

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-02-21		
Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
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), cukier 10g , ogórek zielony 50g ,	zupa pieczarkowa z makaronem 400ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , ziemniaki 300g , Surówka coleslaw 150g (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), bitki ze schabu duszone 100g (PSZENICA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN),	Herbata saszетка 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 70g (MLEKO), cukier 15g , Posiłek nocny: sok pomidorowo-warzywny 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2683.72 kcal; Energia: 9443.98 kJ; Białko ogółem: 109.83 g; białko zwierzęce: 77.08 g; białko roślinne: 34.80 g; Tłuszcz: 98.23 g; Węglowodany ogółem: 364.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.44 g; Sód: 2000.20 mg; Potas: 3836.23 mg; Wapń: 1264.95 mg; Fosfor: 1716.38 mg; Błonnik pokarmowy: 20.05 g; suma cukrów prostych: 80.58 g; Woda: 1259.79 g; Popiół: 17.36 g;		
środa 2024-02-21		
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 makaronowa 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , buraki 150g , ziemniaki 250g , Schab duszony w ziołach 100g ,	Herbata saszетка 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 70g (MLEKO), cukier 15g , Posiłek nocny: sok pomidorowo-warzywny 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2418.46 kcal; Energia: 8445.27 kJ; Białko ogółem: 106.75 g; białko zwierzęce: 72.24 g; białko roślinne: 33.11 g; Tłuszcz: 70.37 g; Węglowodany ogółem: 360.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.01 g; Sód: 1363.76 mg; Potas: 3771.68 mg; Wapń: 767.77 mg; Fosfor: 1443.87 mg; Błonnik pokarmowy: 16.59 g; suma cukrów prostych: 90.42 g; Woda: 1159.67 g; Popiół: 14.61 g;		
środa 2024-02-21		
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 pieczarkowa z makaronem 400ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki , ziemniaki 300g , Surówka coleslaw 150g (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Schab duszony w ziołach 100g , Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Herbata saszетка 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 70g (MLEKO), pomidor 50g , Posiłek nocny: sok pomidorowo-warzywny 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2650.48 kcal; Energia: 9304.24 kJ; Białko ogółem: 116.97 g; białko zwierzęce: 83.53 g; białko roślinne: 35.50 g; Tłuszcz: 97.73 g; Węglowodany ogółem: 352.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.85 g; Sód: 2099.33 mg; Potas: 4396.35 mg; Wapń: 1523.77 mg; Fosfor: 1916.18 mg; Błonnik pokarmowy: 22.14 g; suma cukrów prostych: 57.34 g; Woda: 1518.62 g; Popiół: 19.32 g;		
czwartek 2024-02-22		
Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 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), pomidor 50g , cukier 10g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ryż brązowy 200g , kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , pulpet w sosie pomidorowym 100g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), marchewka gotowana 120g (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszетка 1 szt , Pieczywo mieszane 150g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta śledziowa z jajkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, RYBY, GORCZYCA, SEZAM), cukier 15g , Posiłek nocny: sok pomidorowo-warzywny 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2381.33 kcal; Energia: 8472.55 kJ; Białko ogółem: 93.72 g; białko zwierzęce: 57.81 g; białko roślinne: 34.51 g; Tłuszcz: 68.00 g; Węglowodany ogółem: 377.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.34 g; Sód: 1992.67 mg; Potas: 2722.59 mg; Wapń: 754.79 mg; Fosfor: 1490.63 mg; Błonnik pokarmowy: 24.78 g; suma cukrów prostych: 79.57 g; Woda: 1020.19 g; Popiół: 13.99 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-02-22		
Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 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), pomidor 50g, cukier 10g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ryż brązowy 200g, kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, pulpet w sosie pomidorowym 100g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Marchewka gotowana 150g (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 70g (MLEKO), cukier 15g, Posiłek nocny: sok pomidorowo-warzywny 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2379.44 kcal; Energia: 8486.76 kJ; Białko ogółem: 96.39 g; białko zwierzęce: 60.66 g; białko roślinne: 34.32 g; Tłuszcz: 66.03 g; Węglowodany ogółem: 379.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.48 g; Sód: 1875.03 mg; Potas: 2747.29 mg; Wapń: 782.85 mg; Fosfor: 1507.72 mg; Błonnik pokarmowy: 25.57 g; suma cukrów prostych: 81.06 g; Woda: 1027.16 g; Popiół: 13.60 g;		
