32 g; białko zwierzęce: 77.57 g; Tłuszcz: 95.14 g; Węglowodany ogółem: 383.55 g; Sód: 2372.13 mg; Potas: 4088.00 mg; Magnez: 335.53 mg; Wapń: 913.31 mg; Żelazo: 12.83 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3341.54 ug; Błonnik pokarmowy: 23.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.44 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.51 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.21 g; suma cukrów prostych: 124.49 g;		
wtorek 2024-11-12 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi400ml. (MLEKO), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem70g (MLEKO), Szynka Wiejska40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona13g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Papryka czerwona60g ,	Zupa grochówka 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, ROŚ, GORCZYCA), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), buraki 150g , ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Schabowa kanapkowa40g , Sałatka z pomidora i rukoli70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3403.41 kcal; Białko ogółem: 158.84 g; białko zwierzęce: 96.45 g; Tłuszcz: 75.57 g; Węglowodany ogółem: 578.43 g; Sód: 2097.35 mg; Potas: 8922.00 mg; Magnez: 744.64 mg; Wapń: 999.50 mg; Żelazo: 21.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1189.74 ug; Błonnik pokarmowy: 51.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.23 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.94 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 24.36 g; suma cukrów prostych: 159.51 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-11-12 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400ml.(7) (MLEKO), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), Szyzka Wiejska 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona 13g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Pomidor 60g,	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), buraki 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Schabowa kanapkowa 40g, Sałatka z pomidora i rukoli 70g, Wek krojony 50g (GLUTEN), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2709.35 kcal; Białko ogółem: 128.71 g; białko zwierzęce: 95.36 g; Tłuszcz: 67.36 g; Węglowodany ogółem: 420.62 g; Sód: 1810.19 mg; Potas: 7113.94 mg; Magnez: 520.65 mg; Wapń: 906.30 mg; Żelazo: 14.20 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 886.94 ug; Błonnik pokarmowy: 29.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.16 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.59 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.00 g; suma cukrów prostych: 155.45 g;		
wtorek 2024-11-12 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g(7) (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), Szyzka Wiejska 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona 13g, Papryka czerwona 60g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grochówka 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, ROŚ, GORCZYCA), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g, buraki 150g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g(7) (MLEKO), Schabowa kanapkowa 40g, Sałatka z pomidora i rukoli 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3048.26 kcal; Białko ogółem: 147.21 g; białko zwierzęce: 92.90 g; Tłuszcz: 71.10 g; Węglowodany ogółem: 509.47 g; Sód: 1869.24 mg; Potas: 8656.55 mg; Magnez: 712.98 mg; Wapń: 864.08 mg; Żelazo: 19.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1156.74 ug; Błonnik pokarmowy: 49.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.41 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.99 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.81 g; suma cukrów prostych: 152.89 g;		
wtorek 2024-11-12 Dieta: PYSKOWICE -MATKI KARMIĄCE CUKRZYCOWE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400ml.(7) (MLEKO), Masło 15g(7) (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), Szyzka Wiejska 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona 13g, Kawa z mlekiem 250 ml(1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Papryka czerwona 60g, II Śniadanie: Sok warzywny 200ml,	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), Stek drobiowy 100g (GLUTEN), buraki 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Kefir (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Masło 15g(7) (MLEKO), Schabowa kanapkowa 40g, Ser żółty 40g (MLEKO), Sałatka z pomidora i rukoli 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2321.44 kcal; Białko ogółem: 124.12 g; białko zwierzęce: 98.21 g; Tłuszcz: 86.05 g; Węglowodany ogółem: 281.00 g; Sód: 2027.84 mg; Potas: 5022.74 mg; Magnez: 349.32 mg; Wapń: 1342.88 mg; Żelazo: 12.24 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1391.18 ug; Błonnik pokarmowy: 20.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.70 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.96 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.17 g; suma cukrów prostych: 101.62 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-11-12 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400ml (7) (MLEKO), Masło 15g (7) (MLEKO), twaróg z koperkiem 70g (MLEKO), Szyńka Wiejska 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata zielona 13g, Kawa z mlekiem 250 ml (1,7) (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Papryka czerwona 60g, II Śniadanie: Sok warzywny 200ml,	Zupa ryżowa z pietruszką 400g (SELER), Stek drobiowy 100g (GLUTEN), buraki 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Masło 15g (7) (MLEKO), Schabowa kanapkowa 40g, Ser żółty 40g (MLEKO), Sałatka z pomidora i rukoli 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2801.44 kcal; Białko ogółem: 126.12 g; białko zwierzęce: 94.61 g; Tłuszcz: 86.20 g; Węglowodany ogółem: 406.00 g; Sód: 1986.84 mg; Potas: 7083.24 mg; Magnez: 521.82 mg; Wapń: 1243.38 mg; Żelazo: 14.29 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1417.18 ug; Błonnik pokarmowy: 30.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.51 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.22 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.87 g; suma cukrów prostych: 157.22 g;		
środa 2024-11-13 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Udziec z indyka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), kielki 7g, Ogórek zielony 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gulasz wieprzowy (100g +100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto 150g, Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Pol. sopocka .50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g, Rzodkiewka 60g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3075.52 kcal; Białko ogółem: 138.68 g; białko zwierzęce: 97.58 g; Tłuszcz: 125.04 g; Węglowodany ogółem: 377.56 g; Sód: 2639.33 mg; Potas: 4051.43 mg; Magnez: 442.88 mg; Wapń: 943.64 mg; Żelazo: 17.32 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1974.81 ug; Błonnik pokarmowy: 31.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.34 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.33 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 41.70 g; suma cukrów prostych: 86.78 g;		
