Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-07-01	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z pł.kukurydzianymi 250ml (***MLEKO, ORZ. LASKO, ORZECHY AR***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Serek Hochland 30g (***MLEKO, ŚMIETANKA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), pomidor 50g , Cukier 10g , wędlina 20g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***),	zupa z ciecierzycy czerwonej 400ml (***GLUTEN, JAJA, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO, BIAŁKO JAJ, PISTACJE***), kasza jęczmienna 200g (***JĘCZMIEŃ***), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , surówka z selera 150g (***MLEKO, GLUTEN, SELER***), Potrawka z indyka 110g (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), pasztet warzywny 50g (***JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA***), Cukier 15g , **Posiłek nocny:** Jogurt "serduszko" 1 szt. (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2322.58 kcal; Energia: 8733.73 kJ; Białko ogółem: 179.23 g; białko zwierzęce: 54.19 g; białko roślinne: 115.94 g; Tłuszcz: 97.60 g; Węglowodany ogółem: 363.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.13 g; Sód: 2201.35 mg; Potas: 3126.57 mg; Wapń: 907.61 mg; Fosfor: 1626.53 mg; Błonnik pokarmowy: 33.95 g; suma cukrów prostych: 91.53 g; Woda: 1083.83 g; Popiół: 16.77 g;		
poniedziałek 2024-07-01	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z pł.kukurydzianymi 250ml (***MLEKO, ORZ. LASKO, ORZECHY AR***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), serek do smarowania z tymiankiem 50g (***MLEKO***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), pomidor 50g , Cukier 10g ,	zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), kasza jęczmienna 200g (***JĘCZMIEŃ***), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , buraki 150g , Potrawka z indyka 110g (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA***),	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:** Jogurt "serduszko" 1 szt. (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2404.34 kcal; Energia: 9736.20 kJ; Białko ogółem: 191.14 g; białko zwierzęce: 70.19 g; białko roślinne: 119.55 g; Tłuszcz: 86.51 g; Węglowodany ogółem: 391.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.04 g; Sód: 2375.97 mg; Potas: 3804.50 mg; Wapń: 880.16 mg; Fosfor: 1657.93 mg; Błonnik pokarmowy: 30.08 g; suma cukrów prostych: 98.99 g; Woda: 1235.16 g; Popiół: 17.78 g;		
poniedziałek 2024-07-01	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z pł.kukurydzianymi 250ml (***MLEKO, ORZ. LASKO, ORZECHY AR***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Serek Hochland 30g (***MLEKO, ŚMIETANKA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), pomidor 50g , wędlina 20g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), **II Śniadanie:** owoc sezonowy 150g ,	zupa z ciecierzycy czerwonej 400ml (***GLUTEN, JAJA, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO, BIAŁKO JAJ, PISTACJE***), kasza jęczmienna 200g (***JĘCZMIEŃ***), kompot 250ml Z gorzki , surówka z selera 150g (***MLEKO, GLUTEN, SELER***), Potrawka z indyka 110g (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA***), **Podwieczorek:** biszkopty 30g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY AR, SEZAM, ŻYTO***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), pasztet warzywny 50g (***JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA***), sałata 5g , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy b/c 1 szt. (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2210.25 kcal; Energia: 8261.37 kJ; Białko ogółem: 179.76 g; białko zwierzęce: 54.20 g; białko roślinne: 116.46 g; Tłuszcz: 97.77 g; Węglowodany ogółem: 335.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.14 g; Sód: 2202.78 mg; Potas: 3234.73 mg; Wapń: 913.05 mg; Fosfor: 1635.23 mg; Błonnik pokarmowy: 34.32 g; suma cukrów prostych: 58.41 g; Woda: 1159.20 g; Popiół: 17.12 g;		
wtorek 2024-07-02	**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, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), twaróg 70g (***MLEKO***), Cukier 10g ,	kompot 250ml Z gorzki , Cukier 5g , ziemniaki 300g , wątróbka drobiowa duszona 150g (***GLUTEN, PSZENICA***), Kapusta kiszona zasmażana 150g (***SELER***), zupa pomidorowa z ryżem 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 50g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Cukier 15g , ogórek kiszony 50g , **Posiłek nocny:** owoc 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2441.32 kcal; Energia: 9805.10 kJ; Białko ogółem: 148.12 g; białko zwierzęce: 74.57 g; białko roślinne: 72.16 g; Tłuszcz: 87.23 g; Węglowodany ogółem: 356.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.46 g; Sód: 2819.28 mg; Potas: 4369.05 mg; Wapń: 794.72 mg; Fosfor: 1754.35 mg; Błonnik pokarmowy: 25.19 g; suma cukrów prostych: 103.80 g; Woda: 1187.46 g; Popiół: 21.41 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-07-02	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 50g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), Bułka maślana 1szt. (80g) (***JAJA, PSZENICA, SEZAM***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), 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 (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 50g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Cukier 15g , pomidor 50g , **Posiłek nocny:** owoc 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2425.22 kcal; Energia: 9746.67 kJ; Białko ogółem: 156.93 g; białko zwierzęce: 70.40 g; białko roślinne: 85.14 g; Tłuszcz: 77.38 g; Węglowodany ogółem: 384.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.78 g; Sód: 1973.54 mg; Potas: 4173.51 mg; Wapń: 739.20 mg; Fosfor: 1575.85 mg; Błonnik pokarmowy: 23.38 g; suma cukrów prostych: 108.82 g; Woda: 1064.51 g; Popiół: 16.93 g;		
wtorek 2024-07-02	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 50g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), papryka konserwowa 50g (***S02***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 50g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), Bułka grahamka 80g (***PSZENICA, ŻYTO***), **II Śniadanie:** owoc sezonowy 150g ,	kompot 250ml Z gorzki , ziemniaki 300g , Gulasz dietetyczny z szynki wieprzowej 110g (***MLEKO***), Kapusta kiszona zasmażana 150g (***SELER***), zupa pomidorowa z ryżem 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1 szt. (***MLEKO, GLUTEN***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 50g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), ogórek kiszony 50g , **Posiłek nocny:** owoc 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2274.05 kcal; Energia: 9064.88 kJ; Białko ogółem: 161.03 g; białko zwierzęce: 69.64 g; białko roślinne: 88.60 g; Tłuszcz: 78.81 g; Węglowodany ogółem: 347.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.94 g; Sód: 3123.93 mg; Potas: 4981.51 mg; Wapń: 974.10 mg; Fosfor: 1820.60 mg; Błonnik pokarmowy: 30.79 g; suma cukrów prostych: 61.40 g; Woda: 1391.15 g; Popiół: 24.93 g;		
środa 2024-07-03	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300ml (***MLEKO, PSZENICA***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), serek President z rzodkiewką 50g (***MLEKO, ŚMIETANKA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), Cukier 10g , ogórek zielony 50g ,	zupa botwinka 400ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , ziemniaki 250g , Gołąbki bez zawijania w sosie pieczarkowym 2 szt. (***GLUTEN, PSZENICA, SELER***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 30g , Cukier 15g , serek capresi light 2 plastry (***MLEKO, ŚMIETANKA***), **Posiłek nocny:** sok pomidorowo-warzywny 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2278.09 kcal; Energia: 8910.80 kJ; Białko ogółem: 175.16 g; białko zwierzęce: 55.22 g; białko roślinne: 120.65 g; Tłuszcz: 85.27 g; Węglowodany ogółem: 377.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.61 g; Sód: 2689.32 mg; Potas: 4360.89 mg; Wapń: 756.29 mg; Fosfor: 1448.79 mg; Błonnik pokarmowy: 29.61 g; suma cukrów prostych: 83.23 g; Woda: 1233.64 g; Popiół: 17.34 g;		
środa 2024-07-03	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300ml (***MLEKO, PSZENICA***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 50g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), Cukier 10g , sałata 5g ,	zupa botwinka 400ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , ziemniaki 250g , Kurczak w sosie śmietankowo-szpinakowym 100g/150ml (***GLUTEN, PSZENICA, ŚMIETANKA***), marchew DUO 150g (***ŚMIETANKA***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 30g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Cukier 15g , **Posiłek nocny:** sok pomidorowo-warzywny 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2224.01 kcal; Energia: 8690.25 kJ; Białko ogółem: 192.88 g; białko zwierzęce: 72.24 g; białko roślinne: 117.84 g; Tłuszcz: 83.80 g; Węglowodany ogółem: 350.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.74 g; Sód: 2467.73 mg; Potas: 4850.49 mg; Wapń: 758.25 mg; Fosfor: 1612.72 mg; Błonnik pokarmowy: 30.58 g; suma cukrów prostych: 84.51 g; Woda: 1313.37 g; Popiół: 19.41 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-07-03	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300ml (***MLEKO, PSZENICA***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), serek President z rzodkiewką 50g (***MLEKO, ŚMIETANKA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), ogórek zielony 50g , **II Śniadanie:** owoc sezonowy 150g ,	zupa botwinka 400ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), kompot 250ml Z gorzki , ziemniaki 250g , Gołąbki bez zawijania w sosie pieczarkowym 2 szt. (***GLUTEN, PSZENICA, SELER***), **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1 szt. (***MLEKO, GLUTEN***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 30g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), pomidor 50g , serek capresi light 2 plastry (***MLEKO, ŚMIETANKA***), **Posiłek nocny:** sok pomidorowo-warzywny 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2267.62 kcal; Energia: 8844.85 kJ; Białko ogółem: 181.88 g; białko zwierzęce: 60.32 g; białko roślinne: 121.55 g; Tłuszcz: 89.59 g; Węglowodany ogółem: 360.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.90 g; Sód: 2788.93 mg; Potas: 4865.30 mg; Wapń: 1020.75 mg; Fosfor: 1636.11 mg; Błonnik pokarmowy: 30.51 g; suma cukrów prostych: 58.28 g; Woda: 1479.56 g; Popiół: 19.69 g;		
czwartek 2024-07-04	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), pasztet drobiowy 1 szt , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), pomidor 50g , Cukier 10g ,	zupa krupnik 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, JĘCZMIEŃ***), ryż 200g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , Schab pieczony z sosem pieczeniowym 100g (***GLUTEN, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), surówka z białej kapusty z marchewką i kukurydzą 150g (***SELER***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta śledziowa z jajkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, RYBY, GORCZYCA, SEZAM***), Cukier 15g , **Posiłek nocny:** Jogurt "serduszko" 1 szt. (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2925.72 kcal; Energia: 11934.43 kJ; Białko ogółem: 211.79 g; białko zwierzęce: 87.10 g; białko roślinne: 124.69 g; Tłuszcz: 118.56 g; Węglowodany ogółem: 429.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.42 g; Sód: 3254.34 mg; Potas: 3945.26 mg; Wapń: 1075.77 mg; Fosfor: 1904.57 mg; Błonnik pokarmowy: 29.68 g; suma cukrów prostych: 95.35 g; Woda: 1256.97 g; Popiół: 20.34 g;		
czwartek 2024-07-04	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Serek Mazurski Smak 50g (***MLEKO, ŚMIETANKA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), pomidor 50g , Cukier 10g ,	zupa krupnik 350ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, JĘCZMIEŃ***), ryż 200g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , Schab duszony w ziołach 100g , Brokuły 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:** Jogurt "serduszko" 1 szt. (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2568.56 kcal; Energia: 10483.51 kJ; Białko ogółem: 200.79 g; białko zwierzęce: 76.41 g; białko roślinne: 122.98 g; Tłuszcz: 97.87 g; Węglowodany ogółem: 393.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.32 g; Sód: 1992.56 mg; Potas: 3611.64 mg; Wapń: 963.61 mg; Fosfor: 1720.15 mg; Błonnik pokarmowy: 25.73 g; suma cukrów prostych: 88.25 g; Woda: 1154.59 g; Popiół: 17.06 g;		
czwartek 2024-07-04	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), pasztet drobiowy 1 szt , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), pomidor 50g , **II Śniadanie:** owoc sezonowy 150g ,	zupa krupnik 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, JĘCZMIEŃ***), ryż brązowy 200g , kompot 250ml Z gorzki , Schab duszony w ziołach 100g , surówka z białej kapusty z marchewką i kukurydzą 150g (***SELER***), **Podwieczorek:** Mus z cytrusów 150g ,	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta śledziowa z jajkiem 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, RYBY, GORCZYCA, SEZAM***), pomidor 50g , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 200ml (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2871.62 kcal; Energia: 11755.29 kJ; Białko ogółem: 215.95 g; białko zwierzęce: 88.60 g; białko roślinne: 127.36 g; Tłuszcz: 121.06 g; Węglowodany ogółem: 416.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.73 g; Sód: 3143.40 mg; Potas: 4742.04 mg; Wapń: 1256.22 mg; Fosfor: 2121.78 mg; Błonnik pokarmowy: 39.23 g; suma cukrów prostych: 71.33 g; Woda: 1529.06 g; Popiół: 21.99 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-07-05	**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, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), twaróg 70g (***MLEKO***), Cukier 10g ,	zupa barszcz ukraiński 400ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, 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, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Kurczak w galarecie 50g (***SELER, GORCZYCA***), Cukier 15g , pomidor 50g , **Posiłek nocny:** Mus tubka 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2477.36 kcal; Energia: 9808.64 kJ; Białko ogółem: 139.92 g; białko zwierzęce: 62.44 g; białko roślinne: 77.48 g; Tłuszcz: 98.45 g; Węglowodany ogółem: 354.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.17 g; Sód: 2191.88 mg; Potas: 4362.32 mg; Wapń: 617.33 mg; Fosfor: 1324.83 mg; Błonnik pokarmowy: 30.47 g; suma cukrów prostych: 103.98 g; Woda: 1271.02 g; Popiół: 18.33 g;		
piątek 2024-07-05	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z pł jęczmiennymi 350ml , Pieczywo mieszane 50g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), Bułka maślana 1szt. (80g) (***JAJA, PSZENICA, SEZAM***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), twaróg 70g (***MLEKO***), Cukier 10g ,	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , ryba gotowana 100g (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, RYBY***), szpinak liściasty 150g , ziemniaki 300g , sos koperkowy 100ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, ŚMIETANKA***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 50g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Cukier 15g , pomidor 50g , **Posiłek nocny:** Mus tubka 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2332.60 kcal; Energia: 9249.80 kJ; Białko ogółem: 158.17 g; białko zwierzęce: 69.98 g; białko roślinne: 86.79 g; Tłuszcz: 76.37 g; Węglowodany ogółem: 366.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.72 g; Sód: 2178.20 mg; Potas: 4513.59 mg; Wapń: 605.38 mg; Fosfor: 1376.24 mg; Błonnik pokarmowy: 27.76 g; suma cukrów prostych: 104.55 g; Woda: 1391.28 g; Popiół: 19.01 g;		
piątek 2024-07-05	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z pł jęczmiennymi 350ml , Pieczywo mieszane 50g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), papryka konserwowa 50g (***S02***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 50g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), Bułka grahamka 80g (***PSZENICA, ŻYTO***), **II Śniadanie:** melon 150g ,	zupa barszcz ukraiński 400ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, OWIES***), kompot 250ml Z gorzki , ryba gotowana 100g (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, RYBY***), surówka z kapusty kiszonej 150g , ziemniaki 300g , sos koperkowy 100ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, ŚMIETANKA***), **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1 szt. (***MLEKO, GLUTEN***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Kurczak w galarecie 50g (***SELER, GORCZYCA***), pomidor 100g , **Posiłek nocny:** Mus tubka 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2238.09 kcal; Energia: 8770.08 kJ; Białko ogółem: 162.28 g; białko zwierzęce: 68.11 g; białko roślinne: 92.76 g; Tłuszcz: 84.48 g; Węglowodany ogółem: 332.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.82 g; Sód: 2634.79 mg; Potas: 5166.79 mg; Wapń: 834.70 mg; Fosfor: 1609.65 mg; Błonnik pokarmowy: 38.18 g; suma cukrów prostych: 61.09 g; Woda: 1549.76 g; Popiół: 23.25 g;		

sobota 2024-07-06	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z ryżem 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), serek capresi light 2 plastry (***MLEKO, ŚMIETANKA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), pomidor 50g , Cukier 10g , wędlina 40g (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***),	zupa kalafiorowa z grysikiem 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , bigos 150g (***MLEKO, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ***), ziemniaki 250g ,	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta jajeczna 50g (***GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Cukier 15g , **Posiłek nocny:** BISZKOPTY 40G (***GLUTEN, JAJA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2729.25 kcal; Energia: 9233.61 kJ; Białko ogółem: 179.66 g; białko zwierzęce: 47.02 g; białko roślinne: 121.64 g; Tłuszcz: 104.52 g; Węglowodany ogółem: 441.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.50 g; Sód: 2592.19 mg; Potas: 3620.95 mg; Wapń: 767.99 mg; Fosfor: 1287.76 mg; Błonnik pokarmowy: 38.47 g; suma cukrów prostych: 82.22 g; Woda: 1148.32 g; Popiół: 16.94 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-07-06	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z ryżem 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 50g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), pomidor 50g , Cukier 10g ,	zupa grysikowa 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA***), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , pulpet w sosie pomidorowym 110g/100ml (***JAJA, PSZENICA, SELER, SEZAM, ŻYTO***), bukiet jarzyn 150g (***SELER, ŚMIETANKA***), ziemniaki 300g ,	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), pasta z białek 50g (***GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Cukier 15g , **Posiłek nocny:** BISZKOPTY 40G (***GLUTEN, JAJA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2738.90 kcal; Energia: 9441.72 kJ; Białko ogółem: 201.54 g; białko zwierzęce: 65.43 g; białko roślinne: 123.72 g; Tłuszcz: 92.57 g; Węglowodany ogółem: 450.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.80 g; Sód: 2265.92 mg; Potas: 4176.96 mg; Wapń: 745.54 mg; Fosfor: 1576.63 mg; Błonnik pokarmowy: 40.57 g; suma cukrów prostych: 82.41 g; Woda: 1241.92 g; Popiół: 17.80 g;		
sobota 2024-07-06	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z ryżem 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), serek capresi light 2 plastry (***MLEKO, ŚMIETANKA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), pomidor 50g , wędlina 40g (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), **II Śniadanie:** Jabłko 150g ,	zupa kalafiorowa z grysikiem 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), kompot 250ml Z gorzki , pulpet w sosie pomidorowym 110g/100ml (***JAJA, PSZENICA, SELER, SEZAM, ŻYTO***), ziemniaki 300g , surówka z kapusty białej z koperkiem 150g (***SELER***), **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1 szt. (***MLEKO, GLUTEN***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta jajeczna 50g (***GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), pomidor 50g , **Posiłek nocny:** BISZKOPTY 40G (***GLUTEN, JAJA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2877.29 kcal; Energia: 9488.13 kJ; Białko ogółem: 205.24 g; białko zwierzęce: 69.85 g; białko roślinne: 124.39 g; Tłuszcz: 109.44 g; Węglowodany ogółem: 444.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.62 g; Sód: 2931.81 mg; Potas: 4768.42 mg; Wapń: 1095.45 mg; Fosfor: 1721.88 mg; Błonnik pokarmowy: 45.33 g; suma cukrów prostych: 77.08 g; Woda: 1597.27 g; Popiół: 20.20 g;		
niedziela 2024-07-07	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z pł. owsianymi 350ml (***MLEKO, GLUTEN***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Kiełbasa drobiowa z ketchupem 1 szt. (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), pomidor 50g , Cukier 10g ,	zupa rosół z lanym ciastem 400ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , Karczek duszony w majeranku 100g , kapusta czerwona 150g (***GLUTEN, PSZENICA, SELER***),	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: 3007.61 kcal; Energia: 12197.24 kJ; Białko ogółem: 210.63 g; białko zwierzęce: 86.86 g; białko roślinne: 123.77 g; Tłuszcz: 144.93 g; Węglowodany ogółem: 396.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.69 g; Sód: 4345.02 mg; Potas: 4795.85 mg; Wapń: 761.11 mg; Fosfor: 1769.56 mg; Błonnik pokarmowy: 32.78 g; suma cukrów prostych: 107.68 g; Woda: 1346.43 g; Popiół: 22.42 g;		
niedziela 2024-07-07	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z pł. owsianymi 350ml (***MLEKO, GLUTEN***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Kiełbasa drobiowa z ketchupem 1 szt. (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), pomidor 50g ,	zupa rosół z makaronem 400ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA***), 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: 2873.11 kcal; Energia: 11524.30 kJ; Białko ogółem: 215.70 g; białko zwierzęce: 92.14 g; białko roślinne: 122.16 g; Tłuszcz: 130.90 g; Węglowodany ogółem: 386.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.24 g; Sód: 3878.92 mg; Potas: 4858.48 mg; Wapń: 703.53 mg; Fosfor: 1775.05 mg; Błonnik pokarmowy: 30.21 g; suma cukrów prostych: 107.22 g; Woda: 1358.59 g; Popiół: 22.20 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-07-07	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z pł. owsianymi 350ml (***MLEKO, GLUTEN***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Kiełbasa drobiowa z ketchupem 1 szt. (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), pomidor 50g , **II Śniadanie:** owoc sezonowy 150g ,	zupa rosół z lanym ciastem 400ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Karczek duszony w majeranku 100g , kapusta czerwona 150g (***GLUTEN, PSZENICA, SELER***), **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1 szt. (***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: 2844.76 kcal; Energia: 11464.59 kJ; Białko ogółem: 219.17 g; białko zwierzęce: 94.51 g; białko roślinne: 123.26 g; Tłuszcz: 133.50 g; Węglowodany ogółem: 372.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.32 g; Sód: 4033.57 mg; Potas: 5220.05 mg; Wapń: 1001.16 mg; Fosfor: 1961.66 mg; Błonnik pokarmowy: 32.07 g; suma cukrów prostych: 81.61 g; Woda: 1577.36 g; Popiół: 24.32 g;		
poniedziałek 2024-07-08	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), serek fromage 70g (***MLEKO, ŚMIETANKA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), papryka czerwona 50g , Cukier 10g ,	zupa fasolowa 400ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, OWIES, ŚMIETANKA***), 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: 2877.62 kcal; Energia: 10256.04 kJ; Białko ogółem: 209.97 g; białko zwierzęce: 61.66 g; białko roślinne: 137.31 g; Tłuszcz: 91.21 g; Węglowodany ogółem: 484.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.56 g; Sód: 2349.13 mg; Potas: 3710.74 mg; Wapń: 828.74 mg; Fosfor: 1702.10 mg; Błonnik pokarmowy: 45.51 g; suma cukrów prostych: 83.12 g; Woda: 958.73 g; Popiół: 16.77 g;		
poniedziałek 2024-07-08	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), pasta twarogowa natur. 70g (***MLEKO***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), pomidor 50g , Cukier 10g ,	zupa z jarmużem 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), 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***), wędlina 50g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Cukier 15g , **Posiłek nocny:** BISZKOPTY 40G (***GLUTEN, JAJA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2622.70 kcal; Energia: 9159.15 kJ; Białko ogółem: 200.38 g; białko zwierzęce: 63.48 g; białko roślinne: 124.50 g; Tłuszcz: 83.70 g; Węglowodany ogółem: 439.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.51 g; Sód: 1894.30 mg; Potas: 3259.40 mg; Wapń: 784.18 mg; Fosfor: 1442.55 mg; Błonnik pokarmowy: 37.06 g; suma cukrów prostych: 81.91 g; Woda: 983.85 g; Popiół: 15.35 g;		
poniedziałek 2024-07-08	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), serek fromage 70g (***MLEKO, ŚMIETANKA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), papryka czerwona 50g , **II Śniadanie:** owoc sezonowy 150g ,	zupa fasolowa 400ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, OWIES, ŚMIETANKA***), kompot 250ml Z gorzki , Makaron z sosem mięsno-pomidorowym z warzywami 350g (***GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1 szt. (***MLEKO, GLUTEN***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta z makreli 50g (***JAJA***), rzodkiewka 50g , **Posiłek nocny:** BISZKOPTY 40G (***GLUTEN, JAJA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2862.77 kcal; Energia: 10181.69 kJ; Białko ogółem: 217.47 g; białko zwierzęce: 68.11 g; białko roślinne: 138.36 g; Tłuszcz: 94.48 g; Węglowodany ogółem: 468.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.37 g; Sód: 2451.38 mg; Potas: 4253.64 mg; Wapń: 1105.29 mg; Fosfor: 1904.00 mg; Błonnik pokarmowy: 47.31 g; suma cukrów prostych: 58.45 g; Woda: 1215.34 g; Popiół: 18.93 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-07-09	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą jęczmienna 300ml (***MLEKO, JĘCZMIEŃ***), Bułka maślana 1szt. (80g) (***JAJA, PSZENICA, SEZAM***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), twaróg 70g (***MLEKO***), Cukier 10g ,	kompot 250ml Z gorzki , Cukier 5g , placki po wegiersku 300g (***GLUTEN, JAJA, PSZENICA***), zupa szpinakowa z ryżem 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA***), Surówka z marchewki i selera 150g (***SELER***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Kurczak w galarecie 50g (***SELER, GORCZYCA***), Cukier 15g , ogórek kiszony 50g , **Posiłek nocny:** owoc 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2456.73 kcal; Energia: 9901.96 kJ; Białko ogółem: 127.15 g; białko zwierzęce: 58.78 g; białko roślinne: 68.36 g; Tłuszcz: 104.52 g; Węglowodany ogółem: 347.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.24 g; Sód: 2496.33 mg; Potas: 3145.31 mg; Wapń: 855.79 mg; Fosfor: 1308.98 mg; Błonnik pokarmowy: 28.15 g; suma cukrów prostych: 125.54 g; Woda: 1025.03 g; Popiół: 15.42 g;		
wtorek 2024-07-09	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą jęczmienna 300ml (***MLEKO, JĘCZMIEŃ***), Pieczywo mieszane 50g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), Bułka maślana 1szt. (80g) (***JAJA, PSZENICA, SEZAM***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), twaróg 70g (***MLEKO***), Cukier 10g ,	kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , filet gotowany z suszonymi pomidorami 100g , zupa szpinakowa z ryżem 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA***), marchew DUO 150g (***ŚMIETANKA***), ziemniaki 250g ,	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 50g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Cukier 15g , sałata 5g , **Posiłek nocny:** owoc 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2311.23 kcal; Energia: 9285.47 kJ; Białko ogółem: 138.83 g; białko zwierzęce: 51.87 g; białko roślinne: 85.56 g; Tłuszcz: 71.14 g; Węglowodany ogółem: 392.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.10 g; Sód: 1798.41 mg; Potas: 3769.83 mg; Wapń: 809.67 mg; Fosfor: 1374.66 mg; Błonnik pokarmowy: 28.42 g; suma cukrów prostych: 110.78 g; Woda: 1074.11 g; Popiół: 15.93 g;		
wtorek 2024-07-09	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą jęczmienna 300ml (***MLEKO, JĘCZMIEŃ***), Pieczywo mieszane 50g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), papryka konserwowa 50g (***S02***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 50g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), Bułka grahamka 80g (***PSZENICA, ŻYTO***), **II Śniadanie:** owoc 150g ,	kompot 250ml Z gorzki , filet gotowany z suszonymi pomidorami 100g , zupa szpinakowa z ryżem 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA***), ziemniaki 250g , Surówka z marchewki i selera 150g (***SELER***), **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1 szt. (***MLEKO, GLUTEN***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Kurczak w galarecie 50g (***SELER, GORCZYCA***), ogórek kiszony 50g , **Posiłek nocny:** owoc 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2246.76 kcal; Energia: 8825.93 kJ; Białko ogółem: 140.15 g; białko zwierzęce: 50.14 g; białko roślinne: 88.60 g; Tłuszcz: 81.31 g; Węglowodany ogółem: 362.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.77 g; Sód: 2802.78 mg; Potas: 4518.96 mg; Wapń: 1036.07 mg; Fosfor: 1565.63 mg; Błonnik pokarmowy: 37.90 g; suma cukrów prostych: 66.07 g; Woda: 1377.85 g; Popiół: 20.69 g;		

środa 2024-07-10	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina wieprzowa 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, PISTACJE***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), Cukier 10g , rzodkiewka 50g ,	zupa kalarepkowa 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , ziemniaki 300g , Surówka colesław 150g (***GLUTEN, JAJA, SELER, SEZAM***), medalion duszony z papryką 100g (***JAJA, PSZENICA***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina drobiowa 50g , Cukier 15g , **Posiłek nocny:** sok pomidorowo-warzywny 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2652.33 kcal; Energia: 10416.52 kJ; Białko ogółem: 195.58 g; białko zwierzęce: 66.20 g; białko roślinne: 125.65 g; Tłuszcz: 110.02 g; Węglowodany ogółem: 398.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.23 g; Sód: 3398.76 mg; Potas: 5214.87 mg; Wapń: 817.71 mg; Fosfor: 1642.27 mg; Błonnik pokarmowy: 33.26 g; suma cukrów prostych: 85.42 g; Woda: 1459.73 g; Popiół: 20.72 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-07-10	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina wieprzowa 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, PISTACJE***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), Cukier 10g , sałata 5g ,	zupa kalarepkowa 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , szpinak liściasty 150g , ziemniaki 250g , Eskalopki drobiowe w sosie pomidorowym 100g (***SELER***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina drobiowa 50g , Cukier 15g , **Posiłek nocny:** sok pomidorowo-warzywny 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2374.20 kcal; Energia: 9482.90 kJ; Białko ogółem: 203.97 g; białko zwierzęce: 75.27 g; białko roślinne: 124.96 g; Tłuszcz: 83.80 g; Węglowodany ogółem: 376.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.26 g; Sód: 2770.84 mg; Potas: 5220.25 mg; Wapń: 804.88 mg; Fosfor: 1696.73 mg; Błonnik pokarmowy: 30.31 g; suma cukrów prostych: 83.16 g; Woda: 1389.66 g; Popiół: 19.84 g;		
środa 2024-07-10	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina wieprzowa 50g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, PISTACJE***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), ogórek zielony 50g , **II Śniadanie:** owoc sezonowy 150g ,	zupa kalarepkowa 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), kompot 250ml Z gorzki , ziemniaki 300g , Surówka colesław 150g (***GLUTEN, JAJA, SELER, SEZAM***), Eskalopki drobiowe w sosie pomidorowym 100g (***SELER***), **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1 szt. (***MLEKO, GLUTEN***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina drobiowa 50g , pomidor 50g , **Posiłek nocny:** sok pomidorowo-warzywny 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2493.24 kcal; Energia: 9922.92 kJ; Białko ogółem: 211.69 g; białko zwierzęce: 81.91 g; białko roślinne: 126.04 g; Tłuszcz: 95.68 g; Węglowodany ogółem: 374.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.84 g; Sód: 3436.35 mg; Potas: 6056.43 mg; Wapń: 1070.29 mg; Fosfor: 1952.89 mg; Błonnik pokarmowy: 32.80 g; suma cukrów prostych: 59.79 g; Woda: 1712.07 g; Popiół: 23.02 g;		

Dietetyk

.....

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone