

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-06		
Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300ml (MLEKO, GLUTEN), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), cukier 10g, sałata 5g,	Zupa cukiniowa 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, makaron z serem białym 350g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ŚMIETANKA),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 15g, Posiłek nocny: sok pomidorowo-warzywny 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2579.59 kcal; Energia: 9158.07 kJ; Białko ogółem: 99.50 g; białko zwierzęce: 54.74 g; białko roślinne: 41.96 g; Tłuszcz: 65.40 g; Węglowodany ogółem: 417.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.66 g; Sód: 1235.42 mg; Potas: 2803.26 mg; Wapń: 732.70 mg; Fosfor: 1330.82 mg; Błonnik pokarmowy: 15.28 g; suma cukrów prostych: 79.21 g; Woda: 933.93 g; Popiół: 13.27 g;		
środa 2024-03-06		
Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE		
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300ml (MLEKO, GLUTEN), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), ser żółty 50g (MLEKO), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), ogórek zielony 50g, II Śniadanie: owoc 150g,	Zupa cukiniowa 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki, makaron z serem białym 350g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ŚMIETANKA), Podwieczerek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), indyk w galarecie 50g (SELER, GORCZYCA), pomidor 50g, Posiłek nocny: sok pomidorowo-warzywny 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2821.18 kcal; Energia: 10018.95 kJ; Białko ogółem: 105.87 g; białko zwierzęce: 64.88 g; białko roślinne: 43.04 g; Tłuszcz: 96.02 g; Węglowodany ogółem: 405.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.86 g; Sód: 1870.32 mg; Potas: 3170.65 mg; Wapń: 1451.35 mg; Fosfor: 1627.57 mg; Błonnik pokarmowy: 18.31 g; suma cukrów prostych: 56.18 g; Woda: 1223.18 g; Popiół: 15.96 g;		
czwartek 2024-03-07		
Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml (MLEKO), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasztet drobiowy 50g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), ogórek konserwowy 50g (S02), cukier 10g,	zupa jarzynowa 400ml (MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, ziemniaki 250g, stek z indyka mielony 110g (SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), buraki 150g,	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella 50g (MLEKO, GLUTEN), cukier 15g, Posiłek nocny: DESER RYZOWO-OWOCOWY TUBKA LUBELLA 100G,
Wartości odżywcze: Energia: 2516.35 kcal; Energia: 8317.40 kJ; Białko ogółem: 94.57 g; białko zwierzęce: 53.55 g; białko roślinne: 34.52 g; Tłuszcz: 68.74 g; Węglowodany ogółem: 405.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.43 g; Sód: 2134.96 mg; Potas: 4754.02 mg; Wapń: 795.37 mg; Fosfor: 1530.98 mg; Błonnik pokarmowy: 21.85 g; suma cukrów prostych: 106.68 g; Woda: 1292.49 g; Popiół: 18.64 g;		
czwartek 2024-03-07		
Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml (MLEKO), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), sałata 20g,	zupa jarzynowa 400ml (MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, ziemniaki 300g, Indyk w sosie jogurtowym 100g/150g (MLEKO, PSZENICA), buraki 150g,	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 15g, Posiłek nocny: DESER RYZOWO-OWOCOWY TUBKA LUBELLA 100G,
Wartości odżywcze: Energia: 2419.96 kcal; Energia: 8273.10 kJ; Białko ogółem: 98.18 g; białko zwierzęce: 59.62 g; białko roślinne: 35.76 g; Tłuszcz: 59.47 g; Węglowodany ogółem: 398.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.10 g; Sód: 1370.78 mg; Potas: 4844.12 mg; Wapń: 748.37 mg; Fosfor: 1506.85 mg; Błonnik pokarmowy: 21.77 g; suma cukrów prostych: 93.53 g; Woda: 1328.10 g; Popiół: 18.29 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-07 Dieta: CUKRZYCOWAMYŚŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml (MLEKO), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasztet drobiowy 50g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), ogórek konserwowy 50g (S02), II Śniadanie: owoc 150g ,	zupa jarzynowa 400ml (MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki , Indyk w sosie jogurtowym 100g/150g (MLEKO, PSZENICA), Mix warzyw gotowanych na parze z bazylią i tymiankiem 120g (SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN), ziemniaki 250g , Podwieczorek: MUS VEGA TYMBARK OWOC-WARZ 1 SZT ,	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella 50g (MLEKO, GLUTEN), pomidor 100g , Posiłek nocny: DESER RYŻOWO-OWOCOWY TUBKA LUBELLA 100G ,
Wartości odżywcze: Energia: 2356.16 kcal; Energia: 7437.00 kJ; Białko ogółem: 88.70 g; białko zwierzęce: 44.22 g; białko roślinne: 37.38 g; Tłuszcz: 62.61 g; Węglowodany ogółem: 390.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.77 g; Sód: 1370.46 mg; Potas: 4854.86 mg; Wapń: 821.53 mg; Fosfor: 1478.77 mg; Błonnik pokarmowy: 28.96 g; suma cukrów prostych: 64.74 g; Woda: 1450.58 g; Popiół: 17.18 g;		
piątek 2024-03-08 Dieta: PODSTAWAMYŚŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą jęczmienna 300ml (MLEKO, JĘCZMIEN), bułka maślana 1szt (80g) (JAJA, PSZENICA, SEZAM), masło 15g (ŚMIETANKA), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), twaróg 70g (MLEKO), cukier 10g ,	kompot 250ml Z gorzki , cukier 5g , ziemniaki 300g , ryba smażona 100g (JAJA, PSZENICA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO), Sałatka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i groszkiem 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, OWIES), zupa krupnik 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, JĘCZMIEN),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 15g , pomidor 50g , Posiłek nocny: owoc 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2634.72 kcal; Energia: 9941.89 kJ; Białko ogółem: 103.63 g; białko zwierzęce: 67.53 g; białko roślinne: 34.70 g; Tłuszcz: 80.75 g; Węglowodany ogółem: 398.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.73 g; Sód: 1956.35 mg; Potas: 4695.44 mg; Wapń: 841.14 mg; Fosfor: 1594.59 mg; Błonnik pokarmowy: 25.72 g; suma cukrów prostych: 101.12 g; Woda: 1439.37 g; Popiół: 18.70 g;		
piątek 2024-03-08 Dieta: LEKKAMYŚŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą jęczmienna 350ml (MLEKO, JĘCZMIEN), Pieczywo mieszane 50g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), bułka maślana 1szt (80g) (JAJA, PSZENICA, SEZAM), masło 15g (ŚMIETANKA), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), twaróg 70g (MLEKO), cukier 10g ,	kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , ziemniaki 300g , ryba gotowana 100g (PSZENICA, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Brokuły 150g , zupa krupnik 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, JĘCZMIEN), Sos grecki z warzywami 150g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 15g , pomidor 50g , Posiłek nocny: owoc 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2568.24 kcal; Energia: 9509.00 kJ; Białko ogółem: 112.57 g; białko zwierzęce: 71.90 g; białko roślinne: 39.27 g; Tłuszcz: 59.03 g; Węglowodany ogółem: 422.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.70 g; Sód: 1748.73 mg; Potas: 5123.05 mg; Wapń: 873.59 mg; Fosfor: 1658.16 mg; Błonnik pokarmowy: 26.48 g; suma cukrów prostych: 107.08 g; Woda: 1495.28 g; Popiół: 18.87 g;		
piątek 2024-03-08 Dieta: CUKRZYCOWAMYŚŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą jęczmienna 350ml (MLEKO, JĘCZMIEN), Pieczywo mieszane 50g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), papryka konserwowa 50g (S02), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), bułka grahamka 80g (PSZENICA, ŻYTO), II Śniadanie: owoc 150g ,	kompot 250ml Z gorzki , ziemniaki 300g , ryba gotowana 100g (PSZENICA, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sałatka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i groszkiem 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, OWIES), zupa krupnik 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, JĘCZMIEN), Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 100g , Posiłek nocny: owoc 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2371.73 kcal; Energia: 8615.21 kJ; Białko ogółem: 111.21 g; białko zwierzęce: 72.62 g; białko roślinne: 35.80 g; Tłuszcz: 63.36 g; Węglowodany ogółem: 371.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.13 g; Sód: 2058.12 mg; Potas: 5545.45 mg; Wapń: 1086.50 mg; Fosfor: 1826.83 mg; Błonnik pokarmowy: 31.12 g; suma cukrów prostych: 62.19 g; Woda: 1762.94 g; Popiół: 22.76 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-09		
Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), serek fromage 70g (MLEKO), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g, cukier 10g, zupa mleczna z ryżem brązowym 350ml (MLEKO),	Zupa dyniowa 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, Klops duszony w sosie pietruszkowym 100g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), ziemniaki 250g, surówka z cukini z marchewką 150g (GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 15g, Posiłek nocny: FLIPSY 80G,
Wartości odżywcze: Energia: 2587.34 kcal; Energia: 9125.15 kJ; Białko ogółem: 105.19 g; białko zwierzęce: 63.99 g; białko roślinne: 39.81 g; Tłuszcz: 65.99 g; Węglowodany ogółem: 421.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.78 g; Sód: 1532.32 mg; Potas: 4161.07 mg; Wapń: 782.04 mg; Fosfor: 1665.86 mg; Błonnik pokarmowy: 25.35 g; suma cukrów prostych: 80.73 g; Woda: 1275.39 g; Popiół: 15.83 g;		
sobota 2024-03-09		
Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z ryżem brązowym 350ml (MLEKO), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 70g (MLEKO), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g, cukier 10g,	Zupa dyniowa 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, Klops duszony w sosie pietruszkowym 100g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), ziemniaki 250g, cukinia gotowana w ziołach prowansalskich 150g (SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŚMIETANKA),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 15g, Posiłek nocny: FLIPSY 80G,
Wartości odżywcze: Energia: 2602.13 kcal; Energia: 9193.74 kJ; Białko ogółem: 106.72 g; białko zwierzęce: 65.62 g; białko roślinne: 39.70 g; Tłuszcz: 67.33 g; Węglowodany ogółem: 420.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.84 g; Sód: 1563.51 mg; Potas: 4133.77 mg; Wapń: 772.64 mg; Fosfor: 1678.76 mg; Błonnik pokarmowy: 24.58 g; suma cukrów prostych: 80.46 g; Woda: 1266.28 g; Popiół: 15.87 g;		
sobota 2024-03-09		
Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z ryżem brązowym 350ml (MLEKO), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), serek fromage 70g (MLEKO), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g, II Śniadanie: owoc 150g,	Zupa dyniowa 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki, Klops duszony w sosie pietruszkowym 100g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), ziemniaki 250g, surówka z cukini z marchewką 150g (GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN), Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 50g, Posiłek nocny: FLIPSY 80G,
Wartości odżywcze: Energia: 2594.09 kcal; Energia: 9152.20 kJ; Białko ogółem: 112.54 g; białko zwierzęce: 70.44 g; białko roślinne: 40.71 g; Tłuszcz: 69.54 g; Węglowodany ogółem: 411.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.64 g; Sód: 1631.97 mg; Potas: 4748.37 mg; Wapń: 1045.69 mg; Fosfor: 1869.86 mg; Błonnik pokarmowy: 28.20 g; suma cukrów prostych: 57.70 g; Woda: 1547.57 g; Popiół: 17.88 g;		
niedziela 2024-03-10		
Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), kielbaska drobiowa z ketchupem 1 szt (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), 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, Pałki z kurczaka pieczone 200g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN), mix warzyw wiosenny (9ski) 150g,	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), ser żółty 50g (MLEKO), cukier 15g, Posiłek nocny: Ciasto marchewkowe niskoC 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 3045.66 kcal; Energia: 10983.59 kJ; Białko ogółem: 141.96 g; białko zwierzęce: 111.27 g; białko roślinne: 32.74 g; Tłuszcz: 120.00 g; Węglowodany ogółem: 375.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.64 g; Sód: 3883.47 mg; Potas: 4746.99 mg; Wapń: 1244.08 mg; Fosfor: 2119.79 mg; Błonnik pokarmowy: 20.51 g; suma cukrów prostych: 93.18 g; Woda: 1360.60 g; Popiół: 22.62 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-10		
Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), kielbaska drobiowa z ketchupem 1 szt (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), 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 , Pałki z kurczaka gotowane 200g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN), sos rozmarynowo-cytrynowy 100ml , marchewka duomix 150g (ŚMIETANKA),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasta twarogowa z kaparami 70g (MLEKO), cukier 15g , Posiłek nocny: Ciasto marchewkowe niskoc 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 2933.91 kcal; Energia: 10614.70 kJ; Białko ogółem: 145.25 g; białko zwierzęce: 111.26 g; białko roślinne: 33.98 g; Tłuszcz: 107.09 g; Węglowodany ogółem: 376.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.68 g; Sód: 3893.36 mg; Potas: 5074.24 mg; Wapń: 912.04 mg; Fosfor: 2054.01 mg; Błonnik pokarmowy: 24.32 g; suma cukrów prostych: 87.40 g; Woda: 1477.08 g; Popiół: 21.40 g;		
niedziela 2024-03-10		
Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), kielbaska drobiowa z ketchupem 1 szt (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g , II Śniadanie: Mandarynka 100g ,	zupa rosół z makaronem 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Pałki z kurczaka pieczone 200g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN), mix warzyw wiosenny (9skł) 150g , Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasta twarogowa z kaparami 70g (MLEKO), sałata 20g , Posiłek nocny: Ciasto marchewkowe niskoc 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 2986.66 kcal; Energia: 10838.74 kJ; Białko ogółem: 151.88 g; białko zwierzęce: 117.76 g; białko roślinne: 34.11 g; Tłuszcz: 113.13 g; Węglowodany ogółem: 369.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.43 g; Sód: 3910.42 mg; Potas: 5399.44 mg; Wapń: 1179.53 mg; Fosfor: 2235.39 mg; Błonnik pokarmowy: 23.80 g; suma cukrów prostych: 79.60 g; Woda: 1662.35 g; Popiół: 23.23 g;		

Dietetyk

.....