

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-08-11 Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (MLEKO), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Kielbasa drobiowa z ketchupem 1 szt. (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), 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, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), paszтет drobiowy 1 szt., Cukier 15g, Posiłek nocny: chrupki kukurydziane (ORZ. LASKO, ŻYTO),
Wartości odżywcze: Energia: 3028.12 kcal; Energia: 12285.59 kJ; Białko ogółem: 228.51 g; białko zwierzęce: 103.96 g; białko roślinne: 124.55 g; Tłuszcz: 135.42 g; Węglowodany ogółem: 403.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.76 g; Sód: 4826.86 mg; Potas: 5180.59 mg; Wapń: 861.85 mg; Fosfor: 2030.64 mg; Błonnik pokarmowy: 31.76 g; suma cukrów prostych: 111.50 g; Woda: 1422.55 g; Popiół: 24.97 g;		
niedziela 2024-08-11 Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (MLEKO), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Kielbasa drobiowa z ketchupem 1 szt. (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), 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, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukier 15g, Posiłek nocny: chrupki kukurydziane (ORZ. LASKO, ŻYTO),
Wartości odżywcze: Energia: 2862.91 kcal; Energia: 11583.33 kJ; Białko ogółem: 230.51 g; białko zwierzęce: 105.08 g; białko roślinne: 124.03 g; Tłuszcz: 124.86 g; Węglowodany ogółem: 384.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.31 g; Sód: 4309.95 mg; Potas: 5106.41 mg; Wapń: 816.25 mg; Fosfor: 2027.16 mg; Błonnik pokarmowy: 31.56 g; suma cukrów prostych: 100.32 g; Woda: 1426.33 g; Popiół: 24.43 g;		
niedziela 2024-08-11 Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (MLEKO), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Kielbasa drobiowa z ketchupem 1 szt. (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), 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, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), papryka czerwona 50g, Posiłek nocny: chrupki kukurydziane (ORZ. LASKO, ŻYTO),
Wartości odżywcze: Energia: 2900.37 kcal; Energia: 11692.14 kJ; Białko ogółem: 237.56 g; białko zwierzęce: 111.61 g; białko roślinne: 124.55 g; Tłuszcz: 124.52 g; Węglowodany ogółem: 389.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.48 g; Sód: 4516.51 mg; Potas: 5763.89 mg; Wapń: 1106.00 mg; Fosfor: 2239.14 mg; Błonnik pokarmowy: 33.86 g; suma cukrów prostych: 87.12 g; Woda: 1713.98 g; Popiół: 27.07 g;		
poniedziałek 2024-08-12 Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml (MLEKO), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Serek Mazurski Smak 50g (MLEKO, ŚMIETANKA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), 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, pulpet w sosie pietruszkowym 100/100ml (JAJA, PSZENICA, SELER, SEZAM, ŻYTO),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukier 15g, Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA),
Wartości odżywcze: Energia: 2832.14 kcal; Energia: 9476.83 kJ; Białko ogółem: 103.45 g; białko zwierzęce: 49.55 g; białko roślinne: 41.51 g; Tłuszcz: 93.75 g; Węglowodany ogółem: 493.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.01 g; Sód: 2380.84 mg; Potas: 4827.49 mg; Wapń: 839.84 mg; Fosfor: 1618.41 mg; Błonnik pokarmowy: 44.78 g; suma cukrów prostych: 84.78 g; Woda: 1372.74 g; Popiół: 18.67 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-08-15 Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z pł. owsianymi 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, ŻYTO, JĘCZMIEN), 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, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukier 15g, pomidor 50g, Posiłek nocny: kiwi 150g,
Wartości odżywcze: Energia: 2193.36 kcal; Energia: 8919.93 kJ; Białko ogółem: 87.64 g; białko zwierzęce: 50.61 g; białko roślinne: 34.23 g; Tłuszcz: 84.84 g; Węglowodany ogółem: 349.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.88 g; Sód: 2531.23 mg; Potas: 3099.18 mg; Wapń: 750.27 mg; Fosfor: 1480.67 mg; Błonnik pokarmowy: 26.44 g; suma cukrów prostych: 77.33 g; Woda: 1112.67 g; Popiół: 17.39 g;		
czwartek 2024-08-15 Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z pł. owsianymi 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, ŻYTO, JĘCZMIEN), 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, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukier 15g, pomidor 50g, Posiłek nocny: kiwi 150g,
Wartości odżywcze: Energia: 1989.66 kcal; Energia: 8066.03 kJ; Białko ogółem: 81.40 g; białko zwierzęce: 49.85 g; białko roślinne: 28.75 g; Tłuszcz: 73.47 g; Węglowodany ogółem: 306.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.54 g; Sód: 1771.23 mg; Potas: 2999.03 mg; Wapń: 700.52 mg; Fosfor: 1345.92 mg; Błonnik pokarmowy: 22.13 g; suma cukrów prostych: 80.81 g; Woda: 908.67 g; Popiół: 15.02 g;		