środa 2024-11-13 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (1), (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Udziec z indyka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), kielki 7g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gulasz wieprzowy (100g +100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto 150g, Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Pol. sopocka .50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g, Rzodkiewka 60g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2652.14 kcal; Białko ogółem: 131.75 g; białko zwierzęce: 100.79 g; Tłuszcz: 111.26 g; Węglowodany ogółem: 297.35 g; Sód: 2480.11 mg; Potas: 3018.14 mg; Magnez: 309.90 mg; Wapń: 904.54 mg; Żelazo: 14.24 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2105.91 ug; Błonnik pokarmowy: 18.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.23 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.41 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 38.38 g; suma cukrów prostych: 84.63 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-11-13		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), chleb razowo-słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Udziec z indyka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), kielki7g , Ogórek zielony60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gulasz wieprzowy(100g +100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto150g , Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek naturalny150g ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Pol. sopocka .50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , Rzodkiewka60g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2680.62 kcal; Białko ogółem: 115.93 g; białko zwierzęce: 82.47 g; Tłuszcz: 153.22 g; Węglowodany ogółem: 300.76 g; Sód: 2639.42 mg; Potas: 3776.88 mg; Magnez: 397.92 mg; Wapń: 849.52 mg; Żelazo: 15.70 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2284.31 ug; Błonnik pokarmowy: 26.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 70.17 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.14 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 48.50 g; suma cukrów prostych: 68.29 g;		
środa 2024-11-13		
Dieta: PYSKOWICE -MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Udziec z indyka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Kielki13g , Ogórek zielony60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mus owocowy200g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gulasz wieprzowy(100g +100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto150g , surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek naturalny 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Pol. sopocka .50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Rzodkiewka60g , Mix sałat 13g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2696.64 kcal; Białko ogółem: 123.83 g; białko zwierzęce: 88.15 g; Tłuszcz: 148.64 g; Węglowodany ogółem: 310.05 g; Sód: 3207.97 mg; Potas: 3508.77 mg; Magnez: 360.08 mg; Wapń: 1061.64 mg; Żelazo: 15.52 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2747.41 ug; Błonnik pokarmowy: 29.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 67.45 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.51 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 47.87 g; suma cukrów prostych: 72.81 g;		
środa 2024-11-13		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĆCA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Udziec z indyka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Kielki13g , Ogórek zielony60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mus owocowy200g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Gulasz wieprzowy(100g +100ml sosu) (GLUTEN), szpinak na gęsto150g , surówka z kapusty białej 150g (GORCZYCA), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Pol. sopocka .50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g (MLEKO), Rzodkiewka60g , Mix sałat 13g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2815.14 kcal; Białko ogółem: 138.83 g; białko zwierzęce: 103.15 g; Tłuszcz: 117.84 g; Węglowodany ogółem: 327.60 g; Sód: 3078.97 mg; Potas: 3595.77 mg; Magnez: 364.08 mg; Wapń: 1134.14 mg; Żelazo: 15.62 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2437.91 ug; Błonnik pokarmowy: 29.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.19 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.08 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 40.51 g; suma cukrów prostych: 90.06 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-11-14 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Szynka Wiejska40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ogórkowa 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), kotlet mielony 100g (GLUTEN, JAJ), marchewka oprószana150g (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg80g (MLEKO), Kiełki 4g , ogórek kiszony 70g , Kiełbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3081.25 kcal; Białko ogółem: 112.76 g; białko zwierzęce: 70.35 g; Tłuszcz: 127.41 g; Węglowodany ogółem: 403.07 g; Sód: 2383.78 mg; Potas: 5040.28 mg; Magnez: 448.37 mg; Wapń: 779.64 mg; Żelazo: 14.28 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2904.07 ug; Błonnik pokarmowy: 34.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.61 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 21.11 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 82.32 g; suma cukrów prostych: 79.41 g;		
czwartek 2024-11-14 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Szynka Wiejska40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krem z białych warzyw z grzankami9i400ml ,30g) (MLEKO, GLUTEN), Gotowane mięso z warzywami i pomidorami 120g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g , marchewka oprószana150g (GLUTEN), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg80g (MLEKO), Kiełbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki 4g , pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2580.80 kcal; Białko ogółem: 102.32 g; białko zwierzęce: 70.76 g; Tłuszcz: 105.03 g; Węglowodany ogółem: 329.50 g; Sód: 2947.60 mg; Potas: 5070.49 mg; Magnez: 362.92 mg; Wapń: 799.06 mg; Żelazo: 12.34 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3547.49 ug; Błonnik pokarmowy: 24.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.59 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.30 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 67.07 g; suma cukrów prostych: 103.03 g;		
czwartek 2024-11-14 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Szynka Wiejska40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ogórkowa 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), kotlet mielony 100g (GLUTEN, JAJ), Ziemniaki gotowane 200g , surówka z kapusty pekińskiej150g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg80g (MLEKO), Kiełbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki 4g , ogórek kiszony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2767.87 kcal; Białko ogółem: 109.74 g; białko zwierzęce: 74.60 g; Tłuszcz: 116.54 g; Węglowodany ogółem: 342.73 g; Sód: 2648.73 mg; Potas: 5086.71 mg; Magnez: 441.45 mg; Wapń: 982.74 mg; Żelazo: 12.93 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1325.11 ug; Błonnik pokarmowy: 29.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.05 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.98 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 47.92 g; suma cukrów prostych: 84.39 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-11-14 Dieta: PYSKOWICE -MATKI KARMIĄCE CUKRZYCOWE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Szynka Wiejska 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidorki "koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa ogórkowa 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), kotlet mielony 100g (GLUTEN, JAJ), Ziemniaki gotowane 200g , surówka z kapusty pekińskiej 150g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg 80g (MLEKO), Kiełbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki 4g , ogórek kiszony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3267.61 kcal; Białko ogółem: 114.06 g; białko zwierzęce: 74.63 g; Tłuszcz: 115.94 g; Węglowodany ogółem: 466.46 g; Sód: 2629.02 mg; Potas: 7127.25 mg; Magnez: 569.13 mg; Wapń: 996.81 mg; Żelazo: 13.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1383.11 ug; Błonnik pokarmowy: 33.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.81 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.93 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 48.25 g; suma cukrów prostych: 147.16 g;		
czwartek 2024-11-14 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Szynka Wiejska 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidorki "koktailowe" (ok.40g) , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa ogórkowa 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), kotlet mielony 100g (GLUTEN, JAJ), Ziemniaki gotowane 200g , marchewka oprószana 150g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg 80g (MLEKO), Kiełbasa kminkowa 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kiełki 4g , ogórek kiszony 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3322.27 kcal; Białko ogółem: 109.34 g; białko zwierzęce: 70.27 g; Tłuszcz: 126.19 g; Węglowodany ogółem: 467.56 g; Sód: 2238.33 mg; Potas: 6893.27 mg; Magnez: 535.09 mg; Wapń: 772.09 mg; Żelazo: 13.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2990.07 ug; Błonnik pokarmowy: 33.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.52 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.14 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 82.73 g; suma cukrów prostych: 140.94 g;		
piątek 2024-11-15 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajecznic (2szt.) (JAJ), Mix sałat 10g , Pomidor 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Ryba smażona 100g (GLUTEN, JAJ, RYB), ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z kapusty kiszonej 150g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Galartetka 1szt. ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Sałatka makaronowa -Z PAPRYKI , PIECZAREK, KUKURYDZY I OGÓRKA 250g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórki konserwowe 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3440.13 kcal; Białko ogółem: 120.68 g; białko zwierzęce: 71.00 g; Tłuszcz: 99.73 g; Węglowodany ogółem: 533.13 g; Sód: 1581.17 mg; Potas: 5502.57 mg; Magnez: 456.03 mg; Wapń: 864.14 mg; Żelazo: 17.91 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1872.33 ug; Błonnik pokarmowy: 37.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.93 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 19.89 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 36.93 g; suma cukrów prostych: 118.05 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-11-15		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Kiełbasa krakowska 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 60g, Mix sałat 10g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), ryba gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), Sos po grecku 100g (GLUTEN, SELER), Sałatka z jarzyn gotowanych 150g (SELER), ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Galartetka 1szt.,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 80g (MLEKO), pomidor 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2597.87 kcal; Białko ogółem: 105.84 g; białko zwierzęce: 74.94 g; Tłuszcz: 72.73 g; Węglowodany ogółem: 400.68 g; Sód: 1854.04 mg; Potas: 4673.92 mg; Magnez: 322.61 mg; Wapń: 771.79 mg; Żelazo: 10.38 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2448.58 ug; Błonnik pokarmowy: 25.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.36 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.90 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.54 g; suma cukrów prostych: 117.90 g;		
piątek 2024-11-15		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajecznicza (2szt.) (JAJ), Mix sałat 10g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), ryba gotowana 100g (MLEKO, GLUTEN, SELER, RYB, GORCZYCA), ziemniaki z koperkiem 200g, Sos po grecku 100g (GLUTEN, SELER), Surówka z kapusty kiszzonej 150g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Kefir (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 80g (MLEKO), ogórki konserwowe 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2608.68 kcal; Białko ogółem: 125.52 g; białko zwierzęce: 88.45 g; Tłuszcz: 85.72 g; Węglowodany ogółem: 362.04 g; Sód: 1673.67 mg; Potas: 5586.00 mg; Magnez: 436.43 mg; Wapń: 1028.23 mg; Żelazo: 15.57 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2099.18 ug; Błonnik pokarmowy: 32.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.80 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.64 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.23 g; suma cukrów prostych: 85.35 g;		
piątek 2024-11-15		