czwartek 2024-02-22		
Dieta: CUKRZYCOWAMYŚŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 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), pomidor 50g, II Śniadanie: banan 1 szt,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ryż brązowy 200g, kompot 250ml Z gorzki, pulpet w sosie pomidorowym 100g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), brukselka 150g (JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO, ŚMIETANKA), Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta śledziowa z jajkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, RYBY, GORCZYCA, SEZAM), pomidor 50g, Posiłek nocny: sok pomidorowo-warzywny 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2530.03 kcal; Energia: 9094.30 kJ; Białko ogółem: 107.01 g; białko zwierzęce: 64.32 g; białko roślinne: 41.29 g; Tłuszcz: 73.31 g; Węglowodany ogółem: 395.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.52 g; Sód: 1813.15 mg; Potas: 4019.15 mg; Wapń: 1057.65 mg; Fosfor: 1733.39 mg; Błonnik pokarmowy: 30.68 g; suma cukrów prostych: 69.58 g; Woda: 1310.81 g; Popiół: 17.51 g;		
piątek 2024-02-23		
Dieta: PODSTAWAMYŚLOWICE		
zupa mleczna z pł jęczmiennymi 350ml, 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,	zupa żurek 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), kompot 250ml Z gorzki, cukier 5g, ryba smażona 100g (JAJA, PSZENICA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO), surówka z kapusty kiszzonej 150g, ziemniaki 300g,	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: Mus tubka 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2418.35 kcal; Energia: 9020.87 kJ; Białko ogółem: 92.62 g; białko zwierzęce: 57.61 g; białko roślinne: 33.60 g; Tłuszcz: 72.20 g; Węglowodany ogółem: 372.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.65 g; Sód: 2044.41 mg; Potas: 4428.58 mg; Wapń: 495.95 mg; Fosfor: 1285.36 mg; Błonnik pokarmowy: 22.97 g; suma cukrów prostych: 94.71 g; Woda: 1228.23 g; Popiół: 18.21 g;		
piątek 2024-02-23		
Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z pł jęczmiennymi 350ml, 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,	kartoflany krem z majerankiem 350ml, kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, ryba gotowana 100g (PSZENICA, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), szpinak liściasty 150g, ziemniaki 300g, sos dietetyczny 100ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	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: Mus tubka 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2170.41 kcal; Energia: 7943.82 kJ; Białko ogółem: 89.64 g; białko zwierzęce: 57.20 g; białko roślinne: 31.04 g; Tłuszcz: 61.99 g; Węglowodany ogółem: 333.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.67 g; Sód: 1173.23 mg; Potas: 3388.90 mg; Wapń: 550.16 mg; Fosfor: 1102.80 mg; Błonnik pokarmowy: 19.12 g; suma cukrów prostych: 93.97 g; Woda: 1058.50 g; Popiół: 14.01 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-02-23		
Dieta: CUKRZYCOWAMYŚŁOWICE		
zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 350ml , 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: melon 150g ,	zupa żurek 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), kompot 250ml Z gorzki , ryba smażona 100g (JAJA, PSZENICA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO), surówka z kapusty kiszzonej 150g , ziemniaki 300g , Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Herbata saszетка 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 100g , Posiłek nocny: Mus tubka 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2266.24 kcal; Energia: 8150.21 kJ; Białko ogółem: 96.00 g; białko zwierzęce: 57.11 g; białko roślinne: 36.09 g; Tłuszcz: 69.03 g; Węglowodany ogółem: 343.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.25 g; Sód: 2158.85 mg; Potas: 5014.84 mg; Wapń: 671.25 mg; Fosfor: 1472.47 mg; Błonnik pokarmowy: 26.69 g; suma cukrów prostych: 49.81 g; Woda: 1389.43 g; Popiół: 21.36 g;		
sobota 2024-02-24		
Dieta: PODSTAWAMYŚŁOWICE		
zupa mleczna z ryżem brązowym 300ml (MLEKO), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), serek capresi light 2 plastry (MLEKO, GLUTEN), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g , cukier 10g , wędlina 40g (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA),	zupa grysikowa 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , pyzy z mięsem 250g (5 szt) (GLUTEN, JAJA, SELER), sałatka z buraczków i ogórka kiszzonego 150g (GLUTEN, JAJA, SELER, SEZAM),	Herbata saszетка 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 15g , Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA),
Wartości odżywcze: Energia: 3191.31 kcal; Energia: 10108.95 kJ; Białko ogółem: 98.13 g; białko zwierzęce: 49.50 g; białko roślinne: 36.23 g; Tłuszcz: 115.06 g; Węglowodany ogółem: 464.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.45 g; Sód: 1709.27 mg; Potas: 3732.06 mg; Wapń: 718.42 mg; Fosfor: 1192.58 mg; Błonnik pokarmowy: 30.07 g; suma cukrów prostych: 87.94 g; Woda: 949.19 g; Popiół: 15.08 g;		
sobota 2024-02-24		
Dieta: LEKKAMYŚŁOWICE		
zupa mleczna z ryżem brązowym 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), pomidor 50g , cukier 10g ,	zupa grysikowa 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , bukiet jarzyn 150g (SELER, ŚMIETANKA), pyzy z mięsem 250g (5 szt) (GLUTEN, JAJA, SELER),	Herbata saszетка 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 15g , Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA),
Wartości odżywcze: Energia: 2959.12 kcal; Energia: 9320.23 kJ; Białko ogółem: 100.61 g; białko zwierzęce: 49.09 g; białko roślinne: 37.72 g; Tłuszcz: 91.11 g; Węglowodany ogółem: 459.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.21 g; Sód: 1300.09 mg; Potas: 3786.93 mg; Wapń: 695.54 mg; Fosfor: 1266.45 mg; Błonnik pokarmowy: 32.04 g; suma cukrów prostych: 78.11 g; Woda: 925.54 g; Popiół: 15.48 g;		
sobota 2024-02-24		
Dieta: CUKRZYCOWAMYŚŁOWICE		
zupa mleczna z ryżem brązowym 300ml (MLEKO), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), serek capresi light 2 plastry (MLEKO, GLUTEN), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g , wędlina 40g (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA), II Śniadanie: jabłko 1 szt ,	zupa grysikowa 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki , pyzy z mięsem 250g (5 szt) (GLUTEN, JAJA, SELER), bukiet jarzyn 150g (SELER, ŚMIETANKA), Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Herbata saszетка 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 50g , Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA),
Wartości odżywcze: Energia: 3051.86 kcal; Energia: 9525.73 kJ; Białko ogółem: 106.72 g; białko zwierzęce: 55.84 g; białko roślinne: 38.48 g; Tłuszcz: 105.96 g; Węglowodany ogółem: 446.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.14 g; Sód: 1498.23 mg; Potas: 4190.53 mg; Wapń: 974.08 mg; Fosfor: 1412.92 mg; Błonnik pokarmowy: 34.95 g; suma cukrów prostych: 54.91 g; Woda: 1177.28 g; Popiół: 16.28 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-02-25 Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml (MLEKO), 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 lanym ciastem 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), kapusta czerwona 150g (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszетка 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), ser żółty 50g (MLEKO), cukier 15g , Posiłek nocny: chrupki kukurydziane (ORZ. LASKO, ŻYTO),
Wartości odżywcze: Energia: 3218.21 kcal; Energia: 11687.93 kJ; Białko ogółem: 149.40 g; białko zwierzęce: 112.94 g; białko roślinne: 38.51 g; Tłuszcz: 117.97 g; Węglowodany ogółem: 418.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.57 g; Sód: 3951.63 mg; Potas: 5002.63 mg; Wapń: 1208.50 mg; Fosfor: 2188.77 mg; Błonnik pokarmowy: 24.45 g; suma cukrów prostych: 103.32 g; Woda: 1404.63 g; Popiół: 23.97 g;		
niedziela 2024-02-25 Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml (MLEKO), 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 , buraki 150g ,	Herbata saszетка 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasta twarogowa natur. 80g (MLEKO), cukier 15g , Posiłek nocny: chrupki kukurydziane (ORZ. LASKO, ŻYTO),
Wartości odżywcze: Energia: 3188.17 kcal; Energia: 11701.31 kJ; Białko ogółem: 152.88 g; białko zwierzęce: 114.85 g; białko roślinne: 38.03 g; Tłuszcz: 113.47 g; Węglowodany ogółem: 416.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.95 g; Sód: 3823.30 mg; Potas: 5073.52 mg; Wapń: 829.86 mg; Fosfor: 2081.87 mg; Błonnik pokarmowy: 23.07 g; suma cukrów prostych: 106.72 g; Woda: 1425.83 g; Popiół: 21.99 g;		
niedziela 2024-02-25 Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml (MLEKO), 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: owoc 150g ,	zupa rosół z lanym ciastem 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Pałki z kurczaka pieczone 200g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN), kapusta czerwona 150g (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Herbata saszетка 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasta twarogowa natur. 80g (MLEKO), sałata 20g , Posiłek nocny: chrupki kukurydziane (ORZ. LASKO, ŻYTO),
Wartości odżywcze: Energia: 3157.02 kcal; Energia: 11531.30 kJ; Białko ogółem: 160.43 g; białko zwierzęce: 121.30 g; białko roślinne: 39.13 g; Tłuszcz: 111.70 g; Węglowodany ogółem: 408.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.64 g; Sód: 3982.95 mg; Potas: 5516.19 mg; Wapń: 1112.39 mg; Fosfor: 2304.98 mg; Błonnik pokarmowy: 26.87 g; suma cukrów prostych: 82.76 g; Woda: 1674.43 g; Popiół: 24.32 g;		
poniedziałek 2024-02-26 Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z makaronem razowym 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), jajecznica na maśle 80g (JAJA, ŚMIETANKA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g , cukier 10g ,	zupa z cielierzycy czerwonej 400ml (GLUTEN, JAJA, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), kasza jęczmienna 200g (JĘCZMIEN), kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , fasolka szparagowa 150g (JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO, OWIES), gulasz z indyka 150g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszетка 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 15g , Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA),
Wartości odżywcze: Energia: 2701.89 kcal; Energia: 8231.23 kJ; Białko ogółem: 94.53 g; białko zwierzęce: 48.92 g; białko roślinne: 33.21 g; Tłuszcz: 82.52 g; Węglowodany ogółem: 420.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.32 g; Sód: 1157.40 mg; Potas: 2326.82 mg; Wapń: 649.09 mg; Fosfor: 1244.98 mg; Błonnik pokarmowy: 31.66 g; suma cukrów prostych: 71.43 g; Woda: 834.57 g; Popiół: 10.96 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-02-26 Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z makaronem razowym 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŃZMIEŃ), masło 15g (ŚMIETANKA), jajecznicza na maśle 80g (JAJA, ŚMIETANKA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g , cukier 10g ,	zupa jarzynowa dietetyczna 400ml (MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , bukiet jarzyn 150g (SELER, ŚMIETANKA), indyk w sosie własnym 110/100ml ,	Herbata saszетка 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŃZMIEŃ), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlna 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 15g , Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA),
Wartości odżywcze: Energia: 2676.86 kcal; Energia: 7768.74 kJ; Białko ogółem: 86.14 g; białko zwierzęce: 37.87 g; białko roślinne: 35.87 g; Tłuszcz: 77.86 g; Węglowodany ogółem: 433.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.77 g; Sód: 1310.71 mg; Potas: 4030.64 mg; Wapń: 611.33 mg; Fosfor: 1175.37 mg; Błonnik pokarmowy: 33.02 g; suma cukrów prostych: 73.68 g; Woda: 1162.86 g; Popiół: 14.44 g;		
poniedziałek 2024-02-26 Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z makaronem razowym 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŃZMIEŃ), masło 15g (ŚMIETANKA), jajecznicza na maśle 80g (JAJA, ŚMIETANKA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g , II Śniadanie: owoc 150g ,	zupa z ciecierzycy czerwonej 400ml (GLUTEN, JAJA, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), kasza jećzmienna 200g (JEŃZMIEŃ), kompot 250ml Z gorzki , fasolka szparagowa 150g (JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO, OWIES), gulasz z indyka 150g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Herbata saszетка 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŃZMIEŃ), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlna 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), salata 5g , Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA),
Wartości odżywcze: Energia: 2701.84 kcal; Energia: 8230.43 kJ; Białko ogółem: 101.50 g; białko zwierzęce: 55.37 g; białko roślinne: 33.73 g; Tłuszcz: 85.98 g; Węglowodany ogółem: 408.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.15 g; Sód: 1253.25 mg; Potas: 2779.82 mg; Wapń: 909.44 mg; Fosfor: 1439.53 mg; Błonnik pokarmowy: 33.98 g; suma cukrów prostych: 48.35 g; Woda: 1064.08 g; Popiół: 12.81 g;		
wtorek 2024-02-27 Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą jećzmienna 300ml (MLEKO, JEŃZMIEŃ), 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 , zupa szpinakowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Marchewka z groszkiem 150g (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kotlet schabowy 100g (JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO), ziemniaki 300g ,	Herbata saszетка 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŃZMIEŃ), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlna 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 15g , pomidor 50g , Posiłek nocny: owoc 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2891.85 kcal; Energia: 11017.75 kJ; Białko ogółem: 115.24 g; białko zwierzęce: 78.74 g; białko roślinne: 35.11 g; Tłuszcz: 107.74 g; Węglowodany ogółem: 394.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.31 g; Sód: 1990.51 mg; Potas: 5059.20 mg; Wapń: 855.88 mg; Fosfor: 1711.63 mg; Błonnik pokarmowy: 28.44 g; suma cukrów prostych: 104.15 g; Woda: 1512.64 g; Popiół: 18.58 g;		
wtorek 2024-02-27 Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą jećzmienna 300ml (MLEKO, JEŃZMIEŃ), Pieczywo mieszane 50g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŃZMIEŃ), 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 , zupa szpinakowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), szynka wp gotowana 100g (PISTACJE), sos z tymiankiem 100ml (MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 300g , Marchewka oprószana 150g (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszетка 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŃZMIEŃ), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlna 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 15g , pomidor 50g , Posiłek nocny: owoc 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2733.88 kcal; Energia: 10100.53 kJ; Białko ogółem: 105.78 g; białko zwierzęce: 69.65 g; białko roślinne: 34.73 g; Tłuszcz: 90.06 g; Węglowodany ogółem: 402.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.13 g; Sód: 2068.52 mg; Potas: 4791.38 mg; Wapń: 827.19 mg; Fosfor: 1572.28 mg; Błonnik pokarmowy: 26.45 g; suma cukrów prostych: 108.60 g; Woda: 1459.88 g; Popiół: 18.42 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-02-27		
Dieta: CUKRZYCOWAMYŚLOWICE		
zupa mleczna z kaszą jęczmienna 300ml (MLEKO, JEŹCZMIEN), Pieczywo mieszane 50g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŹCZMIEN), 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 , zupa szpinakowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), szynka wp gotowana 100g (PISTACJE), Mix sałat z pomidorem i ogórkiem 150g (MLEKO, GLUTEN), ziemniaki 300g , sos z tymiankiem 100ml (MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczerek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŹCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 100g , Posiłek nocny: owoc 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2388.07 kcal; Energia: 8601.74 kJ; Białko ogółem: 105.23 g; białko zwierzęce: 69.06 g; białko roślinne: 33.37 g; Tłuszcz: 79.02 g; Węglowodany ogółem: 343.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.34 g; Sód: 1746.14 mg; Potas: 5295.18 mg; Wapń: 979.75 mg; Fosfor: 1720.57 mg; Błonnik pokarmowy: 27.88 g; suma cukrów prostych: 60.20 g; Woda: 1637.80 g; Popiół: 20.74 g;		
środa 2024-02-28		
Dieta: PODSTAWAMYŚLOWICE		
zupa mleczna z pł.kukurydzianymi 250ml (MLEKO, ORZ. LASKO, ORZECHY AR), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŹCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), jajecznicza na maśle 80g (JAJA, ŚMIETANKA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g , cukier 10g ,	zupa pomidorowa z makaronem 400ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , mix warzyw wiosenny (9skł) 150g , stek z indyka mielony 110g (SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŹCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 15g , Posiłek nocny: CRIPSY JABŁKOWE 1 SZT ,
Wartości odżywcze: Energia: 2759.08 kcal; Energia: 9811.18 kJ; Białko ogółem: 100.75 g; białko zwierzęce: 66.11 g; białko roślinne: 31.25 g; Tłuszcz: 79.60 g; Węglowodany ogółem: 424.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.89 g; Sód: 2294.58 mg; Potas: 3914.61 mg; Wapń: 574.25 mg; Fosfor: 1402.85 mg; Błonnik pokarmowy: 29.79 g; suma cukrów prostych: 73.65 g; Woda: 1042.82 g; Popiół: 16.63 g;		
środa 2024-02-28		
Dieta: LEKKAMYŚLOWICE		
zupa mleczna z pł.kukurydzianymi 250ml (MLEKO, ORZ. LASKO, ORZECHY AR), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŹCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), jajecznicza na maśle 80g (JAJA, ŚMIETANKA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g , cukier 10g ,	zupa pomidorowa z makaronem 400ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , cukinia puree 150g (SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŚMIETANKA), indyk gotowany 100g (SELER),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŹCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 15g , Posiłek nocny: CRIPSY JABŁKOWE 1 SZT ,
Wartości odżywcze: Energia: 2718.80 kcal; Energia: 9626.71 kJ; Białko ogółem: 97.12 g; białko zwierzęce: 60.33 g; białko roślinne: 33.39 g; Tłuszcz: 75.01 g; Węglowodany ogółem: 429.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.49 g; Sód: 1614.63 mg; Potas: 4223.21 mg; Wapń: 599.22 mg; Fosfor: 1388.71 mg; Błonnik pokarmowy: 31.53 g; suma cukrów prostych: 74.59 g; Woda: 1191.22 g; Popiół: 15.56 g;		
środa 2024-02-28		
Dieta: CUKRZYCOWAMYŚLOWICE		
zupa mleczna z pł.kukurydzianymi 250ml (MLEKO, ORZ. LASKO, ORZECHY AR), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŹCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), jajecznicza na maśle 80g (JAJA, ŚMIETANKA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g , II Śniadanie: owoc 150g ,	zupa pomidorowa z makaronem 400ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 250g , kompot 250ml Z gorzki , mix warzyw wiosenny (9skł) 150g , indyk gotowany 100g (SELER), Podwieczerek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŹCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), salata 5g , Posiłek nocny: CRIPSY JABŁKOWE 1 SZT ,
Wartości odżywcze: Energia: 2664.59 kcal; Energia: 9436.37 kJ; Białko ogółem: 101.37 g; białko zwierzęce: 66.80 g; białko roślinne: 31.18 g; Tłuszcz: 77.81 g; Węglowodany ogółem: 405.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.10 g; Sód: 1654.87 mg; Potas: 4091.67 mg; Wapń: 830.98 mg; Fosfor: 1508.69 mg; Błonnik pokarmowy: 31.58 g; suma cukrów prostych: 50.30 g; Woda: 1226.28 g; Popiół: 16.14 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-02-29		
Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 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), ogórek kiszony 50g, cukier 10g,	kompot 250ml Z gorzki, cukier 5g, ziemniaki 300g, kaszanka 100g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, PISTACJE), Kapusta zasmażana 150g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), zupa ryżowa z brukselką 400ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszетка 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: kiwi 150g,
Wartości odżywcze: Energia: 2427.32 kcal; Energia: 8296.90 kJ; Białko ogółem: 86.00 g; białko zwierzęce: 46.85 g; białko roślinne: 36.35 g; Tłuszcz: 75.51 g; Węglowodany ogółem: 379.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.93 g; Sód: 3120.73 mg; Potas: 4326.15 mg; Wapń: 769.92 mg; Fosfor: 1328.30 mg; Błonnik pokarmowy: 23.71 g; suma cukrów prostych: 73.47 g; Woda: 1377.14 g; Popiół: 22.76 g;		
czwartek 2024-02-29		
Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 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), pomidor 50g, cukier 10g,	kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, ziemniaki 300g, Filet z kurczaka gotowany w sosie z rozmarynem 110g, dynia puree 150g, zupa ryżowa 400ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszетка 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: kiwi 150g,
Wartości odżywcze: Energia: 1980.82 kcal; Energia: 7052.73 kJ; Białko ogółem: 95.79 g; białko zwierzęce: 67.59 g; białko roślinne: 25.40 g; Tłuszcz: 47.17 g; Węglowodany ogółem: 311.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.65 g; Sód: 1174.47 mg; Potas: 4422.08 mg; Wapń: 660.95 mg; Fosfor: 1477.36 mg; Błonnik pokarmowy: 16.42 g; suma cukrów prostych: 77.34 g; Woda: 1236.50 g; Popiół: 16.54 g;		
czwartek 2024-02-29		
Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (MLEKO), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), ogórek kiszony 50g, masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), II Śniadanie: kiwi 150g,	kompot 250ml Z gorzki, ziemniaki 300g, Filet z kurczaka gotowany w sosie z rozmarynem 110g, kapusta zasmażana 120g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), zupa ryżowa z brukselką 400ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Herbata saszетка 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 100g, Posiłek nocny: CRIPSY JABŁKOWE 1 SZT,
Wartości odżywcze: Energia: 2368.62 kcal; Energia: 8689.96 kJ; Białko ogółem: 107.33 g; białko zwierzęce: 74.04 g; białko roślinne: 28.49 g; Tłuszcz: 56.02 g; Węglowodany ogółem: 374.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.17 g; Sód: 2235.61 mg; Potas: 5150.62 mg; Wapń: 986.17 mg; Fosfor: 1706.96 mg; Błonnik pokarmowy: 34.43 g; suma cukrów prostych: 51.17 g; Woda: 1559.96 g; Popiół: 22.73 g;		

Dietetyk

.....