

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-06-01 Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z zacierką 300ml (MLEKO, JAJA, PSZENICA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g, cukier 10g,	zupa pieczarkowa z makaronem 400ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, kotlet mielony 100g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO), ziemniaki 300g, Sałatka z ogórka kiszzonego 150g (GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), indyk w galarecie 50g (SELER, GORCZYCA), cukier 15g, Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA),
Wartości odżywcze: Energia: 2931.04 kcal; Energia: 8828.94 kJ; Białko ogółem: 102.53 g; białko zwierzęce: 58.01 g; białko roślinne: 33.53 g; Tłuszcz: 105.86 g; Węglowodany ogółem: 415.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.51 g; Sód: 2913.86 mg; Potas: 3626.79 mg; Wapń: 648.06 mg; Fosfor: 1350.11 mg; Błonnik pokarmowy: 29.33 g; suma cukrów prostych: 73.45 g; Woda: 1188.58 g; Popiół: 16.55 g;		
sobota 2024-06-01 Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z zacierką 300ml (MLEKO, JAJA, PSZENICA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasta z białek 50g (GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g, cukier 10g,	zupa makaronowa 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, pieczeń rzymska 100g (JAJA, PSZENICA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO), cukinia gotowana w ziołach prowansalskich 150g (SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŚMIETANKA), 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, Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA),
Wartości odżywcze: Energia: 2604.95 kcal; Energia: 7551.64 kJ; Białko ogółem: 99.16 g; białko zwierzęce: 53.27 g; białko roślinne: 33.49 g; Tłuszcz: 67.82 g; Węglowodany ogółem: 421.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.34 g; Sód: 1577.21 mg; Potas: 3806.10 mg; Wapń: 600.13 mg; Fosfor: 1324.92 mg; Błonnik pokarmowy: 29.21 g; suma cukrów prostych: 73.10 g; Woda: 1163.90 g; Popiół: 14.32 g;		
sobota 2024-06-01 Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z zacierką 300ml (MLEKO, JAJA, PSZENICA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g, Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM), II Śniadanie: owoc 150g,	zupa pieczarkowa z makaronem 400ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, kotlet mielony 100g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO), ziemniaki 300g, Sałatka z ogórka kiszzonego 150g (GLUTEN, JAJA, 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), indyk w galarecie 50g (SELER, GORCZYCA), pomidor 50g, Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA),
Wartości odżywcze: Energia: 2937.79 kcal; Energia: 8855.99 kJ; Białko ogółem: 109.88 g; białko zwierzęce: 64.46 g; białko roślinne: 34.43 g; Tłuszcz: 109.41 g; Węglowodany ogółem: 404.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.36 g; Sód: 3013.51 mg; Potas: 4214.09 mg; Wapń: 911.71 mg; Fosfor: 1554.11 mg; Błonnik pokarmowy: 32.18 g; suma cukrów prostych: 50.42 g; Woda: 1460.76 g; Popiół: 18.60 g;		
niedziela 2024-06-02 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 250g, kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, udko pieczone 1sz(250g) (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN), Mix sałat z sosem vinegrette 150g (MLEKO, GLUTEN, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, 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: 3116.71 kcal; Energia: 11322.64 kJ; Białko ogółem: 147.42 g; białko zwierzęce: 114.86 g; białko roślinne: 34.61 g; Tłuszcz: 118.25 g; Węglowodany ogółem: 390.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.07 g; Sód: 3841.50 mg; Potas: 4602.53 mg; Wapń: 1225.65 mg; Fosfor: 2131.12 mg; Błonnik pokarmowy: 19.36 g; suma cukrów prostych: 104.76 g; Woda: 1390.89 g; Popiół: 23.13 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-03 Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z pł.kukurydzianymi 250ml (MLEKO, ORZ. LASKO, ORZECHY AR), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Serek Hochland 30g (MLEKO), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g , wędlina 20g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA), 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 z selera 150g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka z indyka 110g (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), sałata 5g , Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA),
Wartości odżywcze: Energia: 2598.34 kcal; Energia: 7739.29 kJ; Białko ogółem: 98.70 g; białko zwierzęce: 48.90 g; białko roślinne: 38.80 g; Tłuszcz: 69.25 g; Węglowodany ogółem: 431.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.71 g; Sód: 1683.98 mg; Potas: 3322.92 mg; Wapń: 964.44 mg; Fosfor: 1548.52 mg; Błonnik pokarmowy: 44.24 g; suma cukrów prostych: 55.27 g; Woda: 1071.57 g; Popiół: 14.35 g;		
wtorek 2024-06-04 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 , wątróbka drobiowa duszona 150g (PSZENICA), kapusta zasmażana 120g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), zupa pomidorowa z ryżem 400ml (MLEKO, 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: 2446.32 kcal; Energia: 9281.93 kJ; Białko ogółem: 103.65 g; białko zwierzęce: 70.79 g; białko roślinne: 31.47 g; Tłuszcz: 74.68 g; Węglowodany ogółem: 360.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.72 g; Sód: 2112.87 mg; Potas: 4264.46 mg; Wapń: 806.42 mg; Fosfor: 1682.68 mg; Błonnik pokarmowy: 21.19 g; suma cukrów prostych: 101.12 g; Woda: 1347.92 g; Popiół: 19.13 g;		
wtorek 2024-06-04 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 pomidorowa z ryżem 400ml (MLEKO, 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: 2431.17 kcal; Energia: 9040.83 kJ; Białko ogółem: 99.28 g; białko zwierzęce: 64.64 g; białko roślinne: 33.25 g; Tłuszcz: 61.76 g; Węglowodany ogółem: 388.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.98 g; Sód: 1612.32 mg; Potas: 3980.83 mg; Wapń: 752.70 mg; Fosfor: 1481.71 mg; Błonnik pokarmowy: 18.43 g; suma cukrów prostych: 105.64 g; Woda: 1189.06 g; Popiół: 15.54 g;		
wtorek 2024-06-04 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 pomidorowa z ryżem 400ml (MLEKO, 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), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 100g , Posiłek nocny: owoc 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2228.41 kcal; Energia: 8139.77 kJ; Białko ogółem: 100.63 g; białko zwierzęce: 63.84 g; białko roślinne: 33.99 g; Tłuszcz: 63.06 g; Węglowodany ogółem: 341.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.11 g; Sód: 2180.70 mg; Potas: 4946.22 mg; Wapń: 971.82 mg; Fosfor: 1670.89 mg; Błonnik pokarmowy: 26.15 g; suma cukrów prostych: 59.10 g; Woda: 1554.11 g; Popiół: 21.85 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-06-05		
Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300ml (MLEKO, GLUTEN), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), serek President z rzodkiewką 50g (MLEKO), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), cukier 10g, ogórek zielony 50g,	zupa botwinka 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, ORZECHY AR, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, ziemniaki 250g, gołąbki bez zawijania w sosie pieczarkowym 2szt (PSZENICA, 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 pomidorowo-warzywny 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2300.35 kcal; Energia: 7791.74 kJ; Białko ogółem: 77.10 g; białko zwierzęce: 42.66 g; białko roślinne: 35.16 g; Tłuszcz: 60.70 g; Węglowodany ogółem: 385.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.69 g; Sód: 1651.37 mg; Potas: 4053.49 mg; Wapń: 739.70 mg; Fosfor: 1275.60 mg; Błonnik pokarmowy: 20.60 g; suma cukrów prostych: 78.69 g; Woda: 1204.28 g; Popiół: 14.86 g;		
środa 2024-06-05		
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 botwinka 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, ORZECHY AR, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, ziemniaki 250g, kurczak w sosie śmietankowo-szpinakowym 100/150g (MLEKO, PSZENICA), marchew DUO 150g (ŚMIETANKA),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 30g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 15g, Posiłek nocny: sok pomidorowo-warzywny 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2246.27 kcal; Energia: 7571.19 kJ; Białko ogółem: 94.82 g; białko zwierzęce: 59.67 g; białko roślinne: 32.34 g; Tłuszcz: 59.23 g; Węglowodany ogółem: 358.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.82 g; Sód: 1429.78 mg; Potas: 4543.09 mg; Wapń: 741.66 mg; Fosfor: 1439.53 mg; Błonnik pokarmowy: 21.57 g; suma cukrów prostych: 79.97 g; Woda: 1284.00 g; Popiół: 16.92 g;		
środa 2024-06-05		
Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE		
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300ml (MLEKO, GLUTEN), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), serek President z rzodkiewką 50g (MLEKO), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), ogórek zielony 50g, II Śniadanie: owoc 150g,	zupa botwinka 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, ORZECHY AR, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), kompot 250ml Z gorzki, ziemniaki 250g, gołąbki bez zawijania w sosie pieczarkowym 2szt (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), wędlina 30g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA), pomidor 50g, serek capresi light 2 plastry (MLEKO, GLUTEN), Posiłek nocny: sok pomidorowo-warzywny 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2312.38 kcal; Energia: 7818.79 kJ; Białko ogółem: 83.82 g; białko zwierzęce: 47.76 g; białko roślinne: 36.06 g; Tłuszcz: 65.32 g; Węglowodany ogółem: 375.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.02 g; Sód: 1750.98 mg; Potas: 4602.90 mg; Wapń: 1004.16 mg; Fosfor: 1465.92 mg; Błonnik pokarmowy: 23.45 g; suma cukrów prostych: 55.39 g; Woda: 1474.65 g; Popiół: 17.20 g;		
czwartek 2024-06-06		
Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasztet drobiowy 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g, cukier 10g,	zupa krupnik 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, JĘCZMIEN), ryż 200g, kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, Schab pieczony z sosem pieczeniowym 100g (GLUTEN, ORZECHY AR, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), marchewka z groszkiem 150g (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta śledziowa z jajkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, RYBY, GORCZYCA, SEZAM), cukier 15g, Posiłek nocny: sok pomidorowo-warzywny 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2841.87 kcal; Energia: 10348.01 kJ; Białko ogółem: 111.24 g; białko zwierzęce: 72.64 g; białko roślinne: 38.60 g; Tłuszcz: 91.69 g; Węglowodany ogółem: 419.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.17 g; Sód: 2406.56 mg; Potas: 3285.44 mg; Wapń: 774.22 mg; Fosfor: 1571.31 mg; Błonnik pokarmowy: 22.12 g; suma cukrów prostych: 80.99 g; Woda: 1077.22 g; Popiół: 15.21 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-06		
Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
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), pomidor 50g, cukier 10g,	zupa krupnik 350ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, JĘCZMIEN), ryż 200g, kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, Schab duszony w ziołach 100g, Marchewka gotowana 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, Posiłek nocny: sok pomidorowo-warzywny 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2584.92 kcal; Energia: 9302.35 kJ; Białko ogółem: 97.93 g; białko zwierzęce: 61.95 g; białko roślinne: 34.58 g; Tłuszcz: 78.78 g; Węglowodany ogółem: 394.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.92 g; Sód: 1699.38 mg; Potas: 2899.08 mg; Wapń: 717.46 mg; Fosfor: 1350.25 mg; Błonnik pokarmowy: 19.43 g; suma cukrów prostych: 78.78 g; Woda: 1009.55 g; Popiół: 13.23 g;		
czwartek 2024-06-06		
Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), paszтет drobiowy 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g, II Śniadanie: owoc 150g,	zupa krupnik 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, JĘCZMIEN), ryż brązowy 200g, kompot 250ml Z gorzki, Schab duszony w ziołach 100g, brukselka 150g (JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO, ŚMIETANKA), Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta śledziowa z jajkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, RYBY, GORCZYCA, SEZAM), pomidor 50g, Posiłek nocny: sok pomidorowo-warzywny 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2852.82 kcal; Energia: 10417.72 kJ; Białko ogółem: 118.99 g; białko zwierzęce: 74.95 g; białko roślinne: 44.04 g; Tłuszcz: 96.14 g; Węglowodany ogółem: 415.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.81 g; Sód: 1982.00 mg; Potas: 4121.78 mg; Wapń: 1086.28 mg; Fosfor: 1853.78 mg; Błonnik pokarmowy: 32.79 g; suma cukrów prostych: 57.07 g; Woda: 1317.33 g; Popiół: 17.42 g;		
piątek 2024-06-07		
Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z pł jęczmiennymi 350ml, bułka maślana 1szt (80g) (JAJA, PSZENICA, SEZAM), masło 15g (ŚMIETANKA), dżem 25g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), twaróg 70g (MLEKO), cukier 10g,	zupa barszcz ukraiński 400ml (GLUTEN, PSZENICA, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO, OWIES), kompot 250ml Z gorzki, cukier 5g, ryba smażona 100g (JAJA, PSZENICA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO), surówka z kapusty kiszonej 150g, ziemniaki 300g,	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Kurczak w galarecie 50g (SELER, GORCZYCA), cukier 15g, pomidor 50g, Posiłek nocny: Mus tubka 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2474.01 kcal; Energia: 9246.32 kJ; Białko ogółem: 93.67 g; białko zwierzęce: 56.56 g; białko roślinne: 37.11 g; Tłuszcz: 87.09 g; Węglowodany ogółem: 355.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.16 g; Sód: 1892.22 mg; Potas: 4208.28 mg; Wapń: 600.23 mg; Fosfor: 1232.61 mg; Błonnik pokarmowy: 26.57 g; suma cukrów prostych: 98.19 g; Woda: 1189.17 g; Popiół: 17.11 g;		
piątek 2024-06-07		
Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z pł jęczmiennymi 350ml, Pieczywo mieszane 50g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), bułka maślana 1szt (80g) (JAJA, PSZENICA, SEZAM), masło 15g (ŚMIETANKA), dżem 25g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), twaróg 70g (MLEKO), cukier 10g,	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, ORZECHY AR, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, ryba gotowana 100g (PSZENICA, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), szpinak liściasty 150g, ziemniaki 300g, sos koperkowy 100ml (MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 15g, pomidor 50g, Posiłek nocny: Mus tubka 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 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
niedziela 2024-06-09		
Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z pł. owsianymi 350ml (MLEKO, GLUTEN), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ), masło 15g (ŚMIETANKA), kielbaska drobiowa z ketchupem 1 szt (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g , cukier 10g ,	zupa rosół z lanym ciastem 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , Karczek duszony w majeranku 100g , kapusta czerwona 150g (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ), masło 15g (ŚMIETANKA), pasztet drobiowy 1 szt , cukier 15g , Posiłek nocny: chrupki kukurydziane (ORZ. LASKO, ŻYTO),
Wartości odżywcze: Energia: 3010.46 kcal; Energia: 10915.84 kJ; Białko ogółem: 111.78 g; białko zwierzęce: 74.46 g; białko roślinne: 37.32 g; Tłuszcz: 120.53 g; Węglowodany ogółem: 399.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.96 g; Sód: 3706.12 mg; Potas: 4470.25 mg; Wapń: 728.41 mg; Fosfor: 1574.66 mg; Błonnik pokarmowy: 24.70 g; suma cukrów prostych: 102.08 g; Woda: 1204.18 g; Popiół: 19.83 g;		
niedziela 2024-06-09		
Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z pł. owsianymi 350ml (MLEKO, GLUTEN), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ), 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 , szynka wp gotowana 100g , sos rozmarynowo-cytrynowy 100ml , buraki 150g ,	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 15g , Posiłek nocny: chrupki kukurydziane (ORZ. LASKO, ŻYTO),
Wartości odżywcze: Energia: 2875.96 kcal; Energia: 10242.90 kJ; Białko ogółem: 116.85 g; białko zwierzęce: 79.74 g; białko roślinne: 35.71 g; Tłuszcz: 106.50 g; Węglowodany ogółem: 389.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.51 g; Sód: 3240.02 mg; Potas: 4532.88 mg; Wapń: 670.83 mg; Fosfor: 1580.15 mg; Błonnik pokarmowy: 22.13 g; suma cukrów prostych: 101.61 g; Woda: 1216.34 g; Popiół: 19.61 g;		
niedziela 2024-06-09		
Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z pł. owsianymi 350ml (MLEKO, GLUTEN), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ), masło 15g (ŚMIETANKA), kielbaska drobiowa z ketchupem 1 szt (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g , II Śniadanie: owoc 150g ,	zupa rosół z lanym ciastem 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Karczek duszony w majeranku 100g , kapusta czerwona 150g (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata 20g , Posiłek nocny: chrupki kukurydziane (ORZ. LASKO, ŻYTO),
Wartości odżywcze: Energia: 2870.11 kcal; Energia: 10276.19 kJ; Białko ogółem: 120.32 g; białko zwierzęce: 82.11 g; białko roślinne: 36.81 g; Tłuszcz: 109.40 g; Węglowodany ogółem: 382.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.63 g; Sód: 3394.67 mg; Potas: 4939.45 mg; Wapń: 968.46 mg; Fosfor: 1769.76 mg; Błonnik pokarmowy: 25.94 g; suma cukrów prostych: 77.66 g; Woda: 1459.56 g; Popiół: 21.73 g;		
poniedziałek 2024-06-10		
Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300ml (MLEKO, GLUTEN), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ), masło 15g (ŚMIETANKA), serek fromage 70g (MLEKO), 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), kompot 250ml Z gorzki , cukier 10g , Makaron z sosem mięsno-pomidorowym z warzywami 350g (GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta z makreli 50g (JAJA), cukier 15g , Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA),
Wartości odżywcze: Energia: 2828.22 kcal; Energia: 8764.69 kJ; Białko ogółem: 114.43 g; białko zwierzęce: 54.87 g; białko roślinne: 48.56 g; Tłuszcz: 68.24 g; Węglowodany ogółem: 465.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.51 g; Sód: 1756.58 mg; Potas: 3466.79 mg; Wapń: 854.54 mg; Fosfor: 1550.45 mg; Błonnik pokarmowy: 34.97 g; suma cukrów prostych: 80.25 g; Woda: 918.22 g; Popiół: 14.36 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-06-10		
Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300ml (MLEKO, GLUTEN), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasta twarogowa natur. 70g (MLEKO), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g, cukier 10g,	zupa z jarmużem 400ml (MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, Makaron z sosem mięsno-pomidorowym 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, Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA),
Wartości odżywcze: Energia: 2573.20 kcal; Energia: 7660.72 kJ; Białko ogółem: 104.90 g; białko zwierzęce: 56.55 g; białko roślinne: 35.95 g; Tłuszcz: 60.29 g; Węglowodany ogółem: 421.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.14 g; Sód: 1297.27 mg; Potas: 2995.77 mg; Wapń: 806.74 mg; Fosfor: 1292.14 mg; Błonnik pokarmowy: 26.92 g; suma cukrów prostych: 78.85 g; Woda: 937.44 g; Popiół: 12.96 g;		
poniedziałek 2024-06-10		
Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE		
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300ml (MLEKO, GLUTEN), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), serek fromage 70g (MLEKO), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g, II Śniadanie: owoc 150g,	zupa fasolowa 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, BIAŁKO JAJ, OWIES), kompot 250ml Z gorzki, Makaron z sosem mięsno-pomidorowym 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), Pasta z makreli 50g (JAJA), sałata 5g, Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA),
Wartości odżywcze: Energia: 2828.17 kcal; Energia: 8763.89 kJ; Białko ogółem: 121.40 g; białko zwierzęce: 61.32 g; białko roślinne: 49.08 g; Tłuszcz: 71.70 g; Węglowodany ogółem: 453.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.35 g; Sód: 1852.43 mg; Potas: 3919.79 mg; Wapń: 1114.89 mg; Fosfor: 1745.00 mg; Błonnik pokarmowy: 37.29 g; suma cukrów prostych: 57.17 g; Woda: 1147.73 g; Popiół: 16.21 g;		

Dietetyk

.....