Dieta: PYSKOWICE -MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajecznicza (2szt.) (JAJ), Mix sałat 10g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Sok warzywny 200ml,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Paluszki rybne (GLUTEN, JAJ), Surówka z kapusty kiszzonej 150g, ziemniaki z koperkiem 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Kefir (MLEKO),	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg z koperkiem 90g (MLEKO), Szynka z piersi indyczej 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2477.96 kcal; Białko ogółem: 111.77 g; białko zwierzęce: 77.42 g; Tłuszcz: 85.47 g; Węglowodany ogółem: 337.29 g; Sód: 1631.69 mg; Potas: 5206.13 mg; Magnez: 345.96 mg; Wapń: 1000.10 mg; Żelazo: 14.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2061.78 ug; Błonnik pokarmowy: 25.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.70 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.54 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.02 g; suma cukrów prostych: 81.42 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-11-15		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĆCA		
Zupa mleczna z ryżem 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Jajecznicca(2szt.) (JAJ), Mix sałat 10g , Pomidor 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Sok warzywny 200ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Paluszki rybne (GLUTEN, JAJ), Surówka z kapusty kiszzonej 150g , ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Galartetka 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Sałatka makaronowa -Z PAPRYKI ,PIECZAREK,KUKURYDZY I OGÓRKA 250g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Szynka z piersi indyjskiej 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3091.27 kcal; Białko ogółem: 100.66 g; białko zwierzęce: 58.01 g; Tłuszcz: 94.95 g; Węglowodany ogółem: 469.17 g; Sód: 1655.86 mg; Potas: 5221.06 mg; Magnez: 356.45 mg; Wapń: 832.69 mg; Żelazo: 15.76 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2124.83 ug; Błonnik pokarmowy: 28.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.67 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.94 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 36.55 g; suma cukrów prostych: 115.98 g;		
sobota 2024-11-16		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kurczak gotowany 40g , Twaróg 70g (MLEKO), Rzodkiewka 20g , Ogórek zielony 50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), Spaghetti bolognese z mięsem mielonym 400g (GLUTEN, SELER), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Nowojorskie 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup 20g (GLUTEN, SELER), Pomidor 50g , Mix sałat 10g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2484.66 kcal; Białko ogółem: 96.90 g; białko zwierzęce: 61.10 g; Tłuszcz: 95.99 g; Węglowodany ogółem: 328.30 g; Sód: 2123.68 mg; Potas: 2402.65 mg; Magnez: 290.56 mg; Wapń: 666.58 mg; Żelazo: 10.38 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 984.08 ug; Błonnik pokarmowy: 22.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.48 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.35 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.67 g; suma cukrów prostych: 63.79 g;		
sobota 2024-11-16		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Kurczak gotowany 40g , pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Twaróg 70g (MLEKO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Nowojorskie 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 50g , Mix sałat 10g , ketchup 20g (GLUTEN, SELER), Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2112.13 kcal; Białko ogółem: 107.66 g; białko zwierzęce: 83.63 g; Tłuszcz: 79.66 g; Węglowodany ogółem: 255.34 g; Sód: 1293.38 mg; Potas: 3907.03 mg; Magnez: 276.92 mg; Wapń: 635.40 mg; Żelazo: 8.05 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2676.64 ug; Błonnik pokarmowy: 17.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.07 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.88 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.96 g; suma cukrów prostych: 65.83 g;		
sobota 2024-11-16		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy 40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kurczak gotowany 40g , Twaróg 70g (MLEKO), Rzodkiewka 20g , Ogórek zielony 50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), Sałatka wielowarzywna 120g (SELER), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Nowojorskie 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup 20g (GLUTEN, SELER), Pomidor 50g , Mix sałat 10g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2100.75 kcal; Białko ogółem: 108.59 g; białko zwierzęce: 83.62 g; Tłuszcz: 76.86 g; Węglowodany ogółem: 260.21 g; Sód: 1257.28 mg; Potas: 3762.73 mg; Magnez: 326.55 mg; Wapń: 632.17 mg; Żelazo: 8.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 736.14 ug; Błonnik pokarmowy: 19.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.55 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.50 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.25 g; suma cukrów prostych: 63.16 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-11-16		
Dieta: PYSKOWICE -MATKI KARMIAĄCE CUKRZYCOWE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Kurczak gotowany 40g , Twaróg 70g (MLEKO), Rzodkiewka 20g , Ogórek zielony 50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), Sałatka wielowarzywna 150g (SELER), ziemniaki z koperkiem 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Nowojorskie 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup 20g (GLUTEN, SELER), Pomidor 50g , Mix sałat 10g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2186.25 kcal; Białko ogółem: 106.13 g; białko zwierzęce: 83.63 g; Tłuszcz: 77.45 g; Węglowodany ogółem: 279.19 g; Sód: 1214.58 mg; Potas: 3741.13 mg; Magnez: 264.49 mg; Wapń: 613.90 mg; Żelazo: 7.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 777.14 ug; Błonnik pokarmowy: 16.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.35 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.07 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.96 g; suma cukrów prostych: 90.10 g;		
sobota 2024-11-16		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIAĄCA		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Kurczak gotowany 40g , Twaróg 70g (MLEKO), Rzodkiewka 20g , Ogórek zielony 50g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Zupa grysikowa 400g (GLUTEN, SELER), Spaghetti bolognese z mięsem mielonym 400g (GLUTEN, SELER), Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówki drobiowe Nowojorskie 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), ketchup 20g (GLUTEN, SELER), Pomidor 50g , Mix sałat 10g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2293.76 kcal; Białko ogółem: 86.69 g; białko zwierzęce: 61.00 g; Tłuszcz: 93.97 g; Węglowodany ogółem: 288.03 g; Sód: 1952.07 mg; Potas: 2193.50 mg; Magnez: 187.54 mg; Wapń: 626.69 mg; Żelazo: 7.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1025.08 ug; Błonnik pokarmowy: 14.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.86 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.31 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.82 g; suma cukrów prostych: 89.48 g;		
