Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-01-11	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z pł.kukurydzianymi 250ml (***MLEKO, ORZECH ZIE, ORZECHY AR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), jajecznica na maśle 80g (***MLEKO, JAJA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , cukier 10g ,	zupa koperkowa z ryżem 400ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , buraki 150g , zraz duszony 100g (***GLUTEN, JAJA, ., ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), cukier 15g , **Posiłek nocny:** BISZKOPTY 40G (***GLUTEN, JAJA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2770.96 kcal; Energia: 8308.16 kJ; Białko ogółem: 94.79 g; białko zwierzęce: 52.87 g; białko roślinne: 30.92 g; Tłuszcz: 89.01 g; Węglowodany ogółem: 420.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.96 g; Sód: 2111.95 mg; Potas: 3742.43 mg; Wapń: 616.24 mg; Fosfor: 1243.70 mg; Błonnik pokarmowy: 29.88 g; suma cukrów prostych: 85.12 g; Woda: 1119.09 g; Popiół: 14.62 g;		
czwartek 2024-01-11	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z pł.kukurydzianymi 250ml (***MLEKO, ORZECH ZIE, ORZECHY AR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), jajecznica na maśle 80g (***MLEKO, JAJA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , cukier 10g ,	zupa koperkowa z ryżem 400ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , buraki 150g , potrawka z kurczaka 110g (***GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), cukier 15g , **Posiłek nocny:** BISZKOPTY 40G (***GLUTEN, JAJA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2784.12 kcal; Energia: 8349.80 kJ; Białko ogółem: 97.59 g; białko zwierzęce: 54.92 g; białko roślinne: 31.67 g; Tłuszcz: 88.02 g; Węglowodany ogółem: 425.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.67 g; Sód: 2515.29 mg; Potas: 3953.16 mg; Wapń: 636.72 mg; Fosfor: 1291.50 mg; Błonnik pokarmowy: 32.01 g; suma cukrów prostych: 86.41 g; Woda: 1173.98 g; Popiół: 15.86 g;		
czwartek 2024-01-11	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z pł.kukurydzianymi 250ml (***MLEKO, ORZECH ZIE, ORZECHY AR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), jajecznica na maśle 80g (***MLEKO, JAJA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , **II Śniadanie:** owoc 150g ,	zupa koperkowa z ryżem 400ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Brokuły 150g , zraz duszony 100g (***GLUTEN, JAJA, ., ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), sałata 5g , **Posiłek nocny:** BISZKOPTY 40G (***GLUTEN, JAJA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2688.81 kcal; Energia: 7967.90 kJ; Białko ogółem: 103.24 g; białko zwierzęce: 59.32 g; białko roślinne: 32.92 g; Tłuszcz: 87.47 g; Węglowodany ogółem: 398.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.65 g; Sód: 2143.17 mg; Potas: 4216.53 mg; Wapń: 882.12 mg; Fosfor: 1495.15 mg; Błonnik pokarmowy: 32.76 g; suma cukrów prostych: 50.73 g; Woda: 1350.27 g; Popiół: 16.38 g;		

piątek 2024-01-12	Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE	
zupa mleczna z kaszą manną 250ml (***MLEKO, GLUTEN***), pieczywo mieszane 90g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (***MLEKO***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), bułka kajzerka 50g (***GLUTEN, ŻYTO***), cukier 10g , ogórek kiszony 50g ,	zupa pieczarkowa z makaronem 400ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), ziemniaki 300g , ryba smażona 100g (***GLUTEN, JAJA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO***), kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , Surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem 150g ,	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), pasztet drobiowy 50g (***GLUTEN, ., SELER, GORCZYCA***), cukier 15g , **Posiłek nocny:** mus owocowy 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2891.97 kcal; Energia: 10349.26 kJ; Białko ogółem: 103.23 g; białko zwierzęce: 59.80 g; białko roślinne: 43.44 g; Tłuszcz: 86.61 g; Węglowodany ogółem: 447.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.80 g; Sód: 2813.85 mg; Potas: 4260.62 mg; Wapń: 815.94 mg; Fosfor: 1495.69 mg; Błonnik pokarmowy: 29.03 g; suma cukrów prostych: 132.70 g; Woda: 1417.82 g; Popiół: 18.62 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-01-12	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą manną 250ml (***MLEKO, GLUTEN***), pieczywo mieszane 90g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), pasta twarogowa natur. 70g (***MLEKO***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), bułka kajzerka 50g (***GLUTEN, ŻYTO***), cukier 10g , pomidor 50g ,	zupa makaronowa 400ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), ziemniaki 300g , ryba gotowana 100g (***GLUTEN, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , sos rozmarynowo-cytrynowy 100ml , bukiet jarzyn 150g (***MLEKO, SELER***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), cukier 15g , **Posiłek nocny:** mus owocowy 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2578.82 kcal; Energia: 9188.09 kJ; Białko ogółem: 108.81 g; białko zwierzęce: 68.53 g; białko roślinne: 40.29 g; Tłuszcz: 60.62 g; Węglowodany ogółem: 420.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.24 g; Sód: 2449.89 mg; Potas: 4163.68 mg; Wapń: 771.84 mg; Fosfor: 1475.91 mg; Błonnik pokarmowy: 26.76 g; suma cukrów prostych: 125.35 g; Woda: 1374.17 g; Popiół: 17.38 g;		
piątek 2024-01-12	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą manną 250ml (***MLEKO, GLUTEN***), pieczywo mieszane 90g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (***MLEKO***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), bułka grahamka 80g (***GLUTEN, ŻYTO***), ogórek kiszony 50g , **II Śniadanie:** owoc 150g ,	zupa pieczarkowa z makaronem 400ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), ziemniaki 300g , ryba smażona 100g (***GLUTEN, JAJA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO***), kompot 250ml Z gorzki , Surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem 150g , **Podwieczorek:** jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), pasztet drobiowy 50g (***GLUTEN, ., SELER, GORCZYCA***), pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2616.08 kcal; Energia: 9613.99 kJ; Białko ogółem: 108.40 g; białko zwierzęce: 66.11 g; białko roślinne: 42.29 g; Tłuszcz: 86.32 g; Węglowodany ogółem: 380.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.57 g; Sód: 2687.94 mg; Potas: 4640.56 mg; Wapń: 1071.71 mg; Fosfor: 1702.57 mg; Błonnik pokarmowy: 29.14 g; suma cukrów prostych: 63.95 g; Woda: 1524.21 g; Popiół: 19.90 g;		
sobota 2024-01-13	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300ml (***MLEKO, GLUTEN***), Pieczywo mieszane 130g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), ser żółty 50g (***MLEKO***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), cukier 10g , ogórek zielony 50g ,	Zupa cukiniowa 400ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 250g (***GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), indyk w galarecie 50g (***SELER, GORCZYCA***), cukier 15g , **Posiłek nocny:** sok pomidorowo-warzywny 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2588.03 kcal; Energia: 8784.22 kJ; Białko ogółem: 90.77 g; białko zwierzęce: 55.86 g; białko roślinne: 36.96 g; Tłuszcz: 79.80 g; Węglowodany ogółem: 401.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.86 g; Sód: 2070.73 mg; Potas: 4410.12 mg; Wapń: 1153.13 mg; Fosfor: 1524.47 mg; Błonnik pokarmowy: 20.68 g; suma cukrów prostych: 78.37 g; Woda: 1285.29 g; Popiół: 18.31 g;		
