

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE | | |
|--|---|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| wtorek 2024-06-11 | | |
| Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE | | |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienna 300ml (MLEKO, JEŹCMIEN), bułka maślana 1szt (80g) (JAJA, PSZENICA, SEZAM), masło 15g (ŚMIETANKA), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), twaróg 70g (MLEKO), cukier 10g , | kompot 250ml Z gorzki , cukier 5g , placki po węgiersku 300g (JAJA, PSZENICA), zupa szpinakowa z ryżem 400ml (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Surówka z marchewki i selera 150g (SELER), | Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŹCMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Kurczak w galarecie 50g (SELER, GORCZYCA), cukier 15g , ogórek kiszony 50g , Posiłek nocny: owoc 150g , |
| Wartości odżywcze: Energia: 2597.62 kcal; Energia: 9866.12 kJ; Białko ogółem: 91.13 g; białko zwierzęce: 60.34 g; białko roślinne: 30.79 g; Tłuszcz: 93.93 g; Węglowodany ogółem: 373.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.97 g; Sód: 2261.25 mg; Potas: 3595.57 mg; Wapń: 892.23 mg; Fosfor: 1387.18 mg; Błonnik pokarmowy: 26.32 g; suma cukrów prostych: 123.42 g; Woda: 1318.60 g; Popiół: 15.82 g; | | |
| wtorek 2024-06-11 | | |
| Dieta: LEKKAMYSŁOWICE | | |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienna 300ml (MLEKO, JEŹCMIEN), Pieczywo mieszane 50g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŹCMIEN), bułka maślana 1szt (80g) (JAJA, PSZENICA, SEZAM), masło 15g (ŚMIETANKA), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), twaróg 70g (MLEKO), cukier 10g , | kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , filet gotowany z suszonymi pomidorami 100g , zupa szpinakowa z ryżem 400ml (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), marchew DUO 150g (ŚMIETANKA), ziemniaki 250g , | Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŹCMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 15g , sałata 5g , Posiłek nocny: owoc 150g , |
| Wartości odżywcze: Energia: 2317.18 kcal; Energia: 8579.63 kJ; Białko ogółem: 81.18 g; białko zwierzęce: 46.11 g; białko roślinne: 33.67 g; Tłuszcz: 55.52 g; Węglowodany ogółem: 396.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.30 g; Sód: 1437.19 mg; Potas: 3577.15 mg; Wapń: 823.17 mg; Fosfor: 1280.52 mg; Błonnik pokarmowy: 23.47 g; suma cukrów prostych: 107.61 g; Woda: 1198.66 g; Popiół: 14.54 g; | | |
| wtorek 2024-06-11 | | |
| Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE | | |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienna 300ml (MLEKO, JEŹCMIEN), Pieczywo mieszane 50g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŹCMIEN), papryka konserwowa 50g (S02), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), bułka grahamka 80g (PSZENICA, ŻYTO), II Śniadanie: owoc 150g , | kompot 250ml Z gorzki , filet gotowany z suszonymi pomidorami 100g , zupa szpinakowa z ryżem 400ml (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 250g , Surówka z marchewki i selera 150g (SELER), Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN), | Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŹCMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Kurczak w galarecie 50g (SELER, GORCZYCA), ogórek kiszony 50g , Posiłek nocny: owoc 150g , |
| Wartości odżywcze: Energia: 2172.07 kcal; Energia: 7782.17 kJ; Białko ogółem: 79.62 g; białko zwierzęce: 44.35 g; białko roślinne: 33.87 g; Tłuszcz: 65.14 g; Węglowodany ogółem: 348.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.86 g; Sód: 2290.20 mg; Potas: 4253.32 mg; Wapń: 1041.89 mg; Fosfor: 1410.37 mg; Błonnik pokarmowy: 30.81 g; suma cukrów prostych: 62.03 g; Woda: 1492.44 g; Popiół: 18.64 g; | | |
| środa 2024-06-12 | | |
| Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE | | |
| Zupa mleczna z kaszą kuskus 300ml (MLEKO, GLUTEN), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŹCMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), cukier 10g , rzodkiewka 50g , | zupa kalarepkowa 400ml (MLEKO, GLUTEN, 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, LUBIN), | Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JEŹCMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM), cukier 15g , Posiłek nocny: sok pomidorowo-warzywny 1 szt , |
| Wartości odżywcze: Energia: 2692.88 kcal; Energia: 9326.67 kJ; Białko ogółem: 103.04 g; białko zwierzęce: 65.14 g; białko roślinne: 36.50 g; Tłuszcz: 96.16 g; Węglowodany ogółem: 382.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.80 g; Sód: 2002.73 mg; Potas: 4979.47 mg; Wapń: 822.99 mg; Fosfor: 1564.26 mg; Błonnik pokarmowy: 23.78 g; suma cukrów prostych: 79.93 g; Woda: 1440.84 g; Popiół: 18.89 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE | | |
|---|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| czwartek 2024-06-13 Dieta: CUKRZYCOWAMYŚŁOWICE | | |
| zupa mleczna z pł.kukurydzianymi 250ml (MLEKO, ORZ. LASKO, ORZECHY AR), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), serek fromage 70g (MLEKO), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), ogórek zielony 50g , II Śniadanie: owoc 150g , | zupa pomidorowa z makaronem 400ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kasza gryczana biała 200g , kompot 250ml Z gorzki , Mix sałat z ogórkiem i sosem jogurtowo czosnkowym 70g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN), potrawka z indyka 150g (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN), | Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Humus z soczewicy 50g (SOJA, GORCZYCA, OWIES), papryka czerwona 50g , Posiłek nocny: CRIPSY JABŁKOWE 1 SZT , |
| Wartości odżywcze: Energia: 2664.32 kcal; Energia: 9746.11 kJ; Białko ogółem: 101.60 g; białko zwierzęce: 51.58 g; białko roślinne: 48.02 g; Tłuszcz: 61.25 g; Węglowodany ogółem: 451.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.12 g; Sód: 1956.08 mg; Potas: 3323.89 mg; Wapń: 980.31 mg; Fosfor: 1787.07 mg; Błonnik pokarmowy: 41.36 g; suma cukrów prostych: 53.45 g; Woda: 1036.87 g; Popiół: 15.89 g; | | |
| piątek 2024-06-14 Dieta: PODSTAWAMYŚŁOWICE | | |
| zupa mleczna z pł.owsianymi 350ml (MLEKO, GLUTEN), 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 150g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, OWIES), zupa ogórkowa z ryżem 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), | Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), ser żółty 50g (MLEKO), cukier 15g , pomidor 50g , Posiłek nocny: kiwi 150g , |
| Wartości odżywcze: Energia: 2738.31 kcal; Energia: 10380.67 kJ; Białko ogółem: 107.14 g; białko zwierzęce: 75.80 g; białko roślinne: 33.39 g; Tłuszcz: 97.67 g; Węglowodany ogółem: 382.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.06 g; Sód: 2474.04 mg; Potas: 4330.66 mg; Wapń: 1423.92 mg; Fosfor: 1810.25 mg; Błonnik pokarmowy: 24.36 g; suma cukrów prostych: 102.92 g; Woda: 1452.17 g; Popiół: 20.26 g; | | |
| piątek 2024-06-14 Dieta: LEKKAMYŚŁOWICE | | |
| zupa mleczna z pł.owsianymi 350ml (MLEKO, GLUTEN), 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), marchew DUO 150g (ŚMIETANKA), zupa koperkowa z ryżem 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), 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: kiwi 150g , |
| Wartości odżywcze: Energia: 2546.95 kcal; Energia: 9471.95 kJ; Białko ogółem: 110.43 g; białko zwierzęce: 73.74 g; białko roślinne: 35.28 g; Tłuszcz: 61.16 g; Węglowodany ogółem: 414.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.34 g; Sód: 2011.97 mg; Potas: 4659.34 mg; Wapń: 946.86 mg; Fosfor: 1634.67 mg; Błonnik pokarmowy: 25.71 g; suma cukrów prostych: 108.26 g; Woda: 1415.37 g; Popiół: 18.25 g; | | |
| piątek 2024-06-14 Dieta: CUKRZYCOWAMYŚŁOWICE | | |
| zupa mleczna z pł.owsianymi 350ml (MLEKO, GLUTEN), Pieczywo mieszane 50g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), rzodkiewka 50g , 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: kiwi 150g , | kompot 250ml Z gorzki , ziemniaki 300g , ryba gotowana 100g (PSZENICA, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Sałatka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i groszkiem 120g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, OWIES), zupa ogórkowa z ryżem 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN), | Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), ser żółty 50g (MLEKO), pomidor 100g , Posiłek nocny: CRIPSY JABŁKOWE 1 SZT , |
| Wartości odżywcze: Energia: 2761.73 kcal; Energia: 10261.28 kJ; Białko ogółem: 114.50 g; białko zwierzęce: 78.82 g; białko roślinne: 34.34 g; Tłuszcz: 79.00 g; Węglowodany ogółem: 421.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.84 g; Sód: 2547.33 mg; Potas: 5036.33 mg; Wapń: 1614.90 mg; Fosfor: 1990.21 mg; Błonnik pokarmowy: 42.03 g; suma cukrów prostych: 58.08 g; Woda: 1666.59 g; Popiół: 23.86 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE | | |
|--|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| sobota 2024-06-15 | | |
| Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE | | |
| zupa mleczna z zacierką 300ml (MLEKO, JAJA, PSZENICA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), indyk w galarecie 50g (SELER, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), cukier 10g, papryka czerwona 50g, | zupa krupnik 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, JĘCZMIEN), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, risotto z mięsem i warzywami z sosem pomidorowym 350g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), | Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 30g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 15g, serek capresi light 2 plastry (MLEKO, GLUTEN), Posiłek nocny: sok Capri Jungle 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia: 2600.20 kcal; Energia: 9104.57 kJ; Białko ogółem: 87.26 g; białko zwierzęce: 52.64 g; białko roślinne: 34.81 g; Tłuszcz: 74.08 g; Węglowodany ogółem: 420.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.53 g; Sód: 1819.73 mg; Potas: 2865.14 mg; Wapń: 595.20 mg; Fosfor: 1283.22 mg; Błonnik pokarmowy: 20.18 g; suma cukrów prostych: 80.85 g; Woda: 953.70 g; Popiół: 12.62 g; | | |
| sobota 2024-06-15 | | |
| Dieta: LEKKAMYSŁOWICE | | |
| zupa mleczna z zacierką 300ml (MLEKO, JAJA, PSZENICA), 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 krupnik 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, JĘCZMIEN), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, risotto z mięsem i warzywami z sosem pomidorowym 350g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), | Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 30g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 15g, serek capresi light 2 plastry (MLEKO, GLUTEN), Posiłek nocny: sok Capri Jungle 1 szt, |
| Wartości odżywcze: Energia: 2472.36 kcal; Energia: 8667.24 kJ; Białko ogółem: 88.94 g; białko zwierzęce: 53.45 g; białko roślinne: 34.81 g; Tłuszcz: 59.31 g; Węglowodany ogółem: 418.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.80 g; Sód: 1387.48 mg; Potas: 2864.55 mg; Wapń: 571.70 mg; Fosfor: 1342.47 mg; Błonnik pokarmowy: 19.25 g; suma cukrów prostych: 80.86 g; Woda: 923.38 g; Popiół: 12.49 g; | | |
| sobota 2024-06-15 | | |
| Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE | | |
| zupa mleczna z zacierką 300ml (MLEKO, JAJA, PSZENICA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), indyk w galarecie 50g (SELER, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), papryka czerwona 50g, II Śniadanie: owoc 150g, | zupa krupnik 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, JĘCZMIEN), kompot 250ml Z gorzki, risotto z mięsem i warzywami z sosem pomidorowym 350g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN), | Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 30g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 50g, serek capresi light 2 plastry (MLEKO, GLUTEN), Posiłek nocny: sok grejfrutowy 1szt, |
| Wartości odżywcze: Energia: 2605.95 kcal; Energia: 8966.62 kJ; Białko ogółem: 94.61 g; białko zwierzęce: 59.09 g; białko roślinne: 35.94 g; Tłuszcz: 77.63 g; Węglowodany ogółem: 408.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.48 g; Sód: 1928.38 mg; Potas: 3362.44 mg; Wapń: 848.85 mg; Fosfor: 1478.22 mg; Błonnik pokarmowy: 22.13 g; suma cukrów prostych: 49.92 g; Woda: 1136.58 g; Popiół: 14.57 g; | | |
| niedziela 2024-06-16 | | |
| 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), kapusta biała duszona z koperkiem 150g (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), | Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), paszтет drobiowy 1 szt, cukier 15g, Posiłek nocny: chrupki kukurydziane (ORZ, LASKO, ŻYTO), |
| Wartości odżywcze: Energia: 3249.92 kcal; Energia: 11930.25 kJ; Białko ogółem: 147.21 g; białko zwierzęce: 109.07 g; białko roślinne: 38.15 g; Tłuszcz: 124.11 g; Węglowodany ogółem: 415.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.75 g; Sód: 4422.08 mg; Potas: 5121.86 mg; Wapń: 895.46 mg; Fosfor: 2025.67 mg; Błonnik pokarmowy: 24.39 g; suma cukrów prostych: 106.93 g; Woda: 1458.02 g; Popiół: 23.74 g; | | |

Jadłospis dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE | | |
|--|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| poniedziałek 2024-06-17 Dieta: CUKRZYCOWAMYŚŁOWICE | | |
| zupa mleczna z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Serek Mazurski Smak 50g (MLEKO), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), ogórek konserwowy 50g (S02), II Śniadanie: owoc 150g , | Zupa z soczewicą 400ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 250g , kompot 250ml Z gorzki , Surówka z marchewki i jabłka 150g , kotlet mielony 110g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO), Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN), | Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta z makreli 50g (JAJA), rzodkiewka 50g , Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA), |
| Wartości odżywcze: Energia: 2956.49 kcal; Energia: 8727.66 kJ; Białko ogółem: 117.59 g; białko zwierzęce: 66.09 g; białko roślinne: 40.50 g; Tłuszcz: 87.18 g; Węglowodany ogółem: 468.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.13 g; Sód: 2153.48 mg; Potas: 4856.09 mg; Wapń: 1125.50 mg; Fosfor: 1656.22 mg; Błonnik pokarmowy: 36.66 g; suma cukrów prostych: 58.73 g; Woda: 1528.23 g; Popiół: 16.68 g; | | |
| wtorek 2024-06-18 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 , zupa z jarmużem (ryż) 400ml (MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), mizeria 120g (MLEKO), kotlet schabowy 100g (JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO), ziemniaki 300g , | Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), indyk w galarecie 50g (SELER, GORCZYCA), cukier 15g , ogórek kiszony 50g , Posiłek nocny: owoc 150g , |
| Wartości odżywcze: Energia: 3013.32 kcal; Energia: 11529.12 kJ; Białko ogółem: 113.80 g; białko zwierzęce: 78.32 g; białko roślinne: 35.48 g; Tłuszcz: 117.22 g; Węglowodany ogółem: 400.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.77 g; Sód: 2477.50 mg; Potas: 4283.01 mg; Wapń: 914.96 mg; Fosfor: 1645.53 mg; Błonnik pokarmowy: 23.39 g; suma cukrów prostych: 101.98 g; Woda: 1425.38 g; Popiół: 18.09 g; | | |
| wtorek 2024-06-18 Dieta: LEKKAMYŚŁOWICE | | |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienna 300ml (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 , zupa z jarmużem (ryż) 400ml (MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), szynka wp gotowana 100g , sos z papryki słodkiej 100ml , ziemniaki 300g , Marchewka oprószana 150g (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: owoc 150g , |
| Wartości odżywcze: Energia: 2797.02 kcal; Energia: 10461.11 kJ; Białko ogółem: 106.92 g; białko zwierzęce: 69.51 g; białko roślinne: 36.01 g; Tłuszcz: 89.78 g; Węglowodany ogółem: 416.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.85 g; Sód: 1935.26 mg; Potas: 4332.55 mg; Wapń: 856.13 mg; Fosfor: 1574.12 mg; Błonnik pokarmowy: 25.29 g; suma cukrów prostych: 108.17 g; Woda: 1339.19 g; Popiół: 17.17 g; | | |
| wtorek 2024-06-18 Dieta: CUKRZYCOWAMYŚŁOWICE | | |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienna 300ml (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 , zupa z jarmużem (ryż) 400ml (MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), szynka wp gotowana 100g , mizeria 150g (MLEKO), ziemniaki 300g , sos z papryki słodkiej 100ml , Podwieczorek: 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), ogórek kiszony 50g , Posiłek nocny: owoc 150g , |
| Wartości odżywcze: Energia: 2600.22 kcal; Energia: 9472.81 kJ; Białko ogółem: 105.01 g; białko zwierzęce: 68.44 g; białko roślinne: 35.17 g; Tłuszcz: 95.55 g; Węglowodany ogółem: 358.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.13 g; Sód: 2445.16 mg; Potas: 4679.49 mg; Wapń: 1062.71 mg; Fosfor: 1687.09 mg; Błonnik pokarmowy: 26.39 g; suma cukrów prostych: 60.31 g; Woda: 1618.73 g; Popiół: 20.71 g; | | |

Jadłospis dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE | | |
|---|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| czwartek 2024-06-20 | | |
| Dieta: LEKKAMYSŁOWICE | | |
| zupa mleczna z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA), 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, Zupa dyniowa 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Makaron z sosem mięsno-szpinakowym z warzywami 350g (GLUTEN, JAJA, 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: kiwi 150g, |
| Wartości odżywcze: Energia: 1979.48 kcal; Energia: 7287.38 kJ; Białko ogółem: 86.73 g; białko zwierzęce: 56.34 g; białko roślinne: 27.59 g; Tłuszcz: 55.11 g; Węglowodany ogółem: 300.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.83 g; Sód: 1168.00 mg; Potas: 2784.55 mg; Wapń: 702.99 mg; Fosfor: 1211.94 mg; Błonnik pokarmowy: 14.53 g; suma cukrów prostych: 76.94 g; Woda: 988.44 g; Popiół: 13.00 g; | | |
| czwartek 2024-06-20 | | |
| Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE | | |
| zupa mleczna z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA), 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, Zupa dyniowa 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Makaron z sosem mięsno-szpinakowym z warzywami 350g (GLUTEN, JAJA, SELER, 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 100g, Posiłek nocny: CRIPSY JABŁKOWE 1 SZT, |
| Wartości odżywcze: Energia: 2297.78 kcal; Energia: 8636.68 kJ; Białko ogółem: 95.73 g; białko zwierzęce: 62.79 g; białko roślinne: 28.14 g; Tłuszcz: 58.56 g; Węglowodany ogółem: 357.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.73 g; Sód: 1648.90 mg; Potas: 3138.30 mg; Wapń: 967.54 mg; Fosfor: 1409.79 mg; Błonnik pokarmowy: 28.51 g; suma cukrów prostych: 50.41 g; Woda: 1170.37 g; Popiół: 15.60 g; | | |

Dietetyk

.....