Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-07-11	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z pł.kukurydzianymi 250ml (***MLEKO, ORZ. LASKO, ORZECHY AR***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), serek fromage 70g (***MLEKO, ŚMIETANKA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), ogórek zielony 50g , Cukier 10g ,	zupa pomidorowa z makaronem 400ml (***GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , buraki 150g , gulasz mięsny z indyka 150g (***SELER, SOJA***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Humus z soczewicy 50g , Cukier 15g , **Posiłek nocny:** CRIPSY JABŁKOWE 1 SZT ,
Wartości odżywcze: Energia: 2726.84 kcal; Energia: 10846.05 kJ; Białko ogółem: 186.12 g; białko zwierzęce: 59.10 g; białko roślinne: 125.02 g; Tłuszcz: 95.50 g; Węglowodany ogółem: 461.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.77 g; Sód: 2516.11 mg; Potas: 4159.65 mg; Wapń: 803.81 mg; Fosfor: 1353.22 mg; Błonnik pokarmowy: 41.23 g; suma cukrów prostych: 93.71 g; Woda: 1263.09 g; Popiół: 16.91 g;		
czwartek 2024-07-11	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z pł.kukurydzianymi 250ml (***MLEKO, ORZ. LASKO, ORZECHY AR***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (***MLEKO***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), sałata 5g , Cukier 10g ,	zupa pomidorowa z makaronem 400ml (***GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , buraki 150g , potrawka z indyka 150g (***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:** CRIPSY JABŁKOWE 1 SZT ,
Wartości odżywcze: Energia: 2583.28 kcal; Energia: 10424.76 kJ; Białko ogółem: 187.11 g; białko zwierzęce: 63.73 g; białko roślinne: 119.98 g; Tłuszcz: 83.17 g; Węglowodany ogółem: 439.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.80 g; Sód: 2560.65 mg; Potas: 4110.79 mg; Wapń: 667.64 mg; Fosfor: 1389.23 mg; Błonnik pokarmowy: 40.69 g; suma cukrów prostych: 92.61 g; Woda: 1205.86 g; Popiół: 17.87 g;		
czwartek 2024-07-11	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z pł.kukurydzianymi 250ml (***MLEKO, ORZ. LASKO, ORZECHY AR***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), serek fromage 70g (***MLEKO, ŚMIETANKA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), ogórek zielony 50g , **II Śniadanie:** owoc sezonowy 150g ,	zupa pomidorowa z makaronem 400ml (***GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), kasza gryczana biała 200g , kompot 250ml Z gorzki , Mix sałat z ogórkiem i sosem jogurtowo czosnkowym 70g (***MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), potrawka z indyka 150g (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA***), **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1 szt. (***MLEKO, GLUTEN***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Humus z soczewicy 50g , papryka czerwona 50g , **Posiłek nocny:** CRIPSY JABŁKOWE 1 SZT ,
Wartości odżywcze: Energia: 2549.81 kcal; Energia: 10344.70 kJ; Białko ogółem: 193.20 g; białko zwierzęce: 63.98 g; białko roślinne: 127.22 g; Tłuszcz: 89.85 g; Węglowodany ogółem: 421.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.16 g; Sód: 2585.69 mg; Potas: 3008.69 mg; Wapń: 1034.88 mg; Fosfor: 1707.63 mg; Błonnik pokarmowy: 39.73 g; suma cukrów prostych: 55.98 g; Woda: 1138.54 g; Popiół: 16.43 g;		

piątek 2024-07-12	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, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), twaróg 70g (***MLEKO***), Cukier 10g ,	kompot 250ml Z gorzki , Cukier 5g , ziemniaki 300g , ryba smażona 100g (***JAJA, PSZENICA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO***), Sałatka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i groszkiem 150g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, SEZAM, OWIES***), zupa ogórkowa z ryżem 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), ser żółty 50g (***MLEKO***), Cukier 15g , pomidor 50g , **Posiłek nocny:** kiwi 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2719.61 kcal; Energia: 10845.01 kJ; Białko ogółem: 147.63 g; białko zwierzęce: 75.92 g; białko roślinne: 73.76 g; Tłuszcz: 110.58 g; Węglowodany ogółem: 378.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.16 g; Sód: 2723.13 mg; Potas: 4430.94 mg; Wapń: 1389.77 mg; Fosfor: 1844.58 mg; Błonnik pokarmowy: 28.27 g; suma cukrów prostych: 105.31 g; Woda: 1212.04 g; Popiół: 21.03 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-07-12	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z pł.owsianymi 350ml (***MLEKO, GLUTEN***), 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 , ryba gotowana 100g (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, RYBY***), marchew DUO 150g (***ŚMIETANKA***), zupa koperkowa z ryżem 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), Sos grecki z warzywami 150g (***GLUTEN, 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 , pomidor 50g , **Posiłek nocny:** kiwi 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2539.45 kcal; Energia: 10170.54 kJ; Białko ogółem: 167.73 g; białko zwierzęce: 79.15 g; białko roślinne: 87.17 g; Tłuszcz: 76.98 g; Węglowodany ogółem: 409.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.26 g; Sód: 2368.54 mg; Potas: 4851.17 mg; Wapń: 926.46 mg; Fosfor: 1724.06 mg; Błonnik pokarmowy: 30.66 g; suma cukrów prostych: 110.91 g; Woda: 1246.52 g; Popiół: 19.60 g;		
piątek 2024-07-12	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z pł.owsianymi 350ml (***MLEKO, GLUTEN***), Pieczywo mieszane 50g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), rzodkiewka 50g , 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:** kiwi 150g ,	kompot 250ml Z gorzki , ziemniaki 300g , ryba gotowana 100g (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, RYBY***), Sałatka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i groszkiem 120g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, SEZAM, OWIES***), zupa ogórkowa 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***), ser żółty 50g (***MLEKO***), pomidor 100g , **Posiłek nocny:** CRIPSY JABŁKOWE 1 SZT ,
Wartości odżywcze: Energia: 2841.47 kcal; Energia: 11325.37 kJ; Białko ogółem: 174.82 g; białko zwierzęce: 84.39 g; białko roślinne: 89.07 g; Tłuszcz: 95.96 g; Węglowodany ogółem: 435.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.22 g; Sód: 3057.24 mg; Potas: 5307.31 mg; Wapń: 1607.43 mg; Fosfor: 2144.48 mg; Błonnik pokarmowy: 49.12 g; suma cukrów prostych: 61.79 g; Woda: 1511.69 g; Popiół: 25.91 g;		
sobota 2024-07-13	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą manną 300ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), indyk w galarecie 50g (***SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), Cukier 10g , papryka czerwona 50g ,	zupa botwinka 400ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , rissotto z mięsem i warzywami z sosem pomidorowym 350g (***SELER, ŚMIETANKA***),	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 Capri Jungle 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2616.37 kcal; Energia: 10323.61 kJ; Białko ogółem: 186.79 g; białko zwierzęce: 64.89 g; białko roślinne: 122.33 g; Tłuszcz: 99.49 g; Węglowodany ogółem: 418.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.70 g; Sód: 2493.60 mg; Potas: 3369.06 mg; Wapń: 756.33 mg; Fosfor: 1475.46 mg; Błonnik pokarmowy: 27.49 g; suma cukrów prostych: 82.71 g; Woda: 1024.77 g; Popiół: 16.16 g;		
sobota 2024-07-13	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą manną 300ml (***MLEKO, GLUTEN, 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 , rissotto z mięsem i warzywami z sosem pomidorowym 350g (***SELER, ŚMIETANKA***),	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 Capri Jungle 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2488.53 kcal; Energia: 9886.28 kJ; Białko ogółem: 188.47 g; białko zwierzęce: 65.70 g; białko roślinne: 121.80 g; Tłuszcz: 84.72 g; Węglowodany ogółem: 416.