czwartek 2024-08-15 Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), ogórek kiszony 50g, masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), 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, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 100g, Posiłek nocny: kiwi,
Wartości odżywcze: Energia: 1889.02 kcal; Energia: 7698.32 kJ; Białko ogółem: 87.50 g; białko zwierzęce: 56.30 g; białko roślinne: 28.41 g; Tłuszcz: 75.93 g; Węglowodany ogółem: 267.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.16 g; Sód: 2247.57 mg; Potas: 3022.68 mg; Wapń: 932.32 mg; Fosfor: 1503.59 mg; Błonnik pokarmowy: 19.58 g; suma cukrów prostych: 55.04 g; Woda: 1036.09 g; Popiół: 16.88 g;		
piątek 2024-08-16 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, JĘCZMIEN), 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, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), paszтет 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;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-08-16		
Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z zacierką 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA), 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, ŻYTO, JĘCZMIEN), 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, LUBIN), ziemniaki 300g , sos rozmarynowo-cytrynowy 100ml ,	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukier 15g , pomidor 50g , Posiłek nocny: Mus tubka 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 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 2024-08-16		
Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z zacierką 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA), 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, ŻYTO, JĘCZMIEN), 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, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), paszтет 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 2024-08-17		
Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300ml (MLEKO, PSZENICA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), Cukier 10g , ogórek zielony 50g ,	zupa krupnik 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, JĘCZMIEN), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , Indyk w sosie jogurtowym 110g/150ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA), Bukiet jarzyn 150g (SELER, ŚMIETANKA), ziemniaki 300g ,	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), 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: 2509.76 kcal; Energia: 9870.23 kJ; Białko ogółem: 98.60 g; białko zwierzęce: 58.75 g; białko roślinne: 38.46 g; Tłuszcz: 98.19 g; Węglowodany ogółem: 393.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.12 g; Sód: 2590.94 mg; Potas: 5112.14 mg; Wapń: 850.13 mg; Fosfor: 1824.99 mg; Błonnik pokarmowy: 34.09 g; suma cukrów prostych: 86.81 g; Woda: 1492.53 g; Popiół: 20.37 g;		
sobota 2024-08-17		
Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300ml (MLEKO, PSZENICA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), Cukier 10g , sałata 5g ,	zupa krupnik 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, JĘCZMIEN), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , Indyk w sosie jogurtowym 110g/150ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA), Bukiet jarzyn 150g (SELER, ŚMIETANKA), ziemniaki 300g ,	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), 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: 2414.21 kcal; Energia: 9478.61 kJ; Białko ogółem: 97.57 g; białko zwierzęce: 58.63 g; białko roślinne: 37.54 g; Tłuszcz: 88.55 g; Węglowodany ogółem: 391.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.42 g; Sód: 2537.94 mg; Potas: 5022.35 mg; Wapń: 827.93 mg; Fosfor: 1801.98 mg; Błonnik pokarmowy: 33.57 g; suma cukrów prostych: 86.49 g; Woda: 1434.87 g; Popiół: 19.92 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-08-19 Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z ryżem 300ml (MLEKO), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), ser żółty 50g (MLEKO), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), ogórek zielony 50g , Cukier 10g ,	zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , buraki 150g , zraz duszony 100g (GLUTEN, JAJA, PSZENICA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszетка 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukier 15g , serek capresi light 1 plaster (MLEKO, ŚMIETANKA), Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA),
Wartości odżywcze: Energia: 2782.62 kcal; Energia: 9479.78 kJ; Białko ogółem: 200.87 g; białko zwierzęce: 71.64 g; białko roślinne: 118.88 g; Tłuszcz: 105.75 g; Węglowodany ogółem: 431.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.23 g; Sód: 2116.08 mg; Potas: 4581.05 mg; Wapń: 1160.11 mg; Fosfor: 1689.36 mg; Błonnik pokarmowy: 38.67 g; suma cukrów prostych: 93.93 g; Woda: 1342.57 g; Popiół: 20.02 g;		
poniedziałek 2024-08-19 Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z ryżem 300ml (MLEKO), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), pomidor 50g , Cukier 10g ,	zupa jarzynowa dietetyczna 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , buraki 150g , potrawka z kurczaka 110g (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA),	Herbata saszетка 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukier 15g , serek capresi light 1 plaster (MLEKO, ŚMIETANKA), Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA),
Wartości odżywcze: Energia: 2710.33 kcal; Energia: 9192.88 kJ; Białko ogółem: 202.93 g; białko zwierzęce: 69.19 g; białko roślinne: 119.94 g; Tłuszcz: 92.31 g; Węglowodany ogółem: 443.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.30 g; Sód: 2414.05 mg; Potas: 5173.55 mg; Wapń: 747.14 mg; Fosfor: 1602.61 mg; Błonnik pokarmowy: 41.17 g; suma cukrów prostych: 95.38 g; Woda: 1419.58 g; Popiół: 20.85 g;		
poniedziałek 2024-08-19 Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z ryżem 300ml (MLEKO), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), ser żółty 50g (MLEKO), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), ogórek zielony 50g , II Śniadanie: owoc 150g ,	zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , surówka z selera 150g (MLEKO, GLUTEN, SELER), zraz duszony 100g (GLUTEN, JAJA, PSZENICA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO, GLUTEN),	Herbata saszетка 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), rzodkiewka 50g , serek capresi light 1 plaster (MLEKO, ŚMIETANKA), Posiłek nocny: BISZKOPTY 40G (GLUTEN, JAJA),
Wartości odżywcze: Energia: 2743.16 kcal; Energia: 9255.83 kJ; Białko ogółem: 209.09 g; białko zwierzęce: 78.95 g; białko roślinne: 119.78 g; Tłuszcz: 104.70 g; Węglowodany ogółem: 424.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.18 g; Sód: 2285.21 mg; Potas: 5276.06 mg; Wapń: 1476.13 mg; Fosfor: 2021.45 mg; Błonnik pokarmowy: 47.35 g; suma cukrów prostych: 63.85 g; Woda: 1650.13 g; Popiół: 22.50 g;		
wtorek 2024-08-20 Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA), Bułka maślana 1szt. (80g) (JAJA, PSZENICA, SEZAM), masło 15g (ŚMIETANKA), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), twaróg 70g (MLEKO), Cukier 10g ,	kompot 250ml Z gorzki , Cukier 5g , kasza jęczmienna 200g (JĘCZMIEN), Gulasz dietetyczny z szynki wieprzowej 110g (MLEKO), Kapusta kiszona zasmażana 120g (SELER), zupa botwinka 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA),	Herbata saszетка 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta z makreli 50g (JAJA), Cukier 15g , papryka czerwona 50g , Posiłek nocny: owoc 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2426.08 kcal; Energia: 9911.20 kJ; Białko ogółem: 140.27 g; białko zwierzęce: 67.88 g; białko roślinne: 72.39 g; Tłuszcz: 85.49 g; Węglowodany ogółem: 367.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.87 g; Sód: 2639.70 mg; Potas: 3589.08 mg; Wapń: 813.86 mg; Fosfor: 1599.65 mg; Błonnik pokarmowy: 28.11 g; suma cukrów prostych: 102.77 g; Woda: 981.93 g; Popiół: 17.58 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-08-20		
Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA), 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, ŻYTO, JĘCZMIEN), twaróg 70g (MLEKO), Cukier 10g,	kompot 250ml Z gorzki, Cukier 10g, kasza jęczmienna 200g (JĘCZMIEN), Gulasz dietetyczny z szynki wieprzowej 110g (MLEKO), szpinak duszony 120g, zupa botwinka 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA),	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: 2482.80 kcal; Energia: 10128.84 kJ; Białko ogółem: 157.71 g; białko zwierzęce: 70.40 g; białko roślinne: 85.91 g; Tłuszcz: 79.06 g; Węglowodany ogółem: 397.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.06 g; Sód: 1977.83 mg; Potas: 3514.00 mg; Wapń: 774.13 mg; Fosfor: 1628.04 mg; Błonnik pokarmowy: 26.99 g; suma cukrów prostych: 108.16 g; Woda: 937.58 g; Popiół: 16.11 g;		
wtorek 2024-08-20		
Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA), 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, ŻYTO, JĘCZMIEN), Bułka grahamka 80g (PSZENICA, ŻYTO), II Śniadanie: owoc 150g,	kompot 250ml Z gorzki, kasza jęczmienna 200g (JĘCZMIEN), Gulasz dietetyczny z szynki wieprzowej 110g (MLEKO), Kapusta kiszona zasmażana 120g (SELER), zupa botwinka 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA), Podwieczorek: Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO, GLUTEN),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta z makreli 50g (JAJA), papryka czerwona 50g, Posiłek nocny: owoc 150g,
Wartości odżywcze: Energia: 2398.10 kcal; Energia: 9746.97 kJ; Białko ogółem: 160.02 g; białko zwierzęce: 69.39 g; białko roślinne: 89.24 g; Tłuszcz: 86.28 g; Węglowodany ogółem: 368.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.67 g; Sód: 2992.45 mg; Potas: 4298.03 mg; Wapń: 1007.64 mg; Fosfor: 1878.30 mg; Błonnik pokarmowy: 36.67 g; suma cukrów prostych: 62.61 g; Woda: 1260.19 g; Popiół: 21.83 g;		

Dietetyk

.....