

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-24

Oddział: SPZOZ MYSŁOWICE

CHRZ- MYS Podstawowa

Śniadanie: Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ,), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,), Ogórek kiszony 50 g, Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Sałata zielona 20 g,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki () 250 g, Ryba smażona (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,), Kapusta z grochem () 150 g, Kompot z suszu 250 ml,

Kolacja: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Serek Almette mini 30g 1 szt (MLE,), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko 1 szt 1 szt,

PN: Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,),

Wartości odżywcze: E: 2917.72 kcal; B: 112.61 g; T: 74.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; W: 465.98 g; W tym cukry: 88.09 g; Bł.: 36.84 g; Sól: 9.34 g; WW: 43.02 Por; Ener. z B: 15.44 %; Ener. z W: 58.83 %; Ener. z T: 22.9 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 5104.29 mg;

CHRZ- MYS Łatwo strawna

Śniadanie: Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ,), Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,), Sałata zielona 20 g, Pomidor 80 g, Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,),

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki () 250 g, Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB,), Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL,), Kompot z suszu 250 ml,

Kolacja: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Serek Almette mini 30g 1 szt (MLE,), Dżem 25 g 1 szt, Jabłko 1 szt 1 szt,

PN: Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,),

Wartości odżywcze: E: 2813.81 kcal; B: 113.08 g; T: 66.76 g; Kw. tł. nasy.: 26.55 g; W: 454.74 g; W tym cukry: 100.77 g; Bł.: 29.62 g; Sól: 6.28 g; WW: 42.65 Por; Ener. z B: 16.08 %; Ener. z W: 60.43 %; Ener. z T: 21.35 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 5382.97 mg;

CHRZ- MYS Cukrzycowa

Śniadanie: Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ,), Chleb Graham 130 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,), Ogórek kiszony 50 g, Pomidor 80 g, Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,),

II ŚN: Mandarynka 2 szt,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ziemniaki () 250 g, Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB,), Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL,), Kompot z suszu b/c 250 ml,

PD: jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,),

Kolacja: Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Chleb Graham 130 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Serek Almette mini 30g 1 szt (MLE,), Jabłko 1 szt 1 szt, Ser żółty 40 g (MLE,),

PN: Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,),

Wartości odżywcze: E: 2835.96 kcal; B: 128.47 g; T: 82.17 g; Kw. tł. nasy.: 35.78 g; W: 417.48 g; W tym cukry: 81.82 g; Bł.: 43.43 g; Sól: 8.74 g; WW: 37.4 Por; Ener. z B: 18.12 %; Ener. z W: 52.76 %; Ener. z T: 26.08 %; Ener. z Bł.: 3.06 %; K: 6241.5 mg;

CHRZ- MYS Łatwo starwna bez mleka

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-24

Oddział: SPZOZ MYSŁOWICE

CHRZ- MYS Łatwo starwna bez mleka

Śniadanie: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ,), Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Pomidor 80 g , Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), Sałata zielona 20 g ,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB,), Ziemniaki () 250 g , Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL,), Kompot z suszu 250 ml ,

Kolacja: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Jabłko 1 szt 1 szt , Dżem 25 g 2 szt ,

PN: Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,),

Wartości odżywcze: E: 2511.88 kcal; B: 85.49 g; T: 57.49 g; Kw. tł. nasy.: 22.43 g; W: 427.49 g; W tym cukry: 87.57 g; Bł.: 30.22 g; Sól: 5.64 g; WW: 39.82 Por; Ener. z B: 13.61 %; Ener. z W: 63.26 %; Ener. z T: 20.6 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 4545.61 mg;

CHRZ- MYS Z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ,), Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB,), Ziemniaki () 250 g , Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL,), Kompot z suszu 250 ml ,

Kolacja: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Serek Almette mini 30g 1 szt (MLE,), Jabłko 1 szt 1 szt , Dżem 25 g 1 szt ,

PN: Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,),

Wartości odżywcze: E: 2685.61 kcal; B: 102.44 g; T: 61.76 g; Kw. tł. nasy.: 24.95 g; W: 444.56 g; W tym cukry: 94.65 g; Bł.: 29.62 g; Sól: 5.96 g; WW: 41.66 Por; Ener. z B: 15.26 %; Ener. z W: 61.8 %; Ener. z T: 20.7 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 5091.72 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: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml (MLE, GLU JĘCZ,), Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g ,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB,), Ziemniaki () 250 g , Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL,), Kompot z suszu 250 ml ,

Kolacja: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Serek Almette mini 30g 1 szt (MLE,), Jabłko 1 szt 1 szt , Dżem 25 g 1 szt ,

PN: Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,),

Wartości odżywcze: E: 2685.61 kcal; B: 102.44 g; T: 61.76 g; Kw. tł. nasy.: 24.95 g; W: 444.56 g; W tym cukry: 94.65 g; Bł.: 29.62 g; Sól: 5.96 g; WW: 41.66 Por; Ener. z B: 15.26 %; Ener. z W: 61.8 %; Ener. z T: 20.7 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 5091.72 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-24

Oddział: SPZOZ MYSŁOWICE

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;

CHRZ- MYS Sonda wzbogacona

Śniadanie: Sonda Śn 600 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _), Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE, _),

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

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

Wartości odżywcze: E: 1664.7 kcal; B: 110.29 g; T: 72.23 g; Kw. tł. nasy.: 31.1 g; W: 155.11 g; W tym cukry: 56.28 g; Bł.: 22.3 g; Sól: 2.71 g; WW: 13.4 Por; Ener. z B: 26.5 %; Ener. z W: 31.91 %; Ener. z T: 39.05 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 5341.75 mg;

CHRZ- MYS Specjalna

Śniadanie: Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ, _), jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE, _), Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE, _), Sałata zielona 20 g ,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Ziemniaki () 250 g , Ryba smażona (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _), Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL, _), Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt ,

Kolacja: Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt , Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Serek Almette mini 30g 1 szt (MLE, _),

Wartości odżywcze: E: 2270.52 kcal; B: 81.88 g; T: 66.11 g; Kw. tł. nasy.: 25.38 g; W: 348.67 g; W tym cukry: 55.69 g; Bł.: 26.16 g; Sól: 6.75 g; WW: 32.29 Por; Ener. z B: 14.42 %; Ener. z W: 56.82 %; Ener. z T: 26.21 %; Ener. z Bł.: 2.3 %; K: 4341.8 mg;