niedziela 2024-11-17		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), papryka czerwona 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka pieczone 150g, sos pieczeniowy (2szt.) (GLUTEN), sałatka z kapusty czerwonej 100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko 150g , Biskopty ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynkowa dębowa 40g , Pomidor 60g , Kielki 4g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2468.45 kcal; Białko ogółem: 75.83 g; białko zwierzęce: 35.79 g; Tłuszcz: 81.13 g; Węglowodany ogółem: 388.36 g; Sód: 5289.09 mg; Potas: 3794.58 mg; Magnez: 356.37 mg; Wapń: 919.51 mg; Żelazo: 10.83 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1237.71 ug; Błonnik pokarmowy: 32.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.53 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.11 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.26 g; suma cukrów prostych: 94.06 g;		
niedziela 2024-11-17		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Polędwica premium 40g , pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g, sos (2szt.) (GLUTEN, SELER), szpinak na gęsto 120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko pieczone 150 , Biskopty ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynkowa dębowa 40g , Pomidor 60g , Kielki 4g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1932.04 kcal; Białko ogółem: 60.62 g; białko zwierzęce: 29.29 g; Tłuszcz: 58.52 g; Węglowodany ogółem: 309.61 g; Sód: 5387.67 mg; Potas: 3439.42 mg; Magnez: 301.33 mg; Wapń: 474.47 mg; Żelazo: 11.00 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1885.68 ug; Błonnik pokarmowy: 21.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.76 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.87 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 17.89 g; suma cukrów prostych: 90.20 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-11-17		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), papryka czerwona70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka gotowane 150g,sos(2szt.) (GLUTEN, SELER), sałatka z kapusty czerwonej100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko 150g ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynkowa dębowa 40g , Pomidor60g , Kielki 4g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1995.39 kcal; Białko ogółem: 66.26 g; białko zwierzęce: 35.49 g; Tłuszcz: 66.39 g; Węglowodany ogółem: 308.98 g; Sód: 5129.79 mg; Potas: 3615.27 mg; Magnez: 313.80 mg; Wapń: 891.07 mg; Żelazo: 9.11 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1335.03 ug; Błonnik pokarmowy: 28.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.39 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.86 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 19.62 g; suma cukrów prostych: 86.68 g;		
niedziela 2024-11-17		
Dieta: PYSKOWICE -MATKI KARMIĄCE CUKRZYCOWE		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), papryka czerwona70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mus owocowy200g ,	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka pieczone 150g,sos pieczeniowy (2szt.) (GLUTEN), sałatka z kapusty czerwonej100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko pieczone 150 ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynkowa dębowa 40g , pomidor 70g , Kielki 4g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2044.29 kcal; Białko ogółem: 66.08 g; białko zwierzęce: 35.53 g; Tłuszcz: 71.42 g; Węglowodany ogółem: 310.79 g; Sód: 5098.28 mg; Potas: 3610.17 mg; Magnez: 272.49 mg; Wapń: 901.96 mg; Żelazo: 8.70 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1260.81 ug; Błonnik pokarmowy: 28.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.98 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.64 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.83 g; suma cukrów prostych: 87.12 g;		
niedziela 2024-11-17		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 50g (MLEKO), papryka czerwona70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Wafelek ,	Zupa rosół z makaronem 400g (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka pieczone 150g,sos pieczeniowy (2szt.) (GLUTEN), sałatka z kapusty czerwonej100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jabłko 150g , Biskopty ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), szynkowa dębowa 40g , pomidor 70g , Kielki 4g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2672.29 kcal; Białko ogółem: 75.09 g; białko zwierzęce: 39.71 g; Tłuszcz: 103.78 g; Węglowodany ogółem: 380.70 g; Sód: 5246.28 mg; Potas: 3599.27 mg; Magnez: 275.39 mg; Wapń: 964.36 mg; Żelazo: 8.97 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1322.41 ug; Błonnik pokarmowy: 23.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.21 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.11 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 39.10 g; suma cukrów prostych: 126.80 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-11-18 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem -muszelki 400ml (MLEKO), chleb krojony mały120,g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyнка konserwowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek kiszony60g , Mix sałat 10g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), schab duszony100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), surówka z kapusty białej100g (GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: brzoskwinie ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Udziec z indyka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg70g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka.40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3355.78 kcal; Białko ogółem: 158.23 g; białko zwierzęce: 110.80 g; Tłuszcz: 119.66 g; Węglowodany ogółem: 444.69 g; Sód: 2300.09 mg; Potas: 4973.27 mg; Magnez: 460.64 mg; Wapń: 910.16 mg; Żelazo: 16.37 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1056.04 ug; Błonnik pokarmowy: 37.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.75 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 18.55 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 47.51 g; suma cukrów prostych: 90.28 g;		
poniedziałek 2024-11-18 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem świderki 400ml (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szyнка konserwowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor60g , Mix sałat 10g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), schab duszony100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), Marchew oprószana 100g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: brzoskwinie ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Udziec z indyka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg70g (MLEKO), Rzodkiewka.40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2865.13 kcal; Białko ogółem: 143.18 g; białko zwierzęce: 110.64 g; Tłuszcz: 117.62 g; Węglowodany ogółem: 330.80 g; Sód: 1984.33 mg; Potas: 4519.94 mg; Magnez: 333.28 mg; Wapń: 784.45 mg; Żelazo: 12.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2665.79 ug; Błonnik pokarmowy: 25.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.57 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.31 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 47.86 g; suma cukrów prostych: 82.54 g;		
poniedziałek 2024-11-18 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
zupa mleczna z makaronem świderki 400ml (MLEKO), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyнка konserwowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek kiszony60g , Mix sałat 10g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), schab duszony100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Kasza jęczmienna na sypko 200. g (GLUTEN), surówka z kapusty białej100g (GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: brzoskwinie ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Udziec z indyka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg70g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Rzodkiewka.40g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2986.58 kcal; Białko ogółem: 147.95 g; białko zwierzęce: 110.66 g; Tłuszcz: 117.87 g; Węglowodany ogółem: 363.61 g; Sód: 2185.33 mg; Potas: 4789.42 mg; Magnez: 427.68 mg; Wapń: 888.34 mg; Żelazo: 14.69 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1056.04 ug; Błonnik pokarmowy: 33.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.35 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 17.49 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 47.11 g; suma cukrów prostych: 88.87 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-11-18 Dieta: PYSKOWICE -MATKI KARMIĄCE CUKRZYCOWE		
zupa mleczna z makaronem świderki 400ml (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szyunka konserwowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek kiszony 60g, Mix sałat 10g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Sok warzywny 200ml,	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), schab duszony 100g (GLUTEN, MIĘSO WIEP), ziemniaki z koperkiem 200g, surówka z kapusty białej 100g (GORCZYCA), Kompot 200ml, Podwieczorek: brzoskwinie,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Udziec z indyka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg 70g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Rzodkiewka.40g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2865.42 kcal; Białko ogółem: 145.38 g; białko zwierzęce: 110.64 g; Tłuszcz: 112.66 g; Węglowodany ogółem: 340.24 g; Sód: 2243.68 mg; Potas: 5812.16 mg; Magnez: 388.56 mg; Wapń: 869.31 mg; Żelazo: 13.57 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1239.04 ug; Błonnik pokarmowy: 26.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.98 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.41 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 46.73 g; suma cukrów prostych: 91.46 g;		
poniedziałek 2024-11-18 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
zupa mleczna z makaronem świderki 400ml (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szyunka konserwowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek kiszony 60g, Mix sałat 10g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Sok warzywny 200ml,	Zupa barszcz z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), naleśniki z dżemem (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Kompot 200ml, Podwieczorek: brzoskwinie,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Udziec z indyka w galarecie 50g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg 70g (MLEKO), sałata zielona (2 listki -0k 30g), Rzodkiewka.40g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2641.11 kcal; Białko ogółem: 100.58 g; białko zwierzęce: 60.24 g; Tłuszcz: 78.28 g; Węglowodany ogółem: 399.67 g; Sód: 1409.81 mg; Potas: 3637.15 mg; Magnez: 268.57 mg; Wapń: 1033.14 mg; Żelazo: 10.86 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1079.16 ug; Błonnik pokarmowy: 20.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.22 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.40 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.60 g; suma cukrów prostych: 111.49 g;		
wtorek 2024-11-19 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), filet zapiekany-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty 40g (MLEKO), ogórki konserwowe 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Leczo 300ml (GLUTEN), Ryż brązowy na sypko 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg 70g (MLEKO), papryka konserwowa 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3160.99 kcal; Białko ogółem: 109.99 g; białko zwierzęce: 64.82 g; Tłuszcz: 92.81 g; Węglowodany ogółem: 507.79 g; Sód: 5028.13 mg; Potas: 5740.43 mg; Magnez: 662.37 mg; Wapń: 1154.11 mg; Żelazo: 15.08 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1277.72 ug; Błonnik pokarmowy: 41.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.22 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.95 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.68 g; suma cukrów prostych: 136.88 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-11-19 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), filet zapiekany-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), pulpet gotowany 100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), buraki 100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg 70g (MLEKO), pomidor 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2750.27 kcal; Białko ogółem: 94.36 g; białko zwierzęce: 54.62 g; Tłuszcz: 73.59 g; Węglowodany ogółem: 454.15 g; Sód: 3067.73 mg; Potas: 7075.35 mg; Magnez: 525.37 mg; Wapń: 817.42 mg; Żelazo: 14.88 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1341.69 ug; Błonnik pokarmowy: 31.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.81 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.06 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.47 g; suma cukrów prostych: 144.80 g;		
wtorek 2024-11-19 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 400g (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 100g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), filet zapiekany-wedlina 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty 40g (MLEKO), ogórki konserwowe 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Leczo 300ml (GLUTEN), Ryż brązowy na sypko 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg 70g (MLEKO), papryka konserwowa 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2992.59 kcal; Białko ogółem: 105.31 g; białko zwierzęce: 64.75 g; Tłuszcz: 92.22 g; Węglowodany ogółem: 470.55 g; Sód: 4983.37 mg; Potas: 5665.38 mg; Magnez: 650.21 mg; Wapń: 1145.09 mg; Żelazo: 14.36 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1277.72 ug; Błonnik pokarmowy: 39.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.06 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.61 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.54 g; suma cukrów prostych: 136.27 g;		
wtorek 2024-11-19 Dieta: PYSKOWICE -MATKI KARMIAĆCE CUKRZYCOWE		
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), Ser żółty 40g (MLEKO), pomidor 70g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Przecier warzywno - owocowy ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Zraz mielony 100g (GLUTEN, JAJ), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), buraki 100g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Banan 1szt ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg 70g (MLEKO), papryka konserwowa 70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3179.93 kcal; Białko ogółem: 106.30 g; białko zwierzęce: 65.68 g; Tłuszcz: 107.52 g; Węglowodany ogółem: 473.71 g; Sód: 2336.86 mg; Potas: 6962.34 mg; Magnez: 531.99 mg; Wapń: 1145.27 mg; Żelazo: 15.55 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1347.67 ug; Błonnik pokarmowy: 32.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.65 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.03 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 41.39 g; suma cukrów prostych: 155.61 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-11-19 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMiąCA		
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), Ser żółty 40g (MLEKO), pomidor 70g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Drożdżówka 1szt. (MLEKO, GLUTEN, JAJ),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Zraz mielony 100g (GLUTEN, JAJ), Sos koperkowy 100g (GLUTEN), buraki 100g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Banan 1szt,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), twaróg 70g (MLEKO), papryka konserwowa 70g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3389.93 kcal; Białko ogółem: 112.00 g; białko zwierzęce: 67.58 g; Tłuszcz: 114.52 g; Węglowodany ogółem: 508.01 g; Sód: 2440.86 mg; Potas: 7118.34 mg; Magnez: 542.99 mg; Wapń: 1186.27 mg; Żelazo: 16.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1418.67 ug; Błonnik pokarmowy: 34.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.83 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.19 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 44.71 g; suma cukrów prostych: 156.61 g;		
środa 2024-11-20 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z kielbasy i jajka 100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 60g, Mix sałat 13g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), Marchew z groszkiem oprószana 120g (GLUTEN), ziemniaki gotowane 200g., Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko 150g,	chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek zielony 70g, Ser żółty 40g (MLEKO), Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3263.07 kcal; Białko ogółem: 133.89 g; białko zwierzęce: 89.01 g; Tłuszcz: 94.89 g; Węglowodany ogółem: 497.89 g; Sód: 2978.24 mg; Potas: 7143.93 mg; Magnez: 505.58 mg; Wapń: 1184.47 mg; Żelazo: 18.12 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2849.84 ug; Błonnik pokarmowy: 45.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.90 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.95 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.90 g; suma cukrów prostych: 141.81 g;		
środa 2024-11-20 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g, Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Mix sałat 13g, Pomidor 60g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie 100g (GLUTEN), szpinak na gęsto 120g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko pieczone 150,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg 80g (MLEKO), Kielki 13g, Pomidor 60g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2505.23 kcal; Białko ogółem: 121.76 g; białko zwierzęce: 90.91 g; Tłuszcz: 79.89 g; Węglowodany ogółem: 345.06 g; Sód: 2311.88 mg; Potas: 4823.90 mg; Magnez: 408.76 mg; Wapń: 955.32 mg; Żelazo: 13.05 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1869.94 ug; Błonnik pokarmowy: 23.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.96 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.82 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.96 g; suma cukrów prostych: 118.73 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-11-20		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasta z kielbasy i jajka100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 13g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie100g (GLUTEN), szpinak na gęsto120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczerek: Jabłko 150g ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty40g (MLEKO), ogórek zielony70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2562.50 kcal; Białko ogółem: 120.49 g; białko zwierzęce: 88.90 g; Tłuszcz: 92.95 g; Węglowodany ogółem: 326.00 g; Sód: 2487.79 mg; Potas: 4731.36 mg; Magnez: 462.22 mg; Wapń: 1064.75 mg; Żelazo: 14.53 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1871.34 ug; Błonnik pokarmowy: 28.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.99 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.92 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.21 g; suma cukrów prostych: 93.50 g;		
środa 2024-11-20		
Dieta: PYSKOWICE -MATKI KARMIĄCE CUKRZYCOWE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pasta z kielbasy i jajka100g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Mix sałat 10g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mus owocowy 110g ,	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), Filet z kurczaka 70g (GLUTEN), szpinak na gęsto120g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczerek: Jabłko 150g ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty40g (MLEKO), ogórek zielony70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2476.21 kcal; Białko ogółem: 107.08 g; białko zwierzęce: 78.16 g; Tłuszcz: 92.09 g; Węglowodany ogółem: 315.48 g; Sód: 2027.09 mg; Potas: 4441.52 mg; Magnez: 379.77 mg; Wapń: 1041.70 mg; Żelazo: 13.15 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1885.87 ug; Błonnik pokarmowy: 24.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.03 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.85 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.30 g; suma cukrów prostych: 96.13 g;		
środa 2024-11-20		
Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g , Jogurt naturalny 1szt (MLEKO), Mix sałat 10g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mus owocowy 110g ,	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (GLUTEN, SELER), Filet z kurczaka 70g (GLUTEN), Marchew z groszkiem oprószana 120g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczerek: Jabłko 150g ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), kielbasa krakowska40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ser żółty40g (MLEKO), ogórek zielony70g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2928.32 kcal; Białko ogółem: 109.88 g; białko zwierzęce: 75.26 g; Tłuszcz: 89.69 g; Węglowodany ogółem: 452.79 g; Sód: 2350.10 mg; Potas: 6793.34 mg; Magnez: 392.13 mg; Wapń: 1306.60 mg; Żelazo: 14.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2907.07 ug; Błonnik pokarmowy: 36.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.45 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.38 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.03 g; suma cukrów prostych: 166.14 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-11-21 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 80g (MLEKO), rukola 6g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 160g (GLUTEN, SELER), Surówka z marchwi i jabłka 120g (MLEKO), ryż brązowy na sypko200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Polędwica premium40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2605.67 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; białko zwierzęce: 62.37 g; Tłuszcz: 82.10 g; Węglowodany ogółem: 398.63 g; Sód: 2299.97 mg; Potas: 4077.90 mg; Magnez: 445.35 mg; Wapń: 783.09 mg; Żelazo: 11.53 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2839.85 ug; Błonnik pokarmowy: 36.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.37 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.24 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 56.12 g; suma cukrów prostych: 86.79 g;		
czwartek 2024-11-21 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Szynka konserwowa 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor60g , rukola 6g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana 400g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 160g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), ryż brązowy na sypko200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy1szt. ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Polędwica premium40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2187.62 kcal; Białko ogółem: 82.94 g; białko zwierzęce: 54.59 g; Tłuszcz: 84.42 g; Węglowodany ogółem: 295.66 g; Sód: 2584.78 mg; Potas: 3479.19 mg; Magnez: 322.21 mg; Wapń: 653.31 mg; Żelazo: 8.40 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2850.09 ug; Błonnik pokarmowy: 23.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.38 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.26 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 59.96 g; suma cukrów prostych: 70.32 g;		
czwartek 2024-11-21 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWLOORZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), chleb razowo- słonecznikowy40g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 80g (MLEKO), rukola 6g , Pomidor60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 160g (GLUTEN, SELER), Surówka z marchwi i jabłka 120g (MLEKO), ryż brązowy na sypko200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	chleb krojony mały70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowy-słon 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Polędwica premium40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Herbata 250ml , Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) ,
Wartości odżywcze: Energia: 2266.27 kcal; Białko ogółem: 94.28 g; białko zwierzęce: 62.26 g; Tłuszcz: 69.79 g; Węglowodany ogółem: 345.09 g; Sód: 2321.07 mg; Potas: 4080.35 mg; Magnez: 416.39 mg; Wapń: 777.47 mg; Żelazo: 10.50 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3006.85 ug; Błonnik pokarmowy: 33.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.99 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.74 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 20.58 g; suma cukrów prostych: 87.85 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-11-21 Dieta: PYSKOWICE -MATKI KARMIĄCE CUKRZYCOWE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 80g (MLEKO), rukola 6g , Pomidor 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: kiwi 1szt. ,	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 160g (GLUTEN, SELER), Surówka z marchwi i jabłka 120g (MLEKO), ryż brązowy na sypko 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok warzywny 200ml ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Połędwica premium 40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Paszтет drobiowy 50g (GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2521.21 kcal; Białko ogółem: 100.68 g; białko zwierzęce: 67.49 g; Tłuszcz: 89.24 g; Węglowodany ogółem: 355.90 g; Sód: 2375.16 mg; Potas: 4337.39 mg; Magnez: 387.57 mg; Wapń: 829.04 mg; Żelazo: 11.30 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3699.25 ug; Błonnik pokarmowy: 30.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.49 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.15 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.59 g; suma cukrów prostych: 88.66 g;		
czwartek 2024-11-21 Dieta: PYSKOWICE - MATKA KARMIĄCA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 400g (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 80g (MLEKO), rukola 6g , Pomidor 60g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: kiwi 1szt. ,	Żurek 400g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 160g (GLUTEN, SELER), Marchew oprószana 120g (GLUTEN), ryż brązowy na sypko 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Deser budyniowy 1szt. ,	Chleb krojony mały 130g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Połędwica premium 40g , sałata zielona (2 listki -0k 30g) , Paszтет drobiowy 50g (GLUTEN, MIĘSO WIEP, SELER, SOJA), Pomidorki " koktailowe" (ok.40g) , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2568.71 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; białko zwierzęce: 67.24 g; Tłuszcz: 101.30 g; Węglowodany ogółem: 339.69 g; Sód: 2209.12 mg; Potas: 4018.91 mg; Magnez: 370.77 mg; Wapń: 794.70 mg; Żelazo: 10.66 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3380.85 ug; Błonnik pokarmowy: 27.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.29 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.71 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 69.43 g; suma cukrów prostych: 73.57 g;		

Dietetyk

.....