

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-15

Oddział: SPZOZ MYSŁOWICE

CHRZ- MYS Podstawowa

Śniadanie: Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ, _), Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (GLU PSZ, 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, _), Dżem 25 g 2 szt , Mandarynka 2 szt , Twarożek 60 g (MLE, _),

Obiad: Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Kotlec z ryby (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _), Ziemniaki z tłuszczem () 300 g , Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE, _),

Kolacja: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE, _), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,

PN: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2704.12 kcal; B: 98.21 g; T: 70.59 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; W: 434.54 g; W tym cukry: 113.26 g; Bł.: 38.36 g; Sól: 7.19 g; WW: 39.67 Por; Ener. z B: 14.53 %; Ener. z W: 58.6 %; Ener. z T: 23.49 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 5078.68 mg;

CHRZ- MYS Łatwo strawna

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Dżem 25 g 2 szt , Mandarynka 2 szt , Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ, _), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, _), Twarożek 60 g (MLE, _),

Obiad: Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _), Ziemniaki z tłuszczem () 300 g , Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ, _), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE, _),

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

PN: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2574.8 kcal; B: 103.39 g; T: 58.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.17 g; W: 420.13 g; W tym cukry: 104.42 g; Bł.: 29.86 g; Sól: 6.4 g; WW: 39.12 Por; Ener. z B: 16.06 %; Ener. z W: 60.63 %; Ener. z T: 20.56 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 4871.25 mg;

CHRZ- MYS Cukrzycowa

Śniadanie: Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ, _), Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Ser żółty 50 g (MLE, _), Sałata zielona 20 g , Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, _), Twarożek 60 g (MLE, _),

II ŚN: Mandarynka 2 szt ,

Obiad: Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _), Ziemniaki z tłuszczem () 300 g , Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE, _),

PD: Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, _),

Kolacja: Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 130 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE, _), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,

PN: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2701.92 kcal; B: 128.15 g; T: 78.27 g; Kw. tł. nasy.: 38.3 g; W: 392.58 g; W tym cukry: 69.61 g; Bł.: 45.18 g; Sól: 8.94 g; WW: 34.76 Por; Ener. z B: 18.97 %; Ener. z W: 51.43 %; Ener. z T: 26.07 %; Ener. z Bł.: 3.34 %; K: 5590.8 mg;

CHRZ- MYS Łatwo starwna bez mleka

Śniadanie: Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL, _), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Dżem 25 g 2 szt , Mandarynka 2 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, _),

Obiad: Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL, _), Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _), Ziemniaki z tłuszczem () 300 g , Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ, _), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-15

Oddział: SPZOZ MYSŁOWICE

CHRZ- MYS Łatwo starwna bez mleka

Kolacja: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g , Pomidor 80 g , Mix салат 20 g ,

PN: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2226.15 kcal; B: 75.45 g; T: 46.6 g; Kw. tł. nasy.: 20.32 g; W: 388.51 g; W tym cukry: 79.31 g; Bł.: 30.52 g; Sól: 6.51 g; WW: 35.91 Por; Ener. z B: 13.56 %; Ener. z W: 64.33 %; Ener. z T: 18.84 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 3829.45 mg;

CHRZ- MYS Z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Dżem 25 g 2 szt , Mandarynka 2 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, _), Twarożek 60 g (MLE, _),

Obiad: Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _), Ziemniaki z tłuszczem () 300 g , Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ, _), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE, _),

Kolacja: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g , Pomidor 80 g , Mix салат 20 g ,

PN: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2463.88 kcal; B: 98.32 g; T: 53.56 g; Kw. tł. nasy.: 23.38 g; W: 409.45 g; W tym cukry: 97.99 g; Bł.: 29.82 g; Sól: 6.93 g; WW: 38.07 Por; Ener. z B: 15.96 %; Ener. z W: 61.63 %; Ener. z T: 19.57 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 4529.75 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: 24.03 %; Ener. z W: 39.08 %; Ener. z T: 34.83 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 4983.2 mg;

CHRZ- MYS Rozdrobniona/Mielona

Śniadanie: Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (GLU PSZ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Dżem 25 g 2 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Twarożek 60 g (MLE, _),

Obiad: Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _), Ziemniaki z tłuszczem () 300 g , Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ, _), 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 natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE, _), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,

PN: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2480.7 kcal; B: 99.71 g; T: 57.87 g; Kw. tł. nasy.: 24.87 g; W: 400.86 g; W tym cukry: 78.22 g; Bł.: 25.18 g; Sól: 6.09 g; WW: 37.71 Por; Ener. z B: 16.08 %; Ener. z W: 60.58 %; Ener. z T: 21 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4086.36 mg;

CHRZ- MYS Sonda

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

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

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: 27.19 %; Ener. z W: 30.26 %; Ener. z T: 39.97 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 5041.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-15

Oddział: SPZOZ MYSŁOWICE

CHRZ- MYS Sonda wzbogacona

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

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

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

Wartości odżywcze: E: 1666.7 kcal; B: 110.79 g; T: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 30.69 g; W: 155.11 g; W tym cukry: 52.68 g; Bł.: 22.25 g; Sól: 2.71 g; WW: 13.4 Por; Ener. z B: 26.59 %; Ener. z W: 31.89 %; Ener. z T: 39.17 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 5211.75 mg;

CHRZ- MYS Specjalna

Śniadanie: Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Dżem 25 g 2 szt , Mandarynka 2 szt , Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _), jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE, _),

Obiad: Dyniowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Kotlet z ryby (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _), Ziemniaki z tłuszczem () 300 g , Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ, _), Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt ,

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

PN: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2430.18 kcal; B: 74.14 g; T: 65.98 g; Kw. tł. nasy.: 23.49 g; W: 396.33 g; W tym cukry: 85.64 g; Bł.: 31.25 g; Sól: 6.78 g; WW: 36.57 Por; Ener. z B: 12.2 %; Ener. z W: 60.09 %; Ener. z T: 24.43 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 4188.73 mg;