

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-08-22 Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA), 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 ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, Cukier 10g, Eskalopki drobiowe w sosie pomidorowym 100g (SELER), brokuły 100g,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukier 15g, Posiłek nocny: sok pomidorowo-warzywny 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2252.44 kcal; Energia: 8761.46 kJ; Białko ogółem: 201.56 g; białko zwierzęce: 76.64 g; białko roślinne: 122.12 g; Tłuszcz: 75.38 g; Węglowodany ogółem: 366.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.10 g; Sód: 2335.59 mg; Potas: 5349.87 mg; Wapń: 723.41 mg; Fosfor: 1689.86 mg; Błonnik pokarmowy: 29.14 g; suma cukrów prostych: 82.78 g; Woda: 1372.00 g; Popiół: 20.00 g;		
czwartek 2024-08-22 Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA), 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), rzodkiewka 50g, II Śniadanie: owoc 150g,	zupa kapuśniak 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, Eskalopki drobiowe w sosie pomidorowym 100g (SELER), Brokuły 150g, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO, GLUTEN),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta śledziowa z jajkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZ. ŁASKO, ORZECHY AR, SELER, RYBY, GORCZYCA, SEZAM), papryka czerwona 50g, Posiłek nocny: sok pomidorowo-warzywny 1 szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2307.89 kcal; Energia: 9059.39 kJ; Białko ogółem: 210.88 g; białko zwierzęce: 84.67 g; białko roślinne: 124.82 g; Tłuszcz: 83.50 g; Węglowodany ogółem: 357.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.22 g; Sód: 2792.72 mg; Potas: 5703.93 mg; Wapń: 1064.02 mg; Fosfor: 1947.04 mg; Błonnik pokarmowy: 33.81 g; suma cukrów prostych: 60.75 g; Woda: 1672.11 g; Popiół: 22.26 g;		
piątek 2024-08-23 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, JĘCZMIEN), 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 pekińskiej 150g (SELER), ziemniaki 300g,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasztecik pieczony 70g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA), Cukier 15g, pomidor 50g, Posiłek nocny: Mus tubka 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2445.32 kcal; Energia: 9114.28 kJ; Białko ogółem: 138.69 g; białko zwierzęce: 51.41 g; białko roślinne: 78.18 g; Tłuszcz: 95.45 g; Węglowodany ogółem: 357.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.18 g; Sód: 1634.38 mg; Potas: 4461.34 mg; Wapń: 643.11 mg; Fosfor: 1457.59 mg; Błonnik pokarmowy: 32.59 g; suma cukrów prostych: 101.84 g; Woda: 1268.47 g; Popiół: 17.94 g;		
piątek 2024-08-23 Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z pł jęczmiennymi 350ml, Pieczywo mieszane 50g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), Bułka maślana 1szt. (80g) (JAJA, PSZENICA, SEZAM), masło 15g (ŚMIETANKA), dżem 25g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), twaróg 70g (MLEKO), Cukier 10g,	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA), kompot 250ml Z gorzki, Cukier 10g, ryba smażona 100g (JAJA, PSZENICA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO), szpinak liściasty 150g, ziemniaki 300g, sos koperkowy 100ml (GLUTEN, PSZENICA, 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, pomidor 50g, Posiłek nocny: Mus tubka 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2502.17 kcal; Energia: 9950.01 kJ; Białko ogółem: 152.67 g; białko zwierzęce: 62.65 g; białko roślinne: 88.63 g; Tłuszcz: 91.59 g; Węglowodany ogółem: 381.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.46 g; Sód: 2194.86 mg; Potas: 4413.33 mg; Wapń: 591.62 mg; Fosfor: 1356.22 mg; Błonnik pokarmowy: 28.34 g; suma cukrów prostych: 104.49 g; Woda: 1352.63 g; Popiół: 18.51 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-08-26 Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z pł.kukurydzianymi 250ml (MLEKO, ORZ. LASKO, ORZECHY AR), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), serek do smarowania z tymiankiem 50g (MLEKO), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), pomidor 50g, Cukier 10g,	zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA), kasza jęczmienna 200g (JĘCZMIEN), 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, JĘCZMIEN), 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 2024-08-26 Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z pł.kukurydzianymi 250ml (MLEKO, ORZ. LASKO, ORZECHY AR), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Serek Hochland 30g (MLEKO, ŚMIETANKA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), pomidor 50g, wędlina 20g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA), II Śniadanie: owoc sezonowy 150g,	zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA), kasza jęczmienna 200g (JĘCZMIEN), 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, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), paszтет warzywny 50g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA), sałata 5g, Posiłek nocny: Jogurt owocowy b/c 1 szt. (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2411.09 kcal; Energia: 8973.13 kJ; Białko ogółem: 188.50 g; białko zwierzęce: 59.27 g; białko roślinne: 120.13 g; Tłuszcz: 101.99 g; Węglowodany ogółem: 370.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.48 g; Sód: 2524.34 mg; Potas: 4168.92 mg; Wapń: 932.38 mg; Fosfor: 1800.95 mg; Błonnik pokarmowy: 37.59 g; suma cukrów prostych: 59.66 g; Woda: 1337.26 g; Popiół: 19.80 g;		
wtorek 2024-08-27 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, JĘCZMIEN), twaróg 70g (MLEKO), Cukier 10g,	kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, zupa pomidorowa z ryżem 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA), pyzy z mięsem 250g (5 szt), 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, ogórek kiszony 50g, Posiłek nocny: owoc 150g,
Wartości odżywcze: Energia: 2346.82 kcal; Energia: 9668.08 kJ; Białko ogółem: 125.77 g; białko zwierzęce: 51.01 g; białko roślinne: 73.36 g; Tłuszcz: 85.60 g; Węglowodany ogółem: 359.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.94 g; Sód: 2102.27 mg; Potas: 3052.53 mg; Wapń: 786.49 mg; Fosfor: 1277.50 mg; Błonnik pokarmowy: 24.59 g; suma cukrów prostych: 114.71 g; Woda: 941.82 g; Popiół: 15.52 g;		
wtorek 2024-08-27 Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (MLEKO), Pieczywo mieszane 50g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), Bułka maślana 1szt. (80g) (JAJA, PSZENICA, SEZAM), masło 15g (ŚMIETANKA), dżem 25g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), twaróg 70g (MLEKO), Cukier 10g,	kompot 250ml Z gorzki, Cukier 10g, zupa pomidorowa z ryżem 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA), Bukiet jarzyn 150g (SELER, ŚMIETANKA), pyzy z mięsem 250g (5 szt),	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: 2511.02 kcal; Energia: 10355.08 kJ; Białko ogółem: 143.11 g; białko zwierzęce: 53.28 g; białko roślinne: 88.43 g; Tłuszcz: 89.95 g; Węglowodany ogółem: 395.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.14 g; Sód: 1934.47 mg; Potas: 3230.68 mg; Wapń: 800.34 mg; Fosfor: 1336.25 mg; Błonnik pokarmowy: 27.01 g; suma cukrów prostych: 120.51 g; Woda: 1009.84 g; Popiół: 15.48 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-08-29 Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasztet drobiowy 1 szt , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), pomidor 50g , Cukier 10g ,	Zupa dyniowa 400ml (SELER, SOJA, ŚMIETANKA), ryż 200g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , Mielone roladki ze schabu 100g (GLUTEN, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM, OWIES), surówka z białej kapusty z marchewką i kukurydzą 150g (SELER),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta śledziowa z jajkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, RYBY, GORCZYCA, SEZAM), Cukier 15g , Posiłek nocny: Jogurt "serduszko" 1 szt. (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2810.41 kcal; Energia: 11557.69 kJ; Białko ogółem: 110.18 g; białko zwierzęce: 75.18 g; białko roślinne: 35.00 g; Tłuszcz: 124.63 g; Węglowodany ogółem: 392.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.48 g; Sód: 3362.68 mg; Potas: 3388.68 mg; Wapń: 1099.25 mg; Fosfor: 1839.24 mg; Błonnik pokarmowy: 27.26 g; suma cukrów prostych: 95.74 g; Woda: 1241.50 g; Popiół: 19.54 g;		
czwartek 2024-08-29 Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Serek Mazurski Smak 50g (MLEKO, ŚMIETANKA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), pomidor 50g , Cukier 10g ,	zupa dyniowa 350ml (SELER, SOJA, ŚMIETANKA), ryż 200g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , Mielone roladki ze schabu 100g (GLUTEN, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM, OWIES), Brokuły 150g ,	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: Jogurt "serduszko" 1 szt. (MLEKO, GLUTEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2539.95 kcal; Energia: 10434.02 kJ; Białko ogółem: 103.24 g; białko zwierzęce: 67.05 g; białko roślinne: 34.79 g; Tłuszcz: 105.03 g; Węglowodany ogółem: 372.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.80 g; Sód: 2346.32 mg; Potas: 3310.90 mg; Wapń: 986.22 mg; Fosfor: 1722.21 mg; Błonnik pokarmowy: 24.38 g; suma cukrów prostych: 88.73 g; Woda: 1175.92 g; Popiół: 17.36 g;		
czwartek 2024-08-29 Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasztet drobiowy 1 szt , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), pomidor 50g , II Śniadanie: owoc sezonowy 150g ,	Zupa dyniowa 400ml (SELER, SOJA, ŚMIETANKA), ryż brązowy 200g , kompot 250ml Z gorzki , Mielone roladki ze schabu 100g (GLUTEN, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM, OWIES), 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, JĘCZMIEN), 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: 2792.01 kcal; Energia: 11527.70 kJ; Białko ogółem: 118.57 g; białko zwierzęce: 80.88 g; białko roślinne: 37.69 g; Tłuszcz: 129.13 g; Węglowodany ogółem: 379.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.50 g; Sód: 3499.96 mg; Potas: 4257.60 mg; Wapń: 1283.44 mg; Fosfor: 2098.64 mg; Błonnik pokarmowy: 36.84 g; suma cukrów prostych: 71.77 g; Woda: 1527.39 g; Popiół: 21.94 g;		
piątek 2024-08-30 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), Pasta z ciecierzycy z pietruszką zieloną 50g (SELER, SOJA, GORCZYCA, OWIES), Cukier 15g , pomidor 50g , Posiłek nocny: Mus tubka 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2356.46 kcal; Energia: 9432.95 kJ; Białko ogółem: 89.87 g; białko zwierzęce: 48.12 g; białko roślinne: 41.75 g; Tłuszcz: 83.18 g; Węglowodany ogółem: 369.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.16 g; Sód: 2065.63 mg; Potas: 4109.63 mg; Wapń: 823.60 mg; Fosfor: 1613.74 mg; Błonnik pokarmowy: 32.16 g; suma cukrów prostych: 103.96 g; Woda: 1158.50 g; Popiół: 16.59 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-08-30		
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), wędlna 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukier 15g , pomidor 50g , Posiłek nocny: Mus tubka 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2415.61 kcal; Energia: 9687.62 kJ; Białko ogółem: 108.09 g; białko zwierzęce: 70.12 g; białko roślinne: 36.58 g; Tłuszcz: 77.15 g; Węglowodany ogółem: 381.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.86 g; Sód: 2220.12 mg; Potas: 4159.82 mg; Wapń: 750.20 mg; Fosfor: 1570.75 mg; Błonnik pokarmowy: 27.43 g; suma cukrów prostych: 108.86 g; Woda: 1290.00 g; Popiół: 18.13 g;		
piątek 2024-08-30		
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), wędlna 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), Pasta z ciecierzycy z pietruszką zieloną 50g (SELER, SOJA, GORCZYCA, OWIES), pomidor 100g , Posiłek nocny: Mus tubka 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2313.48 kcal; Energia: 9205.73 kJ; Białko ogółem: 96.58 g; białko zwierzęce: 47.65 g; białko roślinne: 47.53 g; Tłuszcz: 83.76 g; Węglowodany ogółem: 365.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.94 g; Sód: 2422.38 mg; Potas: 4914.59 mg; Wapń: 1021.88 mg; Fosfor: 1899.89 mg; Błonnik pokarmowy: 39.37 g; suma cukrów prostych: 62.19 g; Woda: 1459.71 g; Popiół: 21.09 g;		
sobota 2024-08-31		
Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z ryżem 300ml (MLEKO), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), serek capresi light 2 plastry (MLEKO, ŚMIETANKA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), pomidor 50g , Cukier 10g , wędlna 40g (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA),	zupa kalafiorowa z grysiem 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, JĘCZMIEN), 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: 2778.85 kcal; Energia: 9441.41 kJ; Białko ogółem: 79.91 g; białko zwierzęce: 32.39 g; białko roślinne: 36.52 g; Tłuszcz: 107.92 g; Węglowodany ogółem: 452.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.57 g; Sód: 2691.59 mg; Potas: 3669.55 mg; Wapń: 779.99 mg; Fosfor: 1321.56 mg; Błonnik pokarmowy: 39.63 g; suma cukrów prostych: 82.74 g; Woda: 1214.32 g; Popiół: 17.36 g;		
sobota 2024-08-31		
Dieta: LEKKAMYSŁOWICE		
zupa mleczna z ryżem 300ml (MLEKO), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlna 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), 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, JĘCZMIEN), 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: 2788.50 kcal; Energia: 9649.52 kJ; Białko ogółem: 101.79 g; białko zwierzęce: 50.80 g; białko roślinne: 38.60 g; Tłuszcz: 95.97 g; Węglowodany ogółem: 462.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.87 g; Sód: 2365.32 mg; Potas: 4225.56 mg; Wapń: 757.54 mg; Fosfor: 1610.43 mg; Błonnik pokarmowy: 41.73 g; suma cukrów prostych: 82.93 g; Woda: 1307.92 g; Popiół: 18.22 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-08-31		
Dieta: CUKRZYCOWAMYŚŁOWICE		
zupa mleczna z ryżem 300ml (MLEKO), Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), serek capresi light 2 plastry (MLEKO, ŚMIETANKA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), pomidor 50g , wędlina 40g (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA), II Śniadanie: Jabłko 150g ,	zupa kalafiorowa z grysiem 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, JĘCZMIEN), 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: 2926.89 kcal; Energia: 9695.93 kJ; Białko ogółem: 105.49 g; białko zwierzęce: 55.22 g; białko roślinne: 39.27 g; Tłuszcz: 112.84 g; Węglowodany ogółem: 455.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.68 g; Sód: 3031.21 mg; Potas: 4817.02 mg; Wapń: 1107.45 mg; Fosfor: 1755.68 mg; Błonnik pokarmowy: 46.49 g; suma cukrów prostych: 77.60 g; Woda: 1663.27 g; Popiół: 20.62 g;		

Dietetyk

.....