

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-04-21 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 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 czerwona 150g (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 , Posiłek nocny: chrupki kukurydziane (ORZ. LASKO, ŻYTO),
Wartości odżywcze: Energia: 3237.87 kcal; Energia: 11769.39 kJ; Białko ogółem: 150.06 g; białko zwierzęce: 113.06 g; białko roślinne: 39.05 g; Tłuszcz: 118.14 g; Węglowodany ogółem: 422.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.61 g; Sód: 3952.76 mg; Potas: 5010.19 mg; Wapń: 1208.95 mg; Fosfor: 2196.24 mg; Błonnik pokarmowy: 24.59 g; suma cukrów prostych: 103.35 g; Woda: 1405.90 g; Popiół: 24.00 g;		
niedziela 2024-04-21 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 350ml (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 saszetka 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 2024-04-21 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 makaronem 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Pałki z kurczaka pieczone 200g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN), kapusta czerwona 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), pasta twarogowa natur. 80g (MLEKO), sałata 20g , Posiłek nocny: chrupki kukurydziane (ORZ. LASKO, ŻYTO),
Wartości odżywcze: Energia: 3176.68 kcal; Energia: 11612.76 kJ; Białko ogółem: 161.09 g; białko zwierzęce: 121.42 g; białko roślinne: 39.67 g; Tłuszcz: 111.87 g; Węglowodany ogółem: 412.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.68 g; Sód: 3984.08 mg; Potas: 5523.75 mg; Wapń: 1112.84 mg; Fosfor: 2312.45 mg; Błonnik pokarmowy: 27.02 g; suma cukrów prostych: 82.79 g; Woda: 1675.70 g; Popiół: 24.35 g;		
poniedziałek 2024-04-22 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 ciecierzycy czerwonej 400ml (GLUTEN, JAJA, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), kasza jęczmienna 200g (JĘCZMIEN), kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , Surówka colesław 150g (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kotlet mielony 110g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 15g , Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA),
Wartości odżywcze: Energia: 2933.21 kcal; Energia: 9158.74 kJ; Białko ogółem: 100.27 g; białko zwierzęce: 54.85 g; białko roślinne: 33.02 g; Tłuszcz: 101.13 g; Węglowodany ogółem: 430.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.10 g; Sód: 1623.02 mg; Potas: 2382.11 mg; Wapń: 670.94 mg; Fosfor: 1337.32 mg; Błonnik pokarmowy: 30.80 g; suma cukrów prostych: 71.81 g; Woda: 855.07 g; Popiół: 12.40 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-04-22		
Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z makaronem razowym 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), 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), pulpet w sosie pomidorowym 110g/100ml (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 15g, Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA),
Wartości odżywcze: Energia: 2891.26 kcal; Energia: 8659.71 kJ; Białko ogółem: 105.28 g; białko zwierzęce: 54.30 g; białko roślinne: 38.58 g; Tłuszcz: 85.04 g; Węglowodany ogółem: 453.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.47 g; Sód: 1610.53 mg; Potas: 4433.59 mg; Wapń: 632.10 mg; Fosfor: 1421.53 mg; Błonnik pokarmowy: 34.44 g; suma cukrów prostych: 73.80 g; Woda: 1246.00 g; Popiół: 16.08 g;		
poniedziałek 2024-04-22		
Dieta: CUKRZYCOWAMYŚŁOWICE		
zupa mleczna z makaronem razowym 250ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), 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 jęczmienna 200g (JĘCZMIEN), kompot 250ml Z gorzki, Surówka coleslaw 150g (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), 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), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), salata 5g, Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA),
Wartości odżywcze: Energia: 2933.16 kcal; Energia: 9157.94 kJ; Białko ogółem: 107.24 g; białko zwierzęce: 61.30 g; białko roślinne: 33.54 g; Tłuszcz: 104.59 g; Węglowodany ogółem: 417.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.93 g; Sód: 1718.87 mg; Potas: 2835.11 mg; Wapń: 931.29 mg; Fosfor: 1531.87 mg; Błonnik pokarmowy: 33.12 g; suma cukrów prostych: 48.74 g; Woda: 1084.57 g; Popiół: 14.25 g;		
wtorek 2024-04-23		
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 szpinakowa z ryżem 400ml (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Marchewka z groszkiem 150g (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kotlet schabowy 100g (JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO), 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: owoc 150g,
Wartości odżywcze: Energia: 2903.28 kcal; Energia: 11172.31 kJ; Białko ogółem: 115.27 g; białko zwierzęce: 78.60 g; białko roślinne: 35.27 g; Tłuszcz: 107.34 g; Węglowodany ogółem: 397.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.00 g; Sód: 1792.67 mg; Potas: 4469.86 mg; Wapń: 863.49 mg; Fosfor: 1679.92 mg; Błonnik pokarmowy: 27.67 g; suma cukrów prostych: 103.30 g; Woda: 1415.54 g; Popiół: 17.32 g;		
wtorek 2024-04-23		
Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
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 szpinakowa z ryżem 400ml (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), szynka wp gotowana 100g (PISTACJE), sos pietruszkowy 100ml (MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), 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: 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;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-04-25 Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
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), ogórek kiszony 50g, cukier 10g,	kompot 250ml Z gorzki, cukier 5g, ziemniaki 300g, Schab pieczony z sosem pieczeniowym 100g (GLUTEN, ORZECHY AR, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), surówka z kapusty białej z koperkiem 150g (SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Zupa dyniowa 400ml (MLEKO, GLUTEN, 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: kiwi 150g,
Wartości odżywcze: Energia: 2523.71 kcal; Energia: 8580.69 kJ; Białko ogółem: 110.39 g; białko zwierzęce: 71.08 g; białko roślinne: 36.51 g; Tłuszcz: 69.68 g; Węglowodany ogółem: 392.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.46 g; Sód: 2450.22 mg; Potas: 5574.91 mg; Wapń: 824.20 mg; Fosfor: 1604.16 mg; Błonnik pokarmowy: 25.53 g; suma cukrów prostych: 74.96 g; Woda: 1594.67 g; Popiół: 22.01 g;		
czwartek 2024-04-25 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, ziemniaki 300g, Schab duszony w ziołach 100g, marchew DUO 100g (ŚMIETANKA), Zupa dyniowa 400ml (MLEKO, GLUTEN, 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: kiwi 150g,
Wartości odżywcze: Energia: 2210.37 kcal; Energia: 7864.29 kJ; Białko ogółem: 97.65 g; białko zwierzęce: 66.12 g; białko roślinne: 28.73 g; Tłuszcz: 60.98 g; Węglowodany ogółem: 340.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.56 g; Sód: 1233.31 mg; Potas: 5317.31 mg; Wapń: 719.71 mg; Fosfor: 1480.44 mg; Błonnik pokarmowy: 22.14 g; suma cukrów prostych: 80.08 g; Woda: 1461.98 g; Popiół: 17.73 g;		
czwartek 2024-04-25 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, ziemniaki 300g, Schab duszony w ziołach 100g, surówka z kapusty białej z koperkiem 150g (SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Zupa dyniowa 400ml (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 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 100g, Posiłek nocny: CRIPSY JABŁKOWE 1 SZT,
Wartości odżywcze: Energia: 2602.61 kcal; Energia: 9488.00 kJ; Białko ogółem: 108.93 g; białko zwierzęce: 72.57 g; białko roślinne: 31.56 g; Tłuszcz: 68.93 g; Węglowodany ogółem: 405.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.50 g; Sód: 2191.28 mg; Potas: 5887.59 mg; Wapń: 1067.66 mg; Fosfor: 1716.33 mg; Błonnik pokarmowy: 38.28 g; suma cukrów prostych: 53.27 g; Woda: 1737.01 g; Popiół: 22.62 g;		
piątek 2024-04-26 Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
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,	zupa ryżowa z brukselką 400ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki, cukier 5g, ryba smażona 100g (JAJA, PSZENICA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO), Surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem 120g, ziemniaki 250g,	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: 2486.50 kcal; Energia: 9370.59 kJ; Białko ogółem: 104.35 g; białko zwierzęce: 69.42 g; białko roślinne: 33.53 g; Tłuszcz: 73.62 g; Węglowodany ogółem: 373.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.24 g; Sód: 1838.35 mg; Potas: 4101.37 mg; Wapń: 924.14 mg; Fosfor: 1543.65 mg; Błonnik pokarmowy: 22.43 g; suma cukrów prostych: 109.96 g; Woda: 1357.29 g; Popiół: 17.16 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-04-26		
Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
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,	zupa ryżowa 400ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, ryba gotowana 100g (PSZENICA, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Mix warzyw gotowanych z bazylią i tymiankiem 150g (SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN), ziemniaki 300g, sos rozmarynowo-cytrynowy 100ml,	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: 2466.08 kcal; Energia: 9187.50 kJ; Białko ogółem: 111.06 g; białko zwierzęce: 73.60 g; białko roślinne: 36.06 g; Tłuszcz: 59.14 g; Węglowodany ogółem: 395.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.27 g; Sód: 1938.18 mg; Potas: 4151.08 mg; Wapń: 906.05 mg; Fosfor: 1582.66 mg; Błonnik pokarmowy: 23.18 g; suma cukrów prostych: 111.61 g; Woda: 1372.16 g; Popiół: 17.61 g;		
piątek 2024-04-26		
Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z pł.owsianymi 350ml (MLEKO, GLUTEN), 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,	zupa ryżowa z brukselką 400ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki, ryba smażona 100g (JAJA, PSZENICA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO), Surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem 120g, ziemniaki 250g, 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: Mus tubka 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2385.39 kcal; Energia: 8711.42 kJ; Białko ogółem: 108.18 g; białko zwierzęce: 68.92 g; białko roślinne: 36.46 g; Tłuszcz: 70.89 g; Węglowodany ogółem: 357.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.89 g; Sód: 1954.29 mg; Potas: 4834.62 mg; Wapń: 1103.94 mg; Fosfor: 1741.26 mg; Błonnik pokarmowy: 28.40 g; suma cukrów prostych: 68.51 g; Woda: 1613.60 g; Popiół: 20.61 g;		
sobota 2024-04-27		
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 krupnik 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, JĘCZMIEN), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, Jajko w sosie chrzanowym 2 szt (JAJA, PSZENICA, SELER, S02, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 300g, fasolka szparagowa 150g (JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO, OWIES),	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: 2500.71 kcal; Energia: 8530.71 kJ; Białko ogółem: 96.12 g; białko zwierzęce: 61.23 g; białko roślinne: 36.94 g; Tłuszcz: 73.25 g; Węglowodany ogółem: 391.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.74 g; Sód: 1615.01 mg; Potas: 4086.22 mg; Wapń: 1268.61 mg; Fosfor: 1706.32 mg; Błonnik pokarmowy: 23.90 g; suma cukrów prostych: 80.40 g; Woda: 1329.09 g; Popiół: 16.71 g;		
sobota 2024-04-27		
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 krupnik 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, JĘCZMIEN), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, knedle z owocami i masłem 300g (GLUTEN, JAJA, SELER), surówka z marchewki i ananasa 150g (MLEKO, PSZENICA),	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: 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;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-04-27		
Dieta: CUKRZYCOWAMYŚŁOWICE		
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 krupnik 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, JĘCZMIEN), kompot 250ml Z gorzki , Jajko w sosie chrzanowym 2 szt (JAJA, PSZENICA, SELER, SO2, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 300g , fasolka szparagowa 150g (JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO, OWIES), Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Herbata saszetka 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: 2507.46 kcal; Energia: 8557.76 kJ; Białko ogółem: 103.47 g; białko zwierzęce: 67.68 g; białko roślinne: 37.84 g; Tłuszcz: 76.80 g; Węglowodany ogółem: 381.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.60 g; Sód: 1714.66 mg; Potas: 4673.52 mg; Wapń: 1532.26 mg; Fosfor: 1910.32 mg; Błonnik pokarmowy: 26.75 g; suma cukrów prostych: 57.37 g; Woda: 1601.27 g; Popiół: 18.76 g;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: PODSTAWAMYŚŁOWICE		
zupa mleczna z zacierką 300ml (MLEKO, JAJA, PSZENICA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), kielbaska drobiowa z ketchupem 1 szt (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g , cukier 10g ,	zupa rosół z makaronem 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , Pałki z kurczaka pieczone 200g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN), mix warzyw wiosenny (9skł) 150g ,	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), ser żółty 50g (MLEKO), cukier 15g , Posiłek nocny: Ciasto marchewkowe niskoc 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 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;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: LEKKAMYŚŁOWICE		
zupa mleczna z zacierką 300ml (MLEKO, JAJA, PSZENICA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), kielbaska drobiowa z ketchupem 1 szt (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g ,	zupa rosół z makaronem 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , Pałki z kurczaka gotowane 200g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN), sos rozmarynowo-cytrynowy 100ml , marchewka duomix 150g (ŚMIETANKA),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasta twarogowa z kaparami 70g (MLEKO), cukier 15g , Posiłek nocny: Ciasto marchewkowe niskoc 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 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;		
niedziela 2024-04-28		
Dieta: CUKRZYCOWAMYŚŁOWICE		
zupa mleczna z zacierką 300ml (MLEKO, JAJA, PSZENICA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), kielbaska drobiowa z ketchupem 1 szt (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g , II Śniadanie: Mandarynka 150g ,	zupa rosół z makaronem 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Pałki z kurczaka pieczone 200g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN), mix warzyw wiosenny (9skł) 150g , Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasta twarogowa z kaparami 70g (MLEKO), sałata 20g , Posiłek nocny: Ciasto marchewkowe niskoc 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SEZAM),
Wartości odżywcze: Energia: 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;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-04-29 Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z ryżem 300ml (MLEKO), 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 fasolowa 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, BIAŁKO JAJ, OWIES), ziemniaki 300g, kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, buraki 150g, zraz duszony 100g (GLUTEN, JAJA, PSZENICA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, 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, Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA),
Wartości odżywcze: Energia: 3092.33 kcal; Energia: 9540.34 kJ; Białko ogółem: 115.01 g; białko zwierzęce: 56.44 g; białko roślinne: 46.18 g; Tłuszcz: 92.87 g; Węglowodany ogółem: 481.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.69 g; Sód: 1619.08 mg; Potas: 5104.11 mg; Wapń: 846.07 mg; Fosfor: 1684.70 mg; Błonnik pokarmowy: 40.02 g; suma cukrów prostych: 90.99 g; Woda: 1298.74 g; Popiół: 18.68 g;		
poniedziałek 2024-04-29 Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z ryżem 300ml (MLEKO), 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 koperkowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 300g, kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, buraki 150g, potrawka z kurczaka 110g (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, Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA),
Wartości odżywcze: 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;		
poniedziałek 2024-04-29 Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z ryżem 300ml (MLEKO), 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, II Śniadanie: owoc 150g,	zupa fasolowa 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, BIAŁKO JAJ, OWIES), ziemniaki 300g, kompot 250ml Z gorzki, surówka z selera 150g (MLEKO, GLUTEN, SELER), zraz duszony 100g (GLUTEN, JAJA, PSZENICA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM), 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), salata 5g, Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA),
Wartości odżywcze: Energia: 3048.53 kcal; Energia: 9305.58 kJ; Białko ogółem: 122.94 g; białko zwierzęce: 63.75 g; białko roślinne: 46.80 g; Tłuszcz: 91.76 g; Węglowodany ogółem: 472.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.62 g; Sód: 1784.45 mg; Potas: 5720.86 mg; Wapń: 1152.85 mg; Fosfor: 2011.00 mg; Błonnik pokarmowy: 47.87 g; suma cukrów prostych: 60.87 g; Woda: 1577.26 g; Popiół: 21.00 g;		
wtorek 2024-04-30 Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (MLEKO), 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, gulasz węgierski 110g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kapusta zasmażana 120g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Zupa jarzynowa z zacierką 400ml (GLUTEN, JAJA, 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: 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;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-30		
Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (MLEKO), 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, gulasz dietetyczny z szynki wieprzowej 110g (MLEKO), szpinak duszony 120g, Zupa jarzynowa z zacierką 400ml (GLUTEN, JAJA, 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: 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;		
wtorek 2024-04-30		
Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (MLEKO), Pieczywo mieszane 50g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), papryka konserwowa 50g (S02), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), bułka grahamka 80g (PSZENICA, ŻYTO), II Śniadanie: owoc 150g,	kompot 250ml Z gorzki, ziemniaki 300g, gulasz dietetyczny z szynki wieprzowej 110g (MLEKO), kapusta zasmażana 120g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Zupa jarzynowa z zacierką 400ml (GLUTEN, JAJA, 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 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 100g, Posiłek nocny: owoc 150g,
Wartości odżywcze: 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;		

Dietetyk

.....