sobota 2024-01-13	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300ml (***MLEKO, GLUTEN***), Pieczywo mieszane 130g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), cukier 10g , sałata 5g ,	Zupa cukiniowa 400ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , Schab duszony w ziołach 100g (***GLUTEN, ORZECHY AR, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), euromix 150g (***SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), cukier 15g , **Posiłek nocny:** sok pomidorowo-warzywny 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2344.53 kcal; Energia: 8005.26 kJ; Białko ogółem: 102.50 g; białko zwierzęce: 67.01 g; białko roślinne: 35.49 g; Tłuszcz: 62.21 g; Węglowodany ogółem: 368.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.03 g; Sód: 2429.96 mg; Potas: 4770.38 mg; Wapń: 699.65 mg; Fosfor: 1508.26 mg; Błonnik pokarmowy: 21.31 g; suma cukrów prostych: 78.61 g; Woda: 1330.66 g; Popiół: 17.99 g;		
sobota 2024-01-13	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300ml (***MLEKO, GLUTEN***), Pieczywo mieszane 130g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), ser żółty 50g (***MLEKO***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), ogórek zielony 50g , **II Śniadanie:** owoc 150g ,	Zupa cukiniowa 400ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml Z gorzki , ziemniaki 300g , gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 250g (***GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), indyk w galarecie 50g (***SELER, GORCZYCA***), pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2559.47 kcal; Energia: 8663.43 kJ; Białko ogółem: 97.03 g; białko zwierzęce: 62.18 g; białko roślinne: 36.90 g; Tłuszcz: 83.12 g; Węglowodany ogółem: 383.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.67 g; Sód: 2168.73 mg; Potas: 4980.92 mg; Wapń: 1414.47 mg; Fosfor: 1716.26 mg; Błonnik pokarmowy: 23.26 g; suma cukrów prostych: 55.31 g; Woda: 1533.19 g; Popiół: 20.33 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-01-14	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (***MLEKO, GLUTEN***), Pieczywo mieszane 130g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), kiełbaska drobiowa z ketchupem 1 szt (***GLUTEN, ., SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , cukier 10g ,	zupa rosół z makaronem 400ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , udko pieczone 1sz(250g) (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), Mix sałat z sosem vinegrette 150g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), ser żółty 50g (***MLEKO***), cukier 15g , **Posiłek nocny:** chrupki kukurydziane (***ORZECH ZIE, ŻYTO***),
Wartości odżywcze: Energia: 3141.56 kcal; Energia: 11405.19 kJ; Białko ogółem: 148.26 g; białko zwierzęce: 114.86 g; białko roślinne: 35.46 g; Tłuszcz: 118.86 g; Węglowodany ogółem: 396.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.23 g; Sód: 4005.60 mg; Potas: 4803.43 mg; Wapń: 1230.35 mg; Fosfor: 2207.67 mg; Błonnik pokarmowy: 21.58 g; suma cukrów prostych: 105.14 g; Woda: 1412.48 g; Popiół: 23.92 g;		
niedziela 2024-01-14	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (***MLEKO, GLUTEN***), Pieczywo mieszane 130g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), kiełbaska drobiowa z ketchupem 1 szt (***GLUTEN, ., SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g ,	zupa rosół z makaronem 400ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , Udko gotowane 1 szt (250g) , sos rozmarynowo-cytrynowy 100ml , Marchewka oprószana 150g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), pasta twarogowa natur. 80g (***MLEKO***), cukier 15g , **Posiłek nocny:** chrupki kukurydziane (***ORZECH ZIE, ŻYTO***),
Wartości odżywcze: Energia: 3135.47 kcal; Energia: 11485.21 kJ; Białko ogółem: 154.58 g; białko zwierzęce: 119.92 g; białko roślinne: 34.66 g; Tłuszcz: 118.02 g; Węglowodany ogółem: 392.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.31 g; Sód: 3787.83 mg; Potas: 4981.88 mg; Wapń: 868.29 mg; Fosfor: 2161.45 mg; Błonnik pokarmowy: 23.66 g; suma cukrów prostych: 99.15 g; Woda: 1445.14 g; Popiół: 21.21 g;		
niedziela 2024-01-14	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (***MLEKO, GLUTEN***), Pieczywo mieszane 130g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), kiełbaska drobiowa z ketchupem 1 szt (***GLUTEN, ., SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , **II Śniadanie:** owoc 150g ,	zupa rosół z makaronem 400ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), ziemniaki 250g , kompot 250ml Z gorzki , udko pieczone 1sz(250g) (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), Mix sałat z sosem vinegrette 150g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), pasta twarogowa natur. 80g (***MLEKO***), sałata 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2815.27 kcal; Energia: 10161.26 kJ; Białko ogółem: 148.62 g; białko zwierzęce: 114.52 g; białko roślinne: 34.10 g; Tłuszcz: 102.26 g; Węglowodany ogółem: 353.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.52 g; Sód: 3995.82 mg; Potas: 5090.09 mg; Wapń: 1073.04 mg; Fosfor: 2178.08 mg; Błonnik pokarmowy: 23.15 g; suma cukrów prostych: 69.13 g; Woda: 1607.04 g; Popiół: 23.41 g;		

poniedziałek 2024-01-15	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), pasztet drobiowy 50g (***GLUTEN, ., SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), ogórek konserwowy 50g (***S02***), cukier 10g ,	zupa pomidorowa z ryżem 400ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , łazanki z mięsem i kapustą 350g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ., SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), Ser mozarella 50g (***MLEKO, GLUTEN***), cukier 15g , **Posiłek nocny:** DESER RYŻOWO-OWOCOWY TUBKA LUBELLA 100G ,
Wartości odżywcze: Energia: 2920.55 kcal; Energia: 10829.81 kJ; Białko ogółem: 89.48 g; białko zwierzęce: 43.01 g; białko roślinne: 46.48 g; Tłuszcz: 87.11 g; Węglowodany ogółem: 467.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.42 g; Sód: 2546.27 mg; Potas: 2553.13 mg; Wapń: 817.56 mg; Fosfor: 1326.46 mg; Błonnik pokarmowy: 19.41 g; suma cukrów prostych: 93.80 g; Woda: 832.82 g; Popiół: 15.31 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-01-15	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), sałata 20g ,	zupa pomidorowa z ryżem 400ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , Schab duszony w ziołach 100g (***GLUTEN, ORZECHY AR, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), sos jarzynowy 100ml (***GLUTEN, SELER***), ziemniaki 300g , buraki 150g ,	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), cukier 15g , **Posiłek nocny:** DESER RYŻOWO-OWOCOWY TUBKA LUBELLA 100G ,
Wartości odżywcze: Energia: 2547.19 kcal; Energia: 8995.13 kJ; Białko ogółem: 103.12 g; białko zwierzęce: 67.59 g; białko roślinne: 35.54 g; Tłuszcz: 72.44 g; Węglowodany ogółem: 394.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.19 g; Sód: 2507.09 mg; Potas: 4364.15 mg; Wapń: 754.26 mg; Fosfor: 1500.49 mg; Błonnik pokarmowy: 20.46 g; suma cukrów prostych: 92.81 g; Woda: 1213.65 g; Popiół: 17.82 g;		
poniedziałek 2024-01-15	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), pasztet drobiowy 50g (***GLUTEN, ., SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), ogórek konserwowy 50g (***S02***), **II Śniadanie:** owoc 150g ,	zupa pomidorowa z ryżem 400ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml Z gorzki , łazanki z mięsem i kapustą 350g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ., SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), Ser mozarella 50g (***MLEKO, GLUTEN***), pomidor 100g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2800.80 kcal; Energia: 10326.86 kJ; Białko ogółem: 94.48 g; białko zwierzęce: 47.16 g; białko roślinne: 47.33 g; Tłuszcz: 87.76 g; Węglowodany ogółem: 435.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.28 g; Sód: 2595.92 mg; Potas: 3157.43 mg; Wapń: 999.71 mg; Fosfor: 1457.96 mg; Błonnik pokarmowy: 22.56 g; suma cukrów prostych: 54.62 g; Woda: 1082.70 g; Popiół: 17.01 g;		
wtorek 2024-01-16	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kasza jeczmienna 300ml (***MLEKO, GLUTEN***), bułka maślana 1szt (80g) (***MLEKO, GLUTEN, SEZAM***), masło 15g (***MLEKO***), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), twaróg 70g (***MLEKO***), cukier 10g ,	kompot 250ml Z gorzki , cukier 5g , ziemniaki 300g , stek z indyka mielony 110g (***SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Sałatka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i groszkiem 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, ., GORCZYCA, SEZAM***), zupa krupnik 400ml (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), cukier 15g , pomidor 50g , **Posiłek nocny:** owoc 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2473.29 kcal; Energia: 9315.51 kJ; Białko ogółem: 107.19 g; białko zwierzęce: 74.42 g; białko roślinne: 32.77 g; Tłuszcz: 67.81 g; Węglowodany ogółem: 382.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.91 g; Sód: 2960.44 mg; Potas: 5013.51 mg; Wapń: 786.57 mg; Fosfor: 1727.94 mg; Błonnik pokarmowy: 24.57 g; suma cukrów prostych: 101.20 g; Woda: 1452.15 g; Popiół: 20.75 g;		
wtorek 2024-01-16	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą jęczmienna 350ml (***MLEKO, GLUTEN***), Pieczywo mieszane 50g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), bułka maślana 1szt (80g) (***MLEKO, GLUTEN, SEZAM***), masło 15g (***MLEKO***), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), twaróg 70g (***MLEKO***), cukier 10g ,	kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , ziemniaki 300g , Indyk w sosie jogurtowym 100g/150g (***MLEKO, GLUTEN***), Mix warzyw gotowanych z bazylią i tymiankiem 150g (***SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), zupa krupnik 400ml (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), cukier 15g , pomidor 50g , **Posiłek nocny:** owoc 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2535.73 kcal; Energia: 9409.98 kJ; Białko ogółem: 104.58 g; białko zwierzęce: 65.57 g; białko roślinne: 39.01 g; Tłuszcz: 59.36 g; Węglowodany ogółem: 423.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.99 g; Sód: 2070.78 mg; Potas: 4964.52 mg; Wapń: 820.36 mg; Fosfor: 1653.67 mg; Błonnik pokarmowy: 27.87 g; suma cukrów prostych: 107.89 g; Woda: 1456.03 g; Popiół: 18.32 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-01-16	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą jęczmienna 350ml (***MLEKO, GLUTEN***), Pieczywo mieszane 50g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), papryka konserwowa 50g (***S02***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), bułka grahamka 80g (***GLUTEN, ŻYTO***), **II Śniadanie:** owoc 150g ,	kompot 250ml Z gorzki , ziemniaki 300g , Indyk w sosie jogurtowym 100g/150g (***MLEKO, GLUTEN***), Sałatka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i groszkiem 150g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, ., GORCZYCA, SEZAM***), zupa krupnik 400ml (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), pomidor 100g , **Posiłek nocny:** owoc 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2333.33 kcal; Energia: 8535.85 kJ; Białko ogółem: 102.42 g; białko zwierzęce: 66.29 g; białko roślinne: 36.13 g; Tłuszcz: 64.01 g; Węglowodany ogółem: 368.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.40 g; Sód: 2813.15 mg; Potas: 5631.21 mg; Wapń: 1049.45 mg; Fosfor: 1860.64 mg; Błonnik pokarmowy: 31.02 g; suma cukrów prostych: 62.52 g; Woda: 1741.48 g; Popiół: 22.54 g;		
środa 2024-01-17	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
Pieczywo mieszane 130g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), serek fromage 70g (***MLEKO***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , cukier 10g , zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLEKO***),	Zupa jarzynowa z zacierką 400ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , Klops duszony w sosie pietruszkowym 100g (***GLUTEN, JAJA, ., SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), ziemniaki 250g , Surówka z marchewki i jabłka 150g ,	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), cukier 15g , **Posiłek nocny:** FLIPSY 80G ,
Wartości odżywcze: Energia: 2655.40 kcal; Energia: 9425.53 kJ; Białko ogółem: 104.06 g; białko zwierzęce: 59.74 g; białko roślinne: 44.32 g; Tłuszcz: 61.80 g; Węglowodany ogółem: 453.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.63 g; Sód: 2083.07 mg; Potas: 4171.97 mg; Wapń: 796.41 mg; Fosfor: 1675.11 mg; Błonnik pokarmowy: 30.61 g; suma cukrów prostych: 83.18 g; Woda: 1276.67 g; Popiół: 15.52 g;		
środa 2024-01-17	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), Pasta twarogowa z koperkiem 70g (***MLEKO***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , cukier 10g ,	Zupa jarzynowa z zacierką 400ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , Klops duszony w sosie pietruszkowym 100g (***GLUTEN, JAJA, ., SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), ziemniaki 250g , marchew DUO 150g (***MLEKO***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), cukier 15g , **Posiłek nocny:** FLIPSY 80G ,
Wartości odżywcze: Energia: 2609.83 kcal; Energia: 9281.47 kJ; Białko ogółem: 103.15 g; białko zwierzęce: 59.65 g; białko roślinne: 43.50 g; Tłuszcz: 60.59 g; Węglowodany ogółem: 443.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.11 g; Sód: 2027.12 mg; Potas: 3908.68 mg; Wapń: 714.82 mg; Fosfor: 1626.99 mg; Błonnik pokarmowy: 28.32 g; suma cukrów prostych: 78.96 g; Woda: 1152.11 g; Popiół: 14.81 g;		
środa 2024-01-17	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), serek fromage 70g (***MLEKO***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , **II Śniadanie:** owoc 150g ,	Zupa jarzynowa z zacierką 400ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml Z gorzki , Klops duszony w sosie pietruszkowym 100g (***GLUTEN, JAJA, ., SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), ziemniaki 250g , Surówka z marchewki i jabłka 150g , **Podwieczorek:** jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2284.65 kcal; Energia: 7871.08 kJ; Białko ogółem: 100.81 g; białko zwierzęce: 64.49 g; białko roślinne: 36.32 g; Tłuszcz: 61.35 g; Węglowodany ogółem: 361.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.53 g; Sód: 2148.22 mg; Potas: 4482.77 mg; Wapń: 997.06 mg; Fosfor: 1613.11 mg; Błonnik pokarmowy: 25.86 g; suma cukrów prostych: 57.70 g; Woda: 1496.05 g; Popiół: 16.32 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-01-18	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA***), Pieczywo mieszane 130g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , cukier 10g ,	zupa barszcz ukraiński 400ml (***GLUTEN, ORZECHY AR, SELER, ., GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , kotlet z kurczaka 100g G (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), marchewka z groszkiem 150g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), Ser mozarella 50g (***MLEKO, GLUTEN***), cukier 15g , **Posiłek nocny:** sok pomidorowo-warzywny 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2519.57 kcal; Energia: 7741.12 kJ; Białko ogółem: 91.08 g; białko zwierzęce: 45.80 g; białko roślinne: 42.78 g; Tłuszcz: 73.34 g; Węglowodany ogółem: 409.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.05 g; Sód: 2277.64 mg; Potas: 4640.55 mg; Wapń: 837.41 mg; Fosfor: 1487.92 mg; Błonnik pokarmowy: 35.34 g; suma cukrów prostych: 86.02 g; Woda: 1286.25 g; Popiół: 17.26 g;		
czwartek 2024-01-18	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA***), Pieczywo mieszane 130g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , cukier 10g ,	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (***MLEKO, GLUTEN, ORZECHY AR, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , potrawka z kurczaka 110g (***GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), szpinak duszony 150g ,	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), cukier 15g , **Posiłek nocny:** sok pomidorowo-warzywny 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2332.52 kcal; Energia: 7978.88 kJ; Białko ogółem: 93.54 g; białko zwierzęce: 58.45 g; białko roślinne: 35.09 g; Tłuszcz: 59.95 g; Węglowodany ogółem: 379.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.48 g; Sód: 2640.13 mg; Potas: 4563.91 mg; Wapń: 693.45 mg; Fosfor: 1427.05 mg; Błonnik pokarmowy: 20.54 g; suma cukrów prostych: 82.14 g; Woda: 1281.56 g; Popiół: 17.43 g;		
czwartek 2024-01-18	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA***), Pieczywo mieszane 130g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , **II Śniadanie:** owoc 150g ,	zupa barszcz ukraiński 400ml (***GLUTEN, ORZECHY AR, SELER, ., GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , potrawka z kurczaka 110g (***GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), szpinak duszony 150g , **Podwieczorek:** jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), ser mozzarella light 50g (***MLEKO, GLUTEN***), pomidor 50g , **Posiłek nocny:** sok pomidorowo-warzywny 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2472.03 kcal; Energia: 8629.68 kJ; Białko ogółem: 104.65 g; białko zwierzęce: 63.23 g; białko roślinne: 41.42 g; Tłuszcz: 76.77 g; Węglowodany ogółem: 372.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.32 g; Sód: 2248.12 mg; Potas: 5010.00 mg; Wapń: 1222.17 mg; Fosfor: 1911.81 mg; Błonnik pokarmowy: 27.94 g; suma cukrów prostych: 60.20 g; Woda: 1520.36 g; Popiół: 19.18 g;		

piątek 2024-01-19	Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE	
zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLEKO***), bułka maślana 1szt (80g) (***MLEKO, GLUTEN, SEZAM***), masło 15g (***MLEKO***), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), twaróg 70g (***MLEKO***), cukier 10g ,	zupa szpinakowa z ryżem 400ml (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml Z gorzki , cukier 5g , jajko sadzone 2 szt (***JAJA***), surówka z białej kapusty z porem 150g , ziemniaki 300g ,	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), cukier 15g , pomidor 50g , **Posiłek nocny:** Mus tubka 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2350.78 kcal; Energia: 8854.19 kJ; Białko ogółem: 88.58 g; białko zwierzęce: 58.31 g; białko roślinne: 30.27 g; Tłuszcz: 72.88 g; Węglowodany ogółem: 352.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.67 g; Sód: 1815.61 mg; Potas: 3492.74 mg; Wapń: 819.86 mg; Fosfor: 1440.67 mg; Błonnik pokarmowy: 16.65 g; suma cukrów prostych: 102.57 g; Woda: 1204.32 g; Popiół: 14.93 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-01-19	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 50g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), bułka maślana 1szt (80g) (***MLEKO, GLUTEN, SEZAM***), masło 15g (***MLEKO***), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), twaróg 70g (***MLEKO***), cukier 10g ,	zupa szpinakowa z ryżem 400ml (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , ryba gotowana 100g (***GLUTEN, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Mix warzyw gotowanych z bazylią i tymiankiem 150g (***SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), ziemniaki 300g , Sos grecki z warzywami 150g (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), cukier 15g , pomidor 50g , **Posiłek nocny:** Mus tubka 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2481.20 kcal; Energia: 9290.19 kJ; Białko ogółem: 110.92 g; białko zwierzęce: 71.90 g; białko roślinne: 39.02 g; Tłuszcz: 58.39 g; Węglowodany ogółem: 402.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.63 g; Sód: 2030.20 mg; Potas: 4317.68 mg; Wapń: 903.35 mg; Fosfor: 1553.20 mg; Błonnik pokarmowy: 24.26 g; suma cukrów prostych: 109.29 g; Woda: 1416.68 g; Popiół: 17.87 g;		
piątek 2024-01-19	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 50g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), papryka konserwowa 50g (***S02***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), bułka grahamka 80g (***GLUTEN, ŻYTO***), **II Śniadanie:** owoc 150g ,	zupa szpinakowa z ryżem 400ml (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml Z gorzki , jajko sadzone 2 szt (***JAJA***), surówka z białej kapusty z porem 150g , ziemniaki 300g , **Podwieczorek:** jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), pomidor 100g , **Posiłek nocny:** Mus tubka 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2239.67 kcal; Energia: 8195.02 kJ; Białko ogółem: 91.01 g; białko zwierzęce: 57.81 g; białko roślinne: 33.21 g; Tłuszcz: 70.16 g; Węglowodany ogółem: 335.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.28 g; Sód: 2380.55 mg; Potas: 4226.00 mg; Wapń: 999.66 mg; Fosfor: 1638.28 mg; Błonnik pokarmowy: 22.62 g; suma cukrów prostych: 61.13 g; Woda: 1460.63 g; Popiół: 18.38 g;		
sobota 2024-01-20	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z zacierką 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA***), Pieczywo mieszane 130g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), serek capresi light 2 plastry (***MLEKO, GLUTEN***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , cukier 10g , wędlina 40g (***., SELER, GORCZYCA***),	zupa z dynii z grzankami 400ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , filet gotowany z suszonymi pomidorami 100g , ziemniaki 300g , fasolka szparagowa 150g (***GLUTEN, JAJA, ., SEZAM, ŻYTO***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), cukier 15g , **Posiłek nocny:** BISZKOPTY 40G (***GLUTEN, JAJA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2463.86 kcal; Energia: 7064.77 kJ; Białko ogółem: 80.89 g; białko zwierzęce: 37.29 g; białko roślinne: 32.60 g; Tłuszcz: 65.77 g; Węglowodany ogółem: 411.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.21 g; Sód: 1868.73 mg; Potas: 3374.92 mg; Wapń: 644.51 mg; Fosfor: 1059.80 mg; Błonnik pokarmowy: 31.32 g; suma cukrów prostych: 73.89 g; Woda: 1076.24 g; Popiół: 13.17 g;		
sobota 2024-01-20	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z zacierką 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA***), Pieczywo mieszane 130g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , cukier 10g ,	zupa z dynii z grzankami 400ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , filet gotowany z suszpnymi pomidorami 100g , cukinia gotowana w ziołach prowansalskich 150g (***MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), cukier 15g , **Posiłek nocny:** BISZKOPTY 40G (***GLUTEN, JAJA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2085.51 kcal; Energia: 5706.43 kJ; Białko ogółem: 76.77 g; białko zwierzęce: 43.12 g; białko roślinne: 22.66 g; Tłuszcz: 60.52 g; Węglowodany ogółem: 324.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.73 g; Sód: 2211.88 mg; Potas: 2101.78 mg; Wapń: 561.75 mg; Fosfor: 917.55 mg; Błonnik pokarmowy: 21.81 g; suma cukrów prostych: 71.95 g; Woda: 837.96 g; Popiół: 11.30 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-01-20	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z zacierką 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA***), Pieczywo mieszane 130g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), serek capresi light 2 plastry (***MLEKO, GLUTEN***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , wędlina 40g (***., SELER, GORCZYCA***), **II Śniadanie:** owoc 150g ,	zupa z dynii z grzankami 400ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml Z gorzki , filet gotowany z suszonymi pomidorami 100g , ziemniaki 300g , fasolka szparagowa 150g (***GLUTEN, JAJA, ., SEZAM, ŻYTO***), **Podwieczorek:** jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 15g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), pomidor 50g , **Posiłek nocny:** BISZKOPTY 40G (***GLUTEN, JAJA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2470.61 kcal; Energia: 7091.82 kJ; Białko ogółem: 88.24 g; białko zwierzęce: 43.74 g; białko roślinne: 33.50 g; Tłuszcz: 69.32 g; Węglowodany ogółem: 400.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.06 g; Sód: 1968.38 mg; Potas: 3962.22 mg; Wapń: 908.16 mg; Fosfor: 1263.80 mg; Błonnik pokarmowy: 34.17 g; suma cukrów prostych: 50.86 g; Woda: 1348.42 g; Popiół: 15.22 g;		

Dietetyk

.....

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone