

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-27

Oddział: SPZOZ MYSŁOWICE

CHRZ- MYS Podstawowa

Śniadanie: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ), Masło extra 82% 15 g (MLE), Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (SOJ, GOR), Pomidor 50 g , Mix sałat 20 g , Ser mozzarella 50 g (MLE),

Obiad: Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL), Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (GLUPSZ, MLE), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLUPSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 15 g (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,

PN: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2294.7 kcal; B: 86.86 g; T: 74.1 g; Kw. tł. nasy.: 28.01 g; W: 328.15 g; W tym cukry: 55.05 g; Bł.: 22.5 g; Sól: 7.8 g; WW: 30.49 Por; Ener. z B: 15.14 %; Ener. z W: 53.28 %; Ener. z T: 29.06 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 2576.46 mg;

CHRZ- MYS Łatwo strawna

Śniadanie: kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ), Masło extra 82% 15 g (MLE), Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (SOJ, GOR), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Pomidor 50 g , Mix sałat 20 g , Ser mozzarella 50 g (MLE), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ),

Obiad: Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL), Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLUPSZ, MLE), 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 (GLUPSZ), Masło extra 82% 15 g (MLE), Twarożek 60 g (MLE), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,

PN: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2175.2 kcal; B: 94.01 g; T: 54.63 g; Kw. tł. nasy.: 22.08 g; W: 331.61 g; W tym cukry: 61.78 g; Bł.: 18.18 g; Sól: 4.72 g; WW: 31.36 Por; Ener. z B: 17.29 %; Ener. z W: 57.64 %; Ener. z T: 22.6 %; Ener. z Bł.: 1.67 %; K: 2895.92 mg;

CHRZ- MYS Cukrzycowa

Śniadanie: kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE), Chleb Graham 50 g (GLUPSZ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLUPSZ), Masło extra 82% 15 g (MLE), Szyntka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (SOJ, GOR), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Pomidor 50 g , Mix sałat 20 g , Ser mozzarella 50 g (MLE),

II ŚN: Mandarynka 2 szt ,

Obiad: Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL), Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLUPSZ, MLE), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE),

PD: Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE),

Kolacja: Chleb Graham 130 g (GLUPSZ), Masło extra 82% 15 g (MLE), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g ,

PN: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2141.56 kcal; B: 98.7 g; T: 60.91 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; W: 310.61 g; W tym cukry: 58.19 g; Bł.: 30.71 g; Sól: 6.59 g; WW: 27.86 Por; Ener. z B: 18.44 %; Ener. z W: 52.28 %; Ener. z T: 25.6 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 3647.67 mg;

CHRZ- MYS Łatwo starwna bez mleka

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-27

Oddział: SPZOZ MYSŁOWICE

CHRZ- MYS Łatwo starwna bez mleka

Śniadanie: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (SOJ, GOR,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Pomidor 50 g , Mix sałat 20 g , Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,),

Obiad: Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g (GLU PSZ, SEL,), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml ,

Kolacja: Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL,), Pyszka schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g , Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,

PN: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 1983.9 kcal; B: 65.34 g; T: 40 g; Kw. tł. nasy.: 19.2 g; W: 351.69 g; W tym cukry: 53.97 g; Bł.: 31.09 g; Sól: 5.97 g; WW: 32.02 Por; Ener. z B: 13.17 %; Ener. z W: 64.64 %; Ener. z T: 18.15 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 2943.56 mg;

CHRZ- MYS Z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie: kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE,), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (SOJ, GOR,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Pomidor 50 g , Mix sałat 20 g , Ser mozzarella 50 g (MLE,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,),

Obiad: Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE,), 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,), Twarożek 60 g (MLE,), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,

PN: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2175.2 kcal; B: 94.01 g; T: 54.63 g; Kw. tł. nasy.: 22.08 g; W: 331.61 g; W tym cukry: 61.78 g; Bł.: 18.18 g; Sól: 4.72 g; WW: 31.36 Por; Ener. z B: 17.29 %; Ener. z W: 57.64 %; Ener. z T: 22.6 %; Ener. z Bł.: 1.67 %; K: 2895.92 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: Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,), kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (SOJ, GOR,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Pomidor 50 g , Mix sałat 20 g , Ser mozzarella 50 g (MLE,), Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,),

Obiad: Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE,), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,),

Kolacja: Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,), Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Pomidor 80 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-27

Oddział: SPZOZ MYSŁOWICE

CHRZ- MYS Rozdrobniona/Mielona

PN: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2168.8 kcal; B: 90.03 g; T: 56.92 g; Kw. tł. nasy.: 22.02 g; W: 328.82 g; W tym cukry: 59.46 g; Bł.: 17.8 g; Sól: 4.87 g; WW: 31.06 Por; Ener. z B: 16.6 %; Ener. z W: 57.36 %; Ener. z T: 23.62 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 2856.34 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;

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 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (SOJ, GOR, _), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE, _), Mix sałat 20 g , Ser mozzarella 50 g (MLE, _),

Obiad: Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _), Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE, _), Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE, _),

Kolacja: Ogórek kiszony 80 g , Sałata zielona 20 g , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, _), Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt , Sałata zielona 20 g ,

PN: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2044.88 kcal; B: 77.13 g; T: 58.57 g; Kw. tł. nasy.: 22.82 g; W: 307.61 g; W tym cukry: 43.29 g; Bł.: 19.97 g; Sól: 7.55 g; WW: 28.64 Por; Ener. z B: 15.09 %; Ener. z W: 56.27 %; Ener. z T: 25.78 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 2207.1 mg;