

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-05-21</b>		
<b>Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE</b>		
zupa mleczna z kaszą jęczmienna 300ml ( <b>MLEKO, JĘCZMIEN</b> ), bułka maślana 1szt (80g) ( <b>JAJA, PSZENICA, SEZAM</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), twaróg 70g ( <b>MLEKO</b> ), cukier 10g ,	kompot 250ml Z gorzki , cukier 5g , zupa szpinakowa z ryżem 400ml ( <b>PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), mizeria 120g ( <b>MLEKO</b> ), kotlet schabowy 100g ( <b>JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO</b> ), ziemniaki 300g ,	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), cukier 15g , pomidor 50g , <b>Posiłek nocny:</b> owoc 150g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2842.14 kcal; Energia: 10912.35 kJ; Białko ogółem: 114.57 g; białko zwierzęce: 79.13 g; białko roślinne: 34.04 g; Tłuszcz: 102.54 g; Węglowodany ogółem: 388.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.06 g; Sód: 1478.96 mg; Potas: 4316.36 mg; Wapń: 862.48 mg; Fosfor: 1674.30 mg; Błonnik pokarmowy: 22.73 g; suma cukrów prostych: 101.43 g; Woda: 1437.15 g; Popiół: 16.94 g;		
<b>wtorek 2024-05-21</b>		
<b>Dieta: LEKKAMYSŁOWICE</b>		
zupa mleczna z kaszą jęczmienna 300ml ( <b>MLEKO, JĘCZMIEN</b> ), Pieczywo mieszane 50g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), bułka maślana 1szt (80g) ( <b>JAJA, PSZENICA, SEZAM</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), twaróg 70g ( <b>MLEKO</b> ), cukier 10g ,	kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , zupa szpinakowa z ryżem 400ml ( <b>PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), szynka wp gotowana 100g , sos z tymiankiem 100ml ( <b>MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), ziemniaki 300g , Marchewka oprószana 150g ( <b>PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), cukier 15g , pomidor 50g , <b>Posiłek nocny:</b> owoc 150g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2745.31 kcal; Energia: 10255.09 kJ; Białko ogółem: 105.81 g; białko zwierzęce: 69.51 g; białko roślinne: 34.90 g; Tłuszcz: 89.66 g; Węglowodany ogółem: 405.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.83 g; Sód: 1870.68 mg; Potas: 4202.03 mg; Wapń: 834.79 mg; Fosfor: 1540.57 mg; Błonnik pokarmowy: 25.67 g; suma cukrów prostych: 107.76 g; Woda: 1362.79 g; Popiół: 17.15 g;		
<b>wtorek 2024-05-21</b>		
<b>Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE</b>		
zupa mleczna z kaszą jęczmienna 300ml ( <b>MLEKO, JĘCZMIEN</b> ), Pieczywo mieszane 50g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), papryka konserwowa 50g ( <b>S02</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), bułka grahamka 80g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> owoc 150g ,	kompot 250ml Z gorzki , zupa szpinakowa z ryżem 400ml ( <b>PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), szynka wp gotowana 100g , marchew DUO 100g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), ziemniaki 300g , sos z tymiankiem 100ml ( <b>MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), <b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), pomidor 100g , <b>Posiłek nocny:</b> owoc 150g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2418.90 kcal; Energia: 8837.01 kJ; Białko ogółem: 105.35 g; białko zwierzęce: 68.72 g; białko roślinne: 33.83 g; Tłuszcz: 79.38 g; Węglowodany ogółem: 351.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.54 g; Sód: 1604.09 mg; Potas: 4843.84 mg; Wapń: 999.57 mg; Fosfor: 1699.42 mg; Błonnik pokarmowy: 29.38 g; suma cukrów prostych: 60.55 g; Woda: 1569.77 g; Popiół: 19.45 g;		
<b>środa 2024-05-22</b>		
<b>Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE</b>		
zupa mleczna z pł.kukurydzianymi 250ml ( <b>MLEKO, ORZ. LASKO, ORZECHY AR</b> ), Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), jajecznica na maśle 80g ( <b>JAJA, ŚMIETANKA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pomidor 50g , cukier 10g ,	zupa pomidorowa z makaronem 400ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , mix warzyw wiosenny (9skl) 150g , stek z indyka 110g ( <b>SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), cukier 15g , <b>Posiłek nocny:</b> CRIPSY JABŁKOWE 1 SZT ,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-05-22</b> <b>Dieta: LEKKAMYSŁOWICE</b>		
zupa mleczna z pł.kukurydzianymi 250ml ( <b>MLEKO, ORZ. LASKO, ORZECHY AR</b> ), Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), jajecznica na maśle 80g ( <b>JAJA, ŚMIETANKA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pomidor 50g, cukier 10g,	zupa pomidorowa z makaronem 400ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), ziemniaki 300g, kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, cukinia puree 150g ( <b>SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŚMIETANKA</b> ), indyk gotowany 100g ( <b>SELER</b> ),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), cukier 15g, <b>Posiłek nocny:</b> CRIPSY JABŁKOWE 1 SZT,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>środa 2024-05-22</b> <b>Dieta: CUKRZYCOWAMYŚŁOWICE</b>		
zupa mleczna z pł.kukurydzianymi 250ml ( <b>MLEKO, ORZ. LASKO, ORZECHY AR</b> ), Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), jajecznica na maśle 80g ( <b>JAJA, ŚMIETANKA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pomidor 50g, <b>II Śniadanie:</b> owoc 150g,	zupa pomidorowa z makaronem 400ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, mix warzyw wiosenny (9skł) 150g, indyk gotowany 100g ( <b>SELER</b> ), <b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), sałata 5g, <b>Posiłek nocny:</b> CRIPSY JABŁKOWE 1 SZT,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>czwartek 2024-05-23</b> <b>Dieta: PODSTAWAMYŚŁOWICE</b>		
zupa mleczna z kaszą manną 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, PSZENICA</b> ), Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), ogórek kiszony 50g, cukier 10g,	kompot 250ml Z gorzki, cukier 5g, ryż 200g, Schab pieczony z sosem pieczeniowym 100g ( <b>GLUTEN, ORZECHY AR, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), surówka z kapusty białej z koperkiem 150g ( <b>SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), Zupa dyniowa 400ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), cukier 15g, pomidor 50g, <b>Posiłek nocny:</b> kiwi 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2468.24 kcal; Energia: 8741.94 kJ; Białko ogółem: 111.02 g; białko zwierzęce: 76.14 g; białko roślinne: 32.09 g; Tłuszcz: 73.72 g; Węglowodany ogółem: 364.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.81 g; Sód: 2437.68 mg; Potas: 3336.13 mg; Wapń: 831.43 mg; Fosfor: 1477.52 mg; Błonnik pokarmowy: 19.67 g; suma cukrów prostych: 72.97 g; Woda: 1192.47 g; Popiół: 18.06 g;		
<b>czwartek 2024-05-23</b> <b>Dieta: LEKKAMYSŁOWICE</b>		
zupa mleczna z kaszą manną 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, PSZENICA</b> ), Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pomidor 50g, cukier 10g,	kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, ryż 200g, Schab duszony w ziołach 100g, marchewka duomix 120g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), Zupa dyniowa 400ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), cukier 15g, pomidor 50g, <b>Posiłek nocny:</b> kiwi 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2160.90 kcal; Energia: 8050.14 kJ; Białko ogółem: 98.50 g; białko zwierzęce: 71.18 g; białko roślinne: 24.52 g; Tłuszcz: 65.05 g; Węglowodany ogółem: 314.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.92 g; Sód: 1239.07 mg; Potas: 3141.23 mg; Wapń: 735.04 mg; Fosfor: 1361.00 mg; Błonnik pokarmowy: 17.10 g; suma cukrów prostych: 78.54 g; Woda: 1079.70 g; Popiół: 13.87 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-05-23</b> <b>Dieta: CUKRZYCOWAMYŚŁOWICE</b>		
zupa mleczna z kaszą manną 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, PSZENICA</b> ), Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), ogórek kiszony 50g, masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), <b>II Śniadanie:</b> kiwi 150g,	kompot 250ml Z gorzki, ryż 200g, Schab duszony w ziołach 100g, surówka z kapusty białej z koperkiem 150g ( <b>SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), Zupa dyniowa 400ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), <b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), pomidor 100g, <b>Posiłek nocny:</b> CRIPSY JABŁKOWE 1 SZT,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2547.14 kcal; Energia: 9649.25 kJ; Białko ogółem: 109.56 g; białko zwierzęce: 77.63 g; białko roślinne: 27.14 g; Tłuszcz: 72.97 g; Węglowodany ogółem: 377.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.86 g; Sód: 2178.74 mg; Potas: 3648.81 mg; Wapń: 1074.89 mg; Fosfor: 1589.69 mg; Błonnik pokarmowy: 32.42 g; suma cukrów prostych: 51.28 g; Woda: 1334.81 g; Popiół: 18.67 g;		
<b>piątek 2024-05-24</b> <b>Dieta: PODSTAWAMYŚŁOWICE</b>		
zupa mleczna z pł.owsianymi 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), bułka maślana 1szt (80g) ( <b>JAJA, PSZENICA, SEZAM</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), dżem 25g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), twaróg 70g ( <b>MLEKO</b> ), cukier 10g,	zupa pieczarkowa z makaronem 400ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot 250ml Z gorzki, cukier 5g, ryba smażona 100g ( <b>JAJA, PSZENICA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO</b> ), Surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem 120g, ziemniaki 250g,	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), cukier 15g, pomidor 50g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus tubka 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2520.91 kcal; Energia: 9514.92 kJ; Białko ogółem: 106.39 g; białko zwierzęce: 70.28 g; białko roślinne: 34.72 g; Tłuszcz: 75.07 g; Węglowodany ogółem: 376.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.81 g; Sód: 1845.97 mg; Potas: 4116.32 mg; Wapń: 924.90 mg; Fosfor: 1593.41 mg; Błonnik pokarmowy: 22.18 g; suma cukrów prostych: 110.09 g; Woda: 1366.86 g; Popiół: 17.17 g;		
<b>piątek 2024-05-24</b> <b>Dieta: LEKKAMYŚŁOWICE</b>		
zupa mleczna z pł.owsianymi 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), Pieczywo mieszane 50g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), bułka maślana 1szt (80g) ( <b>JAJA, PSZENICA, SEZAM</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), dżem 25g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), twaróg 70g ( <b>MLEKO</b> ), cukier 10g,	zupa makaronowa 400ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, ryba gotowana 100g ( <b>PSZENICA, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), Mix warzyw gotowanych z bazylią i tymiankiem 150g ( <b>SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN</b> ), ziemniaki 300g, sos rozmarynowo-cytrynowy 100ml,	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), cukier 15g, pomidor 50g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus tubka 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2497.91 kcal; Energia: 9320.83 kJ; Białko ogółem: 113.35 g; białko zwierzęce: 74.32 g; białko roślinne: 37.63 g; Tłuszcz: 59.99 g; Węglowodany ogółem: 399.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.48 g; Sód: 1945.10 mg; Potas: 4181.94 mg; Wapń: 912.15 mg; Fosfor: 1592.66 mg; Błonnik pokarmowy: 23.39 g; suma cukrów prostych: 111.69 g; Woda: 1371.31 g; Popiół: 17.62 g;		
<b>piątek 2024-05-24</b> <b>Dieta: CUKRZYCOWAMYŚŁOWICE</b>		
zupa mleczna z pł.owsianymi 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), Pieczywo mieszane 50g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), papryka konserwowa 50g ( <b>S02</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), bułka grahamka 80g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> owoc 150g,	zupa pieczarkowa z makaronem 400ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot 250ml Z gorzki, ryba smażona 100g ( <b>JAJA, PSZENICA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO</b> ), Surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem 120g, ziemniaki 250g, <b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), pomidor 100g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus tubka 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2419.80 kcal; Energia: 8855.76 kJ; Białko ogółem: 110.22 g; białko zwierzęce: 69.77 g; białko roślinne: 37.65 g; Tłuszcz: 72.35 g; Węglowodany ogółem: 360.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.46 g; Sód: 1961.90 mg; Potas: 4849.57 mg; Wapń: 1104.70 mg; Fosfor: 1791.01 mg; Błonnik pokarmowy: 28.15 g; suma cukrów prostych: 68.64 g; Woda: 1623.17 g; Popiół: 20.62 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-05-25</b>		
<b>Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE</b>		
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), ser żółty 50g ( <b>MLEKO</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), cukier 10g, ogórek zielony 50g,	zupa krupnik 400ml ( <b>GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, JĘCZMIEN</b> ), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, knedle z owocami i masłem 300g, surówka z marchewki i ananasa 150g ( <b>MLEKO, PSZENICA</b> ),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), Pasta twarogowa z koperkiem 70g ( <b>MLEKO</b> ), cukier 15g, <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowo-warzywny 1 szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 3040.02 kcal; Energia: 11068.41 kJ; Białko ogółem: 98.52 g; białko zwierzęce: 60.15 g; białko roślinne: 40.42 g; Tłuszcz: 113.75 g; Węglowodany ogółem: 437.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.24 g; Sód: 1569.67 mg; Potas: 4659.64 mg; Wapń: 1218.98 mg; Fosfor: 1683.04 mg; Błonnik pokarmowy: 26.67 g; suma cukrów prostych: 85.08 g; Woda: 1111.65 g; Popiół: 16.87 g;		
<b>sobota 2024-05-25</b>		
<b>Dieta: LEKKAMYSŁOWICE</b>		
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), cukier 10g, sałata 5g,	zupa krupnik 400ml ( <b>GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, JĘCZMIEN</b> ), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, knedle z owocami i masłem 300g, surówka z marchewki i ananasa 150g ( <b>MLEKO, PSZENICA</b> ),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), Pasta twarogowa z koperkiem 70g ( <b>MLEKO</b> ), cukier 15g, <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowo-warzywny 1 szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2919.72 kcal; Energia: 10623.56 kJ; Białko ogółem: 97.24 g; białko zwierzęce: 55.65 g; białko roślinne: 40.19 g; Tłuszcz: 101.21 g; Węglowodany ogółem: 436.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.58 g; Sód: 1465.37 mg; Potas: 4759.34 mg; Wapń: 782.18 mg; Fosfor: 1516.59 mg; Błonnik pokarmowy: 26.49 g; suma cukrów prostych: 85.03 g; Woda: 1084.12 g; Popiół: 16.12 g;		
<b>sobota 2024-05-25</b>		
<b>Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE</b>		
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), ser żółty 50g ( <b>MLEKO</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), ogórek zielony 50g, <b>II Śniadanie:</b> owoc 150g,	zupa krupnik 400ml ( <b>GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, JĘCZMIEN</b> ), kompot 250ml Z gorzki, pyzy z mięsem 300g (6 szt), bukiet jarzyn 150g ( <b>SELER, ŚMIETANKA</b> ), <b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), Pasta twarogowa z koperkiem 70g ( <b>MLEKO</b> ), pomidor 50g, <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowo-warzywny 1 szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2691.94 kcal; Energia: 9656.93 kJ; Białko ogółem: 94.49 g; białko zwierzęce: 56.96 g; białko roślinne: 39.58 g; Tłuszcz: 91.56 g; Węglowodany ogółem: 402.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.46 g; Sód: 1494.91 mg; Potas: 3893.87 mg; Wapń: 1480.40 mg; Fosfor: 1661.42 mg; Błonnik pokarmowy: 25.87 g; suma cukrów prostych: 73.12 g; Woda: 1469.18 g; Popiół: 16.72 g;		
<b>niedziela 2024-05-26</b>		
<b>Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE</b>		
zupa mleczna z zacierką 300ml ( <b>MLEKO, JAJA, PSZENICA</b> ), Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), kielbaska drobiowa z ketchupem 1 szt ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pomidor 50g, cukier 10g,	zupa rosół z makaronem 400ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), ziemniaki 300g, kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, Pałki z kurczaka pieczone 200g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN</b> ), mix warzyw wiosenny (9skl) 150g,	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), ser żółty 50g ( <b>MLEKO</b> ), cukier 15g, <b>Posiłek nocny:</b> Ciasto marchewkowe niskoc 80g ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SEZAM</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2943.86 kcal; Energia: 10536.99 kJ; Białko ogółem: 139.58 g; białko zwierzęce: 111.00 g; białko roślinne: 30.63 g; Tłuszcz: 120.11 g; Węglowodany ogółem: 352.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.16 g; Sód: 3873.07 mg; Potas: 4620.39 mg; Wapń: 1133.33 mg; Fosfor: 2063.19 mg; Błonnik pokarmowy: 20.22 g; suma cukrów prostych: 88.30 g; Woda: 1291.69 g; Popiół: 22.13 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-05-26</b>		<b>Dieta: LEKKAMYSŁOWICE</b>
zupa mleczna z zacierką 300ml ( <b>MLEKO, JAJA, PSZENICA</b> ), Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), kielbaska drobiowa z ketchupem 1 szt ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pomidor 50g ,	zupa rosół z makaronem 400ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Pałki z kurczaka gotowane 200g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN</b> ), sos rozmarynowo-cytrynowy 100ml , marchewka duomix 150g ( <b>ŚMIETANKA</b> ),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), pasta twarogowa z kaparami 70g ( <b>MLEKO</b> ), cukier 15g , <b>Posiłek nocny:</b> Ciasto marchewkowe niskoc 80g ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SEZAM</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2832.11 kcal; Energia: 10168.10 kJ; Białko ogółem: 142.86 g; białko zwierzęce: 110.99 g; białko roślinne: 31.87 g; Tłuszcz: 107.20 g; Węglowodany ogółem: 353.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.20 g; Sód: 3882.96 mg; Potas: 4947.64 mg; Wapń: 801.29 mg; Fosfor: 1997.41 mg; Błonnik pokarmowy: 24.03 g; suma cukrów prostych: 82.53 g; Woda: 1408.17 g; Popiół: 20.91 g;		
<b>niedziela 2024-05-26</b>		<b>Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE</b>
zupa mleczna z zacierką 300ml ( <b>MLEKO, JAJA, PSZENICA</b> ), Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), kielbaska drobiowa z ketchupem 1 szt ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pomidor 50g , <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 150g ,	zupa rosół z makaronem 400ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Pałki z kurczaka pieczone 200g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN</b> ), mix warzyw wiosenny (9skł) 150g , <b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), pasta twarogowa z kaparami 70g ( <b>MLEKO</b> ), sałata 20g , <b>Posiłek nocny:</b> Ciasto marchewkowe niskoc 80g ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SEZAM</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2884.86 kcal; Energia: 10392.14 kJ; Białko ogółem: 149.49 g; białko zwierzęce: 117.49 g; białko roślinne: 32.00 g; Tłuszcz: 113.24 g; Węglowodany ogółem: 346.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.94 g; Sód: 3900.02 mg; Potas: 5272.84 mg; Wapń: 1068.78 mg; Fosfor: 2178.79 mg; Błonnik pokarmowy: 23.51 g; suma cukrów prostych: 74.73 g; Woda: 1593.44 g; Popiół: 22.73 g;		
<b>poniedziałek 2024-05-27</b>		<b>Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE</b>
zupa mleczna z ryżem 300ml ( <b>MLEKO</b> ), Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), jajecznica na maśle 80g ( <b>JAJA, ŚMIETANKA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pomidor 50g , cukier 10g ,	zupa grochówka 400ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, BIAŁKO JAJ</b> ), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , buraki 150g , zraz duszony 100g ( <b>GLUTEN, JAJA, PSZENICA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), cukier 15g , <b>Posiłek nocny:</b> BISZKOPTY 40G ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 3137.23 kcal; Energia: 9693.14 kJ; Białko ogółem: 118.18 g; białko zwierzęce: 56.30 g; białko roślinne: 49.48 g; Tłuszcz: 92.20 g; Węglowodany ogółem: 491.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.35 g; Sód: 1627.18 mg; Potas: 5162.01 mg; Wapń: 779.27 mg; Fosfor: 1695.20 mg; Błonnik pokarmowy: 40.96 g; suma cukrów prostych: 89.90 g; Woda: 1331.07 g; Popiół: 18.58 g;		
<b>poniedziałek 2024-05-27</b>		<b>Dieta: LEKKAMYSŁOWICE</b>
zupa mleczna z ryżem 300ml ( <b>MLEKO</b> ), Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), jajecznica na maśle 80g ( <b>JAJA, ŚMIETANKA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pomidor 50g , cukier 10g ,	zupa koperkowa z ziemniakami 400ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , buraki 150g , potrawka z kurczaka 110g ( <b>PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), cukier 15g , <b>Posiłek nocny:</b> BISZKOPTY 40G ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2927.19 kcal; Energia: 8780.09 kJ; Białko ogółem: 104.71 g; białko zwierzęce: 58.32 g; białko roślinne: 33.98 g; Tłuszcz: 89.73 g; Węglowodany ogółem: 451.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.82 g; Sód: 1698.54 mg; Potas: 4867.33 mg; Wapń: 760.30 mg; Fosfor: 1475.74 mg; Błonnik pokarmowy: 33.44 g; suma cukrów prostych: 90.78 g; Woda: 1403.59 g; Popiół: 17.23 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-05-27</b>		
<b>Dieta: CUKRZYCOWAMYŚŁOWICE</b>		
zupa mleczna z ryżem 300ml ( <b>MLEKO</b> ), Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), jajecznica na maśle 80g ( <b>JAJA, ŚMIETANKA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pomidor 50g , <b>II Śniadanie:</b> owoc 150g ,	zupa grochówka 400ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, BIAŁKO JAJ</b> ), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , surówka z selera 150g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER</b> ), zraz duszony 100g ( <b>GLUTEN, JAJA, PSZENICA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ), <b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), sałata 5g , <b>Posiłek nocny:</b> BISZKOPTY 40G ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 3093.43 kcal; Energia: 9458.38 kJ; Białko ogółem: 126.11 g; białko zwierzęce: 63.61 g; białko roślinne: 50.10 g; Tłuszcz: 91.08 g; Węglowodany ogółem: 483.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.29 g; Sód: 1792.55 mg; Potas: 5778.76 mg; Wapń: 1086.05 mg; Fosfor: 2021.50 mg; Błonnik pokarmowy: 48.81 g; suma cukrów prostych: 59.79 g; Woda: 1609.59 g; Popiół: 20.89 g;		
<b>wtorek 2024-05-28</b>		
<b>Dieta: PODSTAWAMYŚŁOWICE</b>		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml ( <b>MLEKO</b> ), bułka maślana 1szt (80g) ( <b>JAJA, PSZENICA, SEZAM</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), twaróg 70g ( <b>MLEKO</b> ), cukier 10g ,	kompot 250ml Z gorzki , cukier 5g , kasza jęczmienna 200g ( <b>JĘCZMIEN</b> ), gulasz dietetyczny z szynki wieprzowej 110g ( <b>MLEKO</b> ), kapusta zasmażana 120g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), Zupa jarzynowa z zacierką 400ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), cukier 15g , pomidor 50g , <b>Posiłek nocny:</b> owoc 150g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2360.98 kcal; Energia: 8930.88 kJ; Białko ogółem: 99.69 g; białko zwierzęce: 63.56 g; białko roślinne: 34.73 g; Tłuszcz: 65.65 g; Węglowodany ogółem: 365.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.96 g; Sód: 2189.04 mg; Potas: 4273.43 mg; Wapń: 801.76 mg; Fosfor: 1556.97 mg; Błonnik pokarmowy: 22.83 g; suma cukrów prostych: 100.94 g; Woda: 1387.03 g; Popiół: 19.02 g;		
<b>wtorek 2024-05-28</b>		
<b>Dieta: LEKKAMYŚŁOWICE</b>		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml ( <b>MLEKO</b> ), Pieczywo mieszane 50g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), bułka maślana 1szt (80g) ( <b>JAJA, PSZENICA, SEZAM</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), twaróg 70g ( <b>MLEKO</b> ), cukier 10g ,	kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , kasza jęczmienna 200g ( <b>JĘCZMIEN</b> ), gulasz dietetyczny z szynki wieprzowej 110g ( <b>MLEKO</b> ), szpinak duszony 120g , Zupa jarzynowa z zacierką 400ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), cukier 15g , pomidor 50g , <b>Posiłek nocny:</b> owoc 150g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2453.92 kcal; Energia: 9135.23 kJ; Białko ogółem: 101.71 g; białko zwierzęce: 65.34 g; białko roślinne: 34.97 g; Tłuszcz: 61.94 g; Węglowodany ogółem: 391.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.84 g; Sód: 1624.22 mg; Potas: 3869.18 mg; Wapń: 749.25 mg; Fosfor: 1492.11 mg; Błonnik pokarmowy: 19.17 g; suma cukrów prostych: 105.88 g; Woda: 1218.43 g; Popiół: 15.12 g;		
<b>wtorek 2024-05-28</b>		
<b>Dieta: CUKRZYCOWAMYŚŁOWICE</b>		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml ( <b>MLEKO</b> ), Pieczywo mieszane 50g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), papryka konserwowa 50g ( <b>S02</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), bułka grahamka 80g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> owoc 150g ,	kompot 250ml Z gorzki , kasza jęczmienna 200g ( <b>JĘCZMIEN</b> ), gulasz dietetyczny z szynki wieprzowej 110g ( <b>MLEKO</b> ), kapusta zasmażana 120g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), Zupa jarzynowa z zacierką 400ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), <b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), pomidor 100g , <b>Posiłek nocny:</b> owoc 150g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2251.16 kcal; Energia: 8234.17 kJ; Białko ogółem: 103.06 g; białko zwierzęce: 64.55 g; białko roślinne: 35.71 g; Tłuszcz: 63.24 g; Węglowodany ogółem: 345.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.97 g; Sód: 2192.60 mg; Potas: 4834.57 mg; Wapń: 968.37 mg; Fosfor: 1681.29 mg; Błonnik pokarmowy: 26.89 g; suma cukrów prostych: 59.34 g; Woda: 1583.48 g; Popiół: 21.43 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-05-29</b>		
<b>Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE</b>		
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml ( <b>MLEKO</b> ), Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), ser żółty 50g ( <b>MLEKO</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), cukier 10g, ogórek zielony 50g,	zupa barszcz biały 400ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, BIAŁKO JAJ</b> ), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, ziemniaki 250g, gołąbki bez zawijania w sosie pieczarkowym 2szt ( <b>PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), indyk w galarecie 50g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ), cukier 15g, <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowo-warzywny 1 szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2552.08 kcal; Energia: 8654.92 kJ; Białko ogółem: 89.47 g; białko zwierzęce: 55.86 g; białko roślinne: 35.67 g; Tłuszcz: 79.56 g; Węglowodany ogółem: 393.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.82 g; Sód: 2064.38 mg; Potas: 4127.27 mg; Wapń: 1144.08 mg; Fosfor: 1502.77 mg; Błonnik pokarmowy: 19.94 g; suma cukrów prostych: 78.11 g; Woda: 1255.23 g; Popiół: 17.69 g;		
<b>środa 2024-05-29</b>		
<b>Dieta: LEKKAMYSŁOWICE</b>		
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml ( <b>MLEKO</b> ), Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), cukier 10g, sałata 5g,	zupa barszcz biały 400ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, BIAŁKO JAJ</b> ), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, ziemniaki 250g, kurczak w sosie śmietankowo-szpinakowym 100/150g ( <b>MLEKO, PSZENICA</b> ), marchew DUO 150g ( <b>ŚMIETANKA</b> ),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), cukier 15g, <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowo-warzywny 1 szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2277.40 kcal; Energia: 7663.53 kJ; Białko ogółem: 95.21 g; białko zwierzęce: 59.57 g; białko roślinne: 32.85 g; Tłuszcz: 58.64 g; Węglowodany ogółem: 366.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.52 g; Sód: 1410.47 mg; Potas: 4622.75 mg; Wapń: 706.87 mg; Fosfor: 1460.45 mg; Błonnik pokarmowy: 20.91 g; suma cukrów prostych: 80.14 g; Woda: 1313.70 g; Popiół: 16.67 g;		
<b>środa 2024-05-29</b>		
<b>Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE</b>		
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml ( <b>MLEKO</b> ), Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), ser żółty 50g ( <b>MLEKO</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), ogórek zielony 50g, <b>II Śniadanie:</b> owoc 150g,	zupa barszcz biały 400ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, BIAŁKO JAJ</b> ), kompot 250ml Z gorzki, ziemniaki 250g, gołąbki bez zawijania w sosie pieczarkowym 2szt ( <b>PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), <b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), indyk w galarecie 50g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ), pomidor 50g, <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowo-warzywny 1 szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2558.83 kcal; Energia: 8681.97 kJ; Białko ogółem: 96.82 g; białko zwierzęce: 62.31 g; białko roślinne: 36.57 g; Tłuszcz: 83.11 g; Węglowodany ogółem: 382.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.68 g; Sód: 2164.03 mg; Potas: 4714.57 mg; Wapń: 1407.73 mg; Fosfor: 1706.77 mg; Błonnik pokarmowy: 22.79 g; suma cukrów prostych: 55.08 g; Woda: 1527.41 g; Popiół: 19.74 g;		
<b>czwartek 2024-05-30</b>		
<b>Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE</b>		
zupa mleczna z makaronem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA</b> ), Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pomidor 50g, cukier 10g,	zupa kapuśniak 400ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, BIAŁKO JAJ</b> ), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, kielbasa pieczona z cebulką 150g ( <b>MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, BIAŁKO JAJ</b> ), surówka z ogórka kiszzonego 150g,	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), Pasta śledziowa z jajkiem 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, RYBY, GORCZYCA, SEZAM</b> ), cukier 15g, <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowo-warzywny 1 szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2811.37 kcal; Energia: 10058.25 kJ; Białko ogółem: 92.38 g; białko zwierzęce: 42.52 g; białko roślinne: 48.46 g; Tłuszcz: 75.99 g; Węglowodany ogółem: 462.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.42 g; Sód: 3789.63 mg; Potas: 3621.86 mg; Wapń: 801.45 mg; Fosfor: 1457.78 mg; Błonnik pokarmowy: 19.74 g; suma cukrów prostych: 79.65 g; Woda: 1246.31 g; Popiół: 21.87 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-05-30</b>		
<b>Dieta: LEKKAMYSŁOWICE</b>		
zupa mleczna z makaronem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA</b> ), Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pomidor 50g, cukier 10g,	zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, Eskalopki drobiowe w sosie pomidorowym 100g ( <b>SELER</b> ), brokuły 100g,	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), Pasta twarogowa z koperkiem 70g ( <b>MLEKO</b> ), cukier 15g, <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowo-warzywny 1 szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2215.27 kcal; Energia: 7598.58 kJ; Białko ogółem: 105.56 g; białko zwierzęce: 68.47 g; białko roślinne: 35.69 g; Tłuszcz: 53.08 g; Węglowodany ogółem: 351.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.54 g; Sód: 1321.65 mg; Potas: 4090.15 mg; Wapń: 795.91 mg; Fosfor: 1503.36 mg; Błonnik pokarmowy: 18.67 g; suma cukrów prostych: 79.29 g; Woda: 1228.39 g; Popiół: 15.34 g;		
<b>czwartek 2024-05-30</b>		
<b>Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE</b>		
zupa mleczna z makaronem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA</b> ), Pieczywo mieszane 130g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pomidor 50g, <b>II Śniadanie:</b> owoc 150g,	zupa kapuśniak 400ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, BIAŁKO JAJ</b> ), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, Eskalopki drobiowe w sosie pomidorowym 100g ( <b>SELER</b> ), Brokuły 150g, <b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), Pasta śledziowa z jajkiem 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, RYBY, GORCZYCA, SEZAM</b> ), pomidor 50g, <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowo-warzywny 1 szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2277.14 kcal; Energia: 7838.75 kJ; Białko ogółem: 112.57 g; białko zwierzęce: 72.20 g; białko roślinne: 38.96 g; Tłuszcz: 59.69 g; Węglowodany ogółem: 349.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.70 g; Sód: 1376.02 mg; Potas: 4857.46 mg; Wapń: 1062.85 mg; Fosfor: 1742.96 mg; Błonnik pokarmowy: 22.90 g; suma cukrów prostych: 55.69 g; Woda: 1558.63 g; Popiół: 17.86 g;		
<b>piątek 2024-05-31</b>		
<b>Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE</b>		
zupa mleczna z pł jęczmiennymi 350ml, bułka maślana 1szt (80g) ( <b>JAJA, PSZENICA, SEZAM</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), dżem 25g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), twaróg 70g ( <b>MLEKO</b> ), cukier 10g,	zupa barszcz ukraiński 400ml ( <b>GLUTEN, PSZENICA, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO, OWIES</b> ), kompot 250ml Z gorzki, cukier 5g, Jajko w sosie chrzanowym 2 szt ( <b>JAJA, PSZENICA, SELER, S02, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), fasolka szparagowa 150g ( <b>JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO, OWIES</b> ), ziemniaki 300g,	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), cukier 15g, pomidor 50g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus tubka 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2362.65 kcal; Energia: 8868.00 kJ; Białko ogółem: 96.08 g; białko zwierzęce: 57.52 g; białko roślinne: 37.16 g; Tłuszcz: 72.85 g; Węglowodany ogółem: 357.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.59 g; Sód: 1469.42 mg; Potas: 4329.92 mg; Wapń: 582.43 mg; Fosfor: 1306.91 mg; Błonnik pokarmowy: 26.57 g; suma cukrów prostych: 98.24 g; Woda: 1200.15 g; Popiół: 17.25 g;		
<b>piątek 2024-05-31</b>		
<b>Dieta: LEKKAMYSŁOWICE</b>		
zupa mleczna z pł jęczmiennymi 350ml, Pieczywo mieszane 50g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), bułka maślana 1szt (80g) ( <b>JAJA, PSZENICA, SEZAM</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), dżem 25g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), twaróg 70g ( <b>MLEKO</b> ), cukier 10g,	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, ORZECHY AR, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO</b> ), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, Jajko w sosie chrzanowym 2 szt ( <b>JAJA, PSZENICA, SELER, S02, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), szpinak liściasty 150g, ziemniaki 300g, sos koperkowy 100ml ( <b>MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), cukier 15g, pomidor 50g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus tubka 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2309.46 kcal; Energia: 8417.73 kJ; Białko ogółem: 98.02 g; białko zwierzęce: 61.72 g; białko roślinne: 34.90 g; Tłuszcz: 60.17 g; Węglowodany ogółem: 367.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.58 g; Sód: 1783.14 mg; Potas: 4297.25 mg; Wapń: 561.74 mg; Fosfor: 1242.32 mg; Błonnik pokarmowy: 22.81 g; suma cukrów prostych: 97.71 g; Woda: 1238.03 g; Popiół: 17.32 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-05-31		
Dieta: CUKRZYCOWAMYŚŁOWICE		
zupa mleczna z pł jęczmiennymi 350ml , Pieczywo mieszane 50g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), papryka konserwowa 50g ( <b>S02</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), bułka grahamka 80g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> melon 150g ,	zupa barszcz ukraiński 400ml ( <b>GLUTEN, PSZENICA, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO, OWIES</b> ), kompot 250ml Z gorzki , Jajko w sosie chrzanowym 2 szt ( <b>JAJA, PSZENICA, SELER, S02, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), fasolka szparagowa 150g ( <b>JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO, OWIES</b> ), ziemniaki 300g , <b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g ( <b>MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN</b> ), masło 15g ( <b>ŚMIETANKA</b> ), wędlina 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA</b> ), pomidor 100g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus tubka 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2210.53 kcal; Energia: 7997.34 kJ; Białko ogółem: 99.46 g; białko zwierzęce: 57.02 g; białko roślinne: 39.64 g; Tłuszcz: 69.68 g; Węglowodany ogółem: 328.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.20 g; Sód: 1583.86 mg; Potas: 4916.17 mg; Wapń: 757.73 mg; Fosfor: 1494.02 mg; Błonnik pokarmowy: 30.29 g; suma cukrów prostych: 53.34 g; Woda: 1361.36 g; Popiół: 20.40 g;		

Dietetyk

.....