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.97 g; Sód: 2061.35 mg; Potas: 3368.47 mg; Wapń: 732.83 mg; Fosfor: 1534.71 mg; Błonnik pokarmowy: 26.56 g; suma cukrów prostych: 82.71 g; Woda: 994.45 g; Popiół: 16.02 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-07-13	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą manną 300ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), indyk w galarecie 50g (***SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), papryka czerwona 50g , **II Śniadanie:** owoc 150g ,	zupa botwinka 400ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), kompot 250ml Z gorzki , rissotto z mięsem i warzywami z sosem pomidorowym 350g (***SELER, ŚMIETANKA***), **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1 szt. (***MLEKO, GLUTEN***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 30g , pomidor 50g , serek capresi light 2 plastry (***MLEKO, ŚMIETANKA***), **Posiłek nocny:** sok grejfrutowy 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2623.12 kcal; Energia: 10350.66 kJ; Białko ogółem: 194.14 g; białko zwierzęce: 71.34 g; białko roślinne: 123.23 g; Tłuszcz: 103.04 g; Węglowodany ogółem: 407.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.56 g; Sód: 2593.25 mg; Potas: 3956.36 mg; Wapń: 1019.98 mg; Fosfor: 1679.46 mg; Błonnik pokarmowy: 30.34 g; suma cukrów prostych: 59.68 g; Woda: 1296.95 g; Popiół: 18.21 g;		
niedziela 2024-07-14	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLEKO***), 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 makaronem 400ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , Pałki z kurczaka pieczone 200g (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), 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: 3186.12 kcal; Energia: 12948.59 kJ; Białko ogółem: 245.31 g; białko zwierzęce: 120.76 g; białko roślinne: 124.55 g; Tłuszcz: 145.62 g; Węglowodany ogółem: 403.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.64 g; Sód: 4911.86 mg; Potas: 5480.59 mg; Wapń: 870.85 mg; Fosfor: 2226.64 mg; Błonnik pokarmowy: 31.76 g; suma cukrów prostych: 111.50 g; Woda: 1494.55 g; Popiół: 25.97 g;		
niedziela 2024-07-14	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLEKO***), 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 350ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , Pałki z kurczaka gotowane 200g (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), sos rozmarynowo-cytrynowy 100ml , bukiet jarzyn 150g (***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 , **Posiłek nocny:** chrupki kukurydziane (***ORZ. LASKO, ŻYTO***),
Wartości odżywcze: Energia: 3020.91 kcal; Energia: 12246.33 kJ; Białko ogółem: 247.31 g; białko zwierzęce: 121.88 g; białko roślinne: 124.03 g; Tłuszcz: 135.06 g; Węglowodany ogółem: 384.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.19 g; Sód: 4394.95 mg; Potas: 5406.41 mg; Wapń: 825.25 mg; Fosfor: 2223.16 mg; Błonnik pokarmowy: 31.56 g; suma cukrów prostych: 100.32 g; Woda: 1498.33 g; Popiół: 25.43 g;		
niedziela 2024-07-14	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLEKO***), 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 150g ,	zupa rosół z makaronem 400ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Pałki z kurczaka pieczone 200g (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), 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***), papryka czerwona 50g , **Posiłek nocny:** chrupki kukurydziane (***ORZ. LASKO, ŻYTO***),
Wartości odżywcze: Energia: 3058.37 kcal; Energia: 12355.14 kJ; Białko ogółem: 254.36 g; białko zwierzęce: 128.41 g; białko roślinne: 124.55 g; Tłuszcz: 134.72 g; Węglowodany ogółem: 389.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.36 g; Sód: 4601.51 mg; Potas: 6063.89 mg; Wapń: 1115.00 mg; Fosfor: 2435.14 mg; Błonnik pokarmowy: 33.86 g; suma cukrów prostych: 87.12 g; Woda: 1785.98 g; Popiół: 28.07 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-07-15	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Serek Mazurski Smak 50g (***MLEKO, ŚMIETANKA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), ogórek konserwowy 50g (***S02***), Cukier 10g ,	Zupa z soczewicą 400ml (***SELER, SOJA***), ziemniaki 250g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , Surówka z marchewki i jabłka 150g , kotlet mielony 110g (***JAJA, PSZENICA, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO***),	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: 2920.97 kcal; Energia: 9878.27 kJ; Białko ogółem: 203.57 g; białko zwierzęce: 66.37 g; białko roślinne: 126.20 g; Tłuszcz: 106.10 g; Węglowodany ogółem: 481.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.18 g; Sód: 2656.84 mg; Potas: 4571.98 mg; Wapń: 819.76 mg; Fosfor: 1606.10 mg; Błonnik pokarmowy: 43.33 g; suma cukrów prostych: 84.55 g; Woda: 1317.66 g; Popiół: 17.07 g;		
poniedziałek 2024-07-15	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), pasta twarogowa natur. 50g (***MLEKO***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), pomidor 50g , Cukier 10g ,	zupa jarzynowa dietetyczna 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , Marchewka gotowana 150g (***GLUTEN, PSZENICA, SELER***), pulpet w sosie pomidorowym 110g/100ml (***JAJA, PSZENICA, SELER, SEZAM, ŻYTO***),	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: 2814.41 kcal; Energia: 9689.39 kJ; Białko ogółem: 203.11 g; białko zwierzęce: 67.29 g; białko roślinne: 123.42 g; Tłuszcz: 92.71 g; Węglowodany ogółem: 471.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.01 g; Sód: 2520.62 mg; Potas: 4836.45 mg; Wapń: 726.00 mg; Fosfor: 1653.61 mg; Błonnik pokarmowy: 44.33 g; suma cukrów prostych: 84.65 g; Woda: 1377.50 g; Popiół: 19.07 g;		
poniedziałek 2024-07-15	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Serek Mazurski Smak 50g (***MLEKO, ŚMIETANKA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), ogórek konserwowy 50g (***S02***), **II Śniadanie:** owoc sezonowy 150g ,	Zupa z soczewicą 400ml (***SELER, SOJA***), ziemniaki 250g , kompot 250ml Z gorzki , Surówka z marchewki i jabłka 150g , kotlet mielony 110g (***JAJA, PSZENICA, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO***), **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: 2902.76 kcal; Energia: 9795.28 kJ; Białko ogółem: 210.83 g; białko zwierzęce: 72.82 g; białko roślinne: 127.01 g; Tłuszcz: 109.32 g; Węglowodany ogółem: 463.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.99 g; Sód: 2756.45 mg; Potas: 5058.24 mg; Wapń: 1089.35 mg; Fosfor: 1803.44 mg; Błonnik pokarmowy: 44.53 g; suma cukrów prostych: 59.86 g; Woda: 1551.76 g; Popiół: 19.09 g;		
wtorek 2024-07-16	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA***), 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 , zupa z jarmużem (ryż) 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), mizeria 120g (***ŚMIETANKA***), kotlet schabowy 100g (***GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO***), ziemniaki 300g ,	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), indyk w galarecie 50g (***SELER, GORCZYCA***), Cukier 15g , ogórek kiszony 50g , **Posiłek nocny:** owoc 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 3017.97 kcal; Energia: 12093.22 kJ; Białko ogółem: 151.48 g; białko zwierzęce: 72.69 g; białko roślinne: 78.79 g; Tłuszcz: 126.30 g; Węglowodany ogółem: 412.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.35 g; Sód: 2740.64 mg; Potas: 4288.63 mg; Wapń: 895.60 mg; Fosfor: 1625.81 mg; Błonnik pokarmowy: 27.09 g; suma cukrów prostych: 104.89 g; Woda: 1210.23 g; Popiół: 18.68 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-07-16	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA***), 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 , zupa z jarmużem (ryż) 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), szynka wp gotowana 100g , sos z papryki słodkiej 100ml , ziemniaki 300g , Marchewka oprószana 150g (***GLUTEN, PSZENICA, SELER***),	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: 2888.67 kcal; Energia: 11575.73 kJ; Białko ogółem: 168.60 g; białko zwierzęce: 76.37 g; białko roślinne: 90.84 g; Tłuszcz: 106.92 g; Węglowodany ogółem: 429.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.26 g; Sód: 2308.86 mg; Potas: 4553.41 mg; Wapń: 855.07 mg; Fosfor: 1688.82 mg; Błonnik pokarmowy: 30.04 g; suma cukrów prostych: 111.56 g; Woda: 1217.44 g; Popiół: 18.64 g;		
wtorek 2024-07-16	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA***), 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 , zupa z jarmużem (ryż) 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), szynka wp gotowana 100g , mizeria 150g (***ŚMIETANKA***), ziemniaki 300g , sos z papryki słodkiej 100ml , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1 szt. (***MLEKO, GLUTEN***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), indyk w galarecie 50g (***SELER, GORCZYCA***), ogórek kiszony 50g , **Posiłek nocny:** owoc 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2772.51 kcal; Energia: 10925.34 kJ; Białko ogółem: 169.57 g; białko zwierzęce: 75.32 g; białko roślinne: 92.85 g; Tłuszcz: 113.23 g; Węglowodany ogółem: 389.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.64 g; Sód: 2970.12 mg; Potas: 4973.32 mg; Wapń: 1069.33 mg; Fosfor: 1862.91 mg; Błonnik pokarmowy: 33.28 g; suma cukrów prostych: 64.56 g; Woda: 1506.93 g; Popiół: 22.86 g;		
środa 2024-07-17	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą jęczmienna 300ml (***MLEKO, JĘCZMIEŃ***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Humus z soczewicy 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), papryka czerwona 50g , Cukier 10g ,	zupa jarzynowa 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , mix warzyw wiosenny (9skł) 150g , stek z indyka 110g (***SELER***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), ser żółty 50g (***MLEKO***), Cukier 15g , **Posiłek nocny:** CRIPSY JABŁKOWE 1 SZT ,
Wartości odżywcze: Energia: 2713.00 kcal; Energia: 10583.56 kJ; Białko ogółem: 186.91 g; białko zwierzęce: 66.59 g; białko roślinne: 120.37 g; Tłuszcz: 100.05 g; Węglowodany ogółem: 444.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.81 g; Sód: 2706.65 mg; Potas: 4338.26 mg; Wapń: 1197.01 mg; Fosfor: 1638.22 mg; Błonnik pokarmowy: 39.36 g; suma cukrów prostych: 82.30 g; Woda: 1180.96 g; Popiół: 19.39 g;		
środa 2024-07-17	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą jęczmienna 300ml (***MLEKO, JĘCZMIEŃ***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 50g (***MLEKO***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), sałata 20g , Cukier 10g ,	zupa jarzynowa 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , cukinia puree 150g (***SELER, ŚMIETANKA***), indyk gotowany 100g ,	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:** CRIPSY JABŁKOWE 1 SZT ,
Wartości odżywcze: Energia: 2535.55 kcal; Energia: 10101.30 kJ; Białko ogółem: 192.91 g; białko zwierzęce: 71.47 g; białko roślinne: 118.04 g; Tłuszcz: 79.09 g; Węglowodany ogółem: 429.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.38 g; Sód: 1963.41 mg; Potas: 4934.45 mg; Wapń: 725.08 mg; Fosfor: 1640.87 mg; Błonnik pokarmowy: 40.24 g; suma cukrów prostych: 84.37 g; Woda: 1372.62 g; Popiół: 18.46 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-07-17	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą jęczmienna 300ml (***MLEKO, JĘCZMIEŃ***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Humus z soczewicy 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), papryka czerwona 50g , **II Śniadanie:** owoc 150g ,	zupa jarzynowa 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), ziemniaki 250g , kompot 250ml Z gorzki , mix warzyw wiosenny (9skł) 150g , indyk gotowany 100g , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1 szt. (***MLEKO, GLUTEN***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), ser żółty 50g (***MLEKO***), pomidor 50g , **Posiłek nocny:** CRIPSY JABŁKOWE 1 SZT ,
Wartości odżywcze: Energia: 2658.15 kcal; Energia: 10374.26 kJ; Białko ogółem: 195.56 g; białko zwierzęce: 74.96 g; białko roślinne: 120.65 g; Tłuszcz: 98.63 g; Węglowodany ogółem: 428.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.13 g; Sód: 2089.44 mg; Potas: 4828.04 mg; Wapń: 1457.44 mg; Fosfor: 1847.45 mg; Błonnik pokarmowy: 41.64 g; suma cukrów prostych: 58.98 g; Woda: 1436.80 g; Popiół: 19.64 g;		
czwartek 2024-07-18	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
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***), ogórek kiszony 50g , Cukier 10g ,	kompot 250ml Z gorzki , Cukier 5g , Zupa dyniowa 400ml (***SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), Makaron z sosem mięsno-szpinakowym 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 , pomidor 50g , **Posiłek nocny:** kiwi 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2151.23 kcal; Energia: 8737.87 kJ; Białko ogółem: 187.06 g; białko zwierzęce: 65.24 g; białko roślinne: 119.02 g; Tłuszcz: 80.75 g; Węglowodany ogółem: 340.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.65 g; Sód: 2271.77 mg; Potas: 3009.33 mg; Wapń: 735.89 mg; Fosfor: 1408.33 mg; Błonnik pokarmowy: 23.77 g; suma cukrów prostych: 76.65 g; Woda: 1052.85 g; Popiół: 16.65 g;		
czwartek 2024-07-18	**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 ,	kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , Zupa dyniowa 400ml (***SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), Makaron z sosem mięsno-szpinakowym 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 , pomidor 50g , **Posiłek nocny:** kiwi 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1947.53 kcal; Energia: 7883.97 kJ; Białko ogółem: 140.32 g; białko zwierzęce: 58.54 g; białko roślinne: 78.98 g; Tłuszcz: 69.38 g; Węglowodany ogółem: 297.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.32 g; Sód: 1511.77 mg; Potas: 2909.18 mg; Wapń: 686.14 mg; Fosfor: 1273.58 mg; Błonnik pokarmowy: 19.46 g; suma cukrów prostych: 80.13 g; Woda: 848.85 g; Popiół: 14.28 g;		
czwartek 2024-07-18	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z ryżem 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), ogórek kiszony 50g , masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 50g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), **II Śniadanie:** owoc sezonowy 150g ,	kompot 250ml Z gorzki , Zupa dyniowa 400ml (***SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), Makaron z sosem mięsno-szpinakowym 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***), wędlina 50g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), pomidor 100g , **Posiłek nocny:** kiwi ,
Wartości odżywcze: Energia: 1846.89 kcal; Energia: 7516.26 kJ; Białko ogółem: 146.43 g; białko zwierzęce: 64.99 g; białko roślinne: 79.53 g; Tłuszcz: 72.33 g; Węglowodany ogółem: 272.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.06 g; Sód: 1992.07 mg; Potas: 3219.93 mg; Wapń: 942.69 mg; Fosfor: 1462.93 mg; Błonnik pokarmowy: 18.98 g; suma cukrów prostych: 55.05 g; Woda: 1059.43 g; Popiół: 16.83 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-07-19	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z zacierką 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA***), 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 pieczarkowa z makaronem 400ml (***GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 5g , Jajko w sosie chrzanowym 2 szt. (***GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, S02, SOJA***), fasolka szparagowa 150g (***JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO, OWIES***), ziemniaki 250g ,	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), pasztet warzywny 50g (***JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA***), Cukier 15g , pomidor 50g , **Posiłek nocny:** Mus tubka 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2342.25 kcal; Energia: 8697.94 kJ; Białko ogółem: 135.48 g; białko zwierzęce: 54.83 g; białko roślinne: 71.55 g; Tłuszcz: 91.56 g; Węglowodany ogółem: 337.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.00 g; Sód: 1955.92 mg; Potas: 3726.73 mg; Wapń: 772.02 mg; Fosfor: 1544.60 mg; Błonnik pokarmowy: 25.92 g; suma cukrów prostych: 104.13 g; Woda: 1099.67 g; Popiół: 16.61 g;		
piątek 2024-07-19	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z zacierką 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA***), 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 makaronowa 400ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA***), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , ryba gotowana 100g (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, RYBY***), 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, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 50g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Cukier 15g , pomidor 50g , **Posiłek nocny:** Mus tubka 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2366.01 kcal; Energia: 9479.82 kJ; Białko ogółem: 167.34 g; białko zwierzęce: 78.81 g; białko roślinne: 87.14 g; Tłuszcz: 73.75 g; Węglowodany ogółem: 370.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.80 g; Sód: 2120.72 mg; Potas: 4111.22 mg; Wapń: 738.20 mg; Fosfor: 1536.95 mg; Błonnik pokarmowy: 26.27 g; suma cukrów prostych: 108.34 g; Woda: 1224.00 g; Popiół: 17.71 g;		
piątek 2024-07-19	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z zacierką 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA***), 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 ,	zupa pieczarkowa z makaronem 400ml (***GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA***), kompot 250ml Z gorzki , Jajko w sosie chrzanowym 2 szt. (***GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, S02, SOJA***), fasolka szparagowa 150g (***JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO, OWIES***), ziemniaki 250g , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1 szt. (***MLEKO, GLUTEN***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), pasztet warzywny 50g (***JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA***), pomidor 100g , **Posiłek nocny:** Mus tubka 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2299.27 kcal; Energia: 8470.72 kJ; Białko ogółem: 155.69 g; białko zwierzęce: 56.34 g; białko roślinne: 88.85 g; Tłuszcz: 92.15 g; Węglowodany ogółem: 333.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.78 g; Sód: 2312.67 mg; Potas: 4531.69 mg; Wapń: 970.30 mg; Fosfor: 1830.75 mg; Błonnik pokarmowy: 33.13 g; suma cukrów prostych: 62.36 g; Woda: 1400.88 g; Popiół: 21.11 g;		
sobota 2024-07-20	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
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 , ogórek zielony 50g ,	zupa krupnik 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, JĘCZMIEŃ***), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , pyzy z mięsem 250g (5 szt) , Bukiet jarzyn 150g (***SELER, ŚMIETANKA***),	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:** sok pomidorowo-warzywny 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2454.55 kcal; Energia: 9889.38 kJ; Białko ogółem: 175.40 g; białko zwierzęce: 51.36 g; białko roślinne: 122.64 g; Tłuszcz: 105.41 g; Węglowodany ogółem: 378.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.36 g; Sód: 2416.28 mg; Potas: 3540.90 mg; Wapń: 766.07 mg; Fosfor: 1386.53 mg; Błonnik pokarmowy: 31.03 g; suma cukrów prostych: 93.93 g; Woda: 1180.82 g; Popiół: 16.25 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-07-20	**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 krupnik 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, JĘCZMIEŃ***), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , pyzy z mięsem 250g (5 szt) , Bukiet jarzyn 150g (***SELER, ŚMIETANKA***),	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:** sok pomidorowo-warzywny 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2359.00 kcal; Energia: 9497.76 kJ; Białko ogółem: 174.36 g; białko zwierzęce: 51.24 g; białko roślinne: 121.73 g; Tłuszcz: 95.77 g; Węglowodany ogółem: 376.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.66 g; Sód: 2363.28 mg; Potas: 3451.11 mg; Wapń: 743.87 mg; Fosfor: 1363.52 mg; Błonnik pokarmowy: 30.51 g; suma cukrów prostych: 93.62 g; Woda: 1123.16 g; Popiół: 15.79 g;		
sobota 2024-07-20	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
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***), ogórek zielony 50g , **II Śniadanie:** owoc sezonowy 150g ,	zupa krupnik 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, JĘCZMIEŃ***), kompot 250ml Z gorzki , pyzy z mięsem 300g (6 szt) , bukiet jarzyn 150g (***SELER, ŚMIETANKA***), **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***), rzodkiewka 50g , **Posiłek nocny:** sok pomidorowo-warzywny 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2538.34 kcal; Energia: 10229.89 kJ; Białko ogółem: 183.46 g; białko zwierzęce: 57.46 g; białko roślinne: 124.60 g; Tłuszcz: 105.28 g; Węglowodany ogółem: 393.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.10 g; Sód: 2531.39 mg; Potas: 4515.16 mg; Wapń: 1041.66 mg; Fosfor: 1660.87 mg; Błonnik pokarmowy: 32.93 g; suma cukrów prostych: 58.49 g; Woda: 1434.52 g; Popiół: 19.16 g;		

Dietetyk

.....

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone