

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-08

Oddział: SPZOZ MYSŁOWICE

CHRZ- MYS Podstawowa

Śniadanie: Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ, _), Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE, _), Mandarynka 1 szt , Dżem 25 g 1 szt , Pomidor 80 g ,

Obiad: Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, _), Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB, _), Ziemniaki z tłuszczem () 250 g , Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE, _),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE, _), Papryka konserwowa 80 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Sałata zielona 20 g ,

PN: Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, _),

Wartości odżywcze: E: 2473.02 kcal; B: 106.33 g; T: 63.07 g; Kw. tł. nasy.: 23.12 g; W: 384.41 g; W tym cukry: 84.67 g; Bł.: 28.13 g; Sól: 8.16 g; WW: 35.67 Por; Ener. z B: 391.3 %; Ener. z W: 1216.63 %; Ener. z T: 533.18 %; Ener. z Bł.: 85.49 %; K: 4175.61 mg;

CHRZ- MYS Łatwo strawna

Śniadanie: Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE, _), Mandarynka 1 szt , Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ, _), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, _), Dżem 25 g 1 szt , Pomidor 80 g ,

Obiad: Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, _), Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB, _), Ziemniaki z tłuszczem () 250 g , Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL, _), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE, _),

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE, _), Pomidor 80 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Sałata zielona 20 g ,

PN: Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, _),

Wartości odżywcze: E: 2511.99 kcal; B: 112.03 g; T: 58.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.75 g; W: 396.09 g; W tym cukry: 91.39 g; Bł.: 23.96 g; Sól: 6.1 g; WW: 37.25 Por; Ener. z B: 408.77 %; Ener. z W: 1281.52 %; Ener. z T: 435.62 %; Ener. z Bł.: 81.44 %; K: 4556.32 mg;

CHRZ- MYS Cukrzycowa

Śniadanie: Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ, _), Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE, _), Mandarynka 1 szt , Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, _), Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g , Pomidor 80 g ,

II ŚN: Wafle ryżowe 30 g ,

Obiad: Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, _), Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB, _), Ziemniaki z tłuszczem () 250 g , Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE, _),

PD: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml ,

Kolacja: Chleb Graham 130 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE, _), Pomidor 80 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,

PN: Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, _),

Wartości odżywcze: E: 2492.17 kcal; B: 120.95 g; T: 63.81 g; Kw. tł. nasy.: 23.32 g; W: 374.14 g; W tym cukry: 65.52 g; Bł.: 32.68 g; Sól: 7.94 g; WW: 34.19 Por; Ener. z B: 465.04 %; Ener. z W: 1165.06 %; Ener. z T: 512.26 %; Ener. z Bł.: 86.12 %; K: 4709.65 mg;

CHRZ- MYS Łatwo starwna bez mleka

Śniadanie: Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL, _), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g , Mandarynka 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, _), Dżem 25 g 1 szt , Pomidor 80 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-08

Oddział: SPZOZ MYSŁOWICE

CHRZ- MYS Łatwo starwna bez mleka

Obiad: Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml (SEL, _), Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB, _), Ziemniaki z tłuszczem () 250 g , Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL, _), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,
Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE, _), Pomidor 80 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Sałata zielona 20 g ,
PN: Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, _),

Wartości odżywcze: E: 2230.86 kcal; B: 93.46 g; T: 51.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.63 g; W: 361.89 g; W tym cukry: 66.83 g; Bł.: 28.05 g; Sól: 7.73 g; WW: 33.43 Por; Ener. z B: 380.3 %; Ener. z W: 1253.3 %; Ener. z T: 363.9 %; Ener. z Bł.: 87.94 %; K: 3751.95 mg;

CHRZ- MYS Z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie: Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE, _), Mandarynka 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, _), Dżem 25 g 1 szt , Pomidor 80 g ,
Obiad: Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, _), Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB, _), Ziemniaki z tłuszczem () 250 g , Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL, _), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE, _),
Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE, _), Pomidor 80 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Sałata zielona 20 g ,
PN: Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, _),

Wartości odżywcze: E: 2453.79 kcal; B: 107.64 g; T: 58.56 g; Kw. tł. nasy.: 22.65 g; W: 386.21 g; W tym cukry: 85.27 g; Bł.: 23.96 g; Sól: 5.96 g; WW: 36.26 Por; Ener. z B: 389.71 %; Ener. z W: 1301.8 %; Ener. z T: 434.15 %; Ener. z Bł.: 81.44 %; K: 4331.57 mg;

CHRZ- MYS Papka

Śniadanie: Papka Śn 600 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,
Obiad: Papka Ob z udźca () 600 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _),
Kolacja: Papka Kol z udźca () 600 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1941.14 kcal; B: 116.63 g; T: 75.12 g; Kw. tł. nasy.: 32.71 g; W: 210.8 g; W tym cukry: 62.03 g; Bł.: 21.17 g; Sól: 2.57 g; WW: 19.01 Por; Ener. z B: 74.09 %; Ener. z W: 310.98 %; Ener. z T: 108.85 %; Ener. z Bł.: 6.42 %; K: 4983.2 mg;

CHRZ- MYS Rozdrobniona/Mielona

Śniadanie: Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE, _), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Dżem 25 g 1 szt , Pomidor 80 g ,
Obiad: Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, _), Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB, _), Ziemniaki z tłuszczem () 250 g , Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL, _), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE, _),
Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE, _), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Sałata zielona 20 g ,
PN: Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, _),

Wartości odżywcze: E: 2466.09 kcal; B: 109.23 g; T: 57.99 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; W: 388.61 g; W tym cukry: 74.59 g; Bł.: 21.46 g; Sól: 5.79 g; WW: 36.78 Por; Ener. z B: 361.87 %; Ener. z W: 1137.78 %; Ener. z T: 414.8 %; Ener. z Bł.: 58.28 %; K: 3987.24 mg;

CHRZ- MYS Sonda

Śniadanie: Sonda Śn 600 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _),
Obiad: Sonda Ob () 600 ml (MLE, SEL, _),

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-08

Oddział: SPZOZ MYSŁOWICE

CHRZ- MYS Sonda

Kolacja: Sonda Kol () 600 ml (MLE, SEL, _),

Wartości odżywcze: E: 1576.7 kcal; B: 107.19 g; T: 70.03 g; Kw. tł. nasy.: 29.78 g; W: 141.11 g; W tym cukry: 47.28 g; Bł.: 21.85 g; Sól: 2.61 g; WW: 12 Por; Ener. z B: 80.52 %; Ener. z W: 92.51 %; Ener. z T: 119.84 %; Ener. z Bł.: 7.67 %; K: 5041.75 mg;

CHRZ- MYS Sonda wzbogacona

Śniadanie: Sonda Śn 600 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _), Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE, _),

Obiad: Sonda Ob () 600 ml (MLE, SEL, _),

Kolacja: Sonda Kol () 600 ml (MLE, SEL, _),

Wartości odżywcze: E: 1666.7 kcal; B: 109.99 g; T: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 30.66 g; W: 155.11 g; W tym cukry: 52.78 g; Bł.: 22.15 g; Sól: 2.71 g; WW: 13.4 Por; Ener. z B: 92.96 %; Ener. z W: 153.4 %; Ener. z T: 144.84 %; Ener. z Bł.: 8.34 %; K: 5220.75 mg;

CHRZ- MYS Specjalna

Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE, _), Mandarynka 1 szt , Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _), jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE, _),

Obiad: Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, _), Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB, _), Ziemniaki z tłuszczem () 250 g , Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL, _), Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, _), Pomidor 80 g , Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2021.6 kcal; B: 85.77 g; T: 51.88 g; Kw. tł. nasy.: 21.65 g; W: 314.69 g; W tym cukry: 61.51 g; Bł.: 24.33 g; Sól: 6.61 g; WW: 29 Por; Ener. z B: 298.37 %; Ener. z W: 765.3 %; Ener. z T: 381.34 %; Ener. z Bł.: 46.01 %; K: 3597.72 mg;