Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-08-01	**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 jarzynowa 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, 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, 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: 2822.50 kcal; Energia: 11502.38 kJ; Białko ogółem: 207.67 g; białko zwierzęce: 84.86 g; białko roślinne: 122.81 g; Tłuszcz: 117.90 g; Węglowodany ogółem: 407.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.45 g; Sód: 3254.43 mg; Potas: 3864.66 mg; Wapń: 1074.76 mg; Fosfor: 1829.32 mg; Błonnik pokarmowy: 28.02 g; suma cukrów prostych: 95.41 g; Woda: 1257.77 g; Popiół: 20.04 g;		
czwartek 2024-08-01	**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 jarzynowa 350ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, 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, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 50g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Cukier 15g , **Posiłek nocny:** Jogurt "serduszko" 1 szt. (***MLEKO, GLUTEN***),
Wartości odżywcze: Energia: 2568.67 kcal; Energia: 10448.09 kJ; Białko ogółem: 202.39 g; białko zwierzęce: 78.38 g; białko roślinne: 122.61 g; Tłuszcz: 99.46 g; Węglowodany ogółem: 388.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.09 g; Sód: 2004.61 mg; Potas: 3829.70 mg; Wapń: 968.67 mg; Fosfor: 1730.62 mg; Błonnik pokarmowy: 25.31 g; suma cukrów prostych: 88.59 g; Woda: 1203.93 g; Popiół: 17.46 g;		
czwartek 2024-08-01	**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 jarzynowa 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, 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, 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: 2804.10 kcal; Energia: 11472.39 kJ; Białko ogółem: 216.05 g; białko zwierzęce: 90.56 g; białko roślinne: 125.49 g; Tłuszcz: 122.40 g; Węglowodany ogółem: 395.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.46 g; Sód: 3391.71 mg; Potas: 4733.58 mg; Wapń: 1258.95 mg; Fosfor: 2088.72 mg; Błonnik pokarmowy: 37.61 g; suma cukrów prostych: 71.44 g; Woda: 1543.65 g; Popiół: 22.44 g;		

piątek 2024-08-02	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: 2459.56 kcal; Energia: 9733.84 kJ; Białko ogółem: 136.48 g; białko zwierzęce: 59.00 g; białko roślinne: 77.48 g; Tłuszcz: 98.01 g; Węglowodany ogółem: 354.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.06 g; Sód: 2171.88 mg; Potas: 4308.32 mg; Wapń: 609.13 mg; Fosfor: 1296.43 mg; Błonnik pokarmowy: 30.47 g; suma cukrów prostych: 103.98 g; Woda: 1255.14 g; Popiół: 18.09 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-08-02	**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 2024-08-02	**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 2024-08-03	**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;		
sobota 2024-08-03	**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;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-08-03	**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 2024-08-04	**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 , 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: 2962.36 kcal; Energia: 12011.03 kJ; Białko ogółem: 225.01 g; białko zwierzęce: 101.14 g; białko roślinne: 123.87 g; Tłuszcz: 132.99 g; Węglowodany ogółem: 397.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.32 g; Sód: 4919.23 mg; Potas: 5067.33 mg; Wapń: 759.40 mg; Fosfor: 1965.07 mg; Błonnik pokarmowy: 32.90 g; suma cukrów prostych: 107.78 g; Woda: 1419.04 g; Popiół: 24.59 g;		
niedziela 2024-08-04	**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 , Pałki z kurczaka gotowane 200g (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), 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: 2853.16 kcal; Energia: 11541.39 kJ; Białko ogółem: 226.00 g; białko zwierzęce: 102.34 g; białko roślinne: 122.26 g; Tłuszcz: 123.63 g; Węglowodany ogółem: 387.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.31 g; Sód: 4448.13 mg; Potas: 5093.86 mg; Wapń: 716.92 mg; Fosfor: 1937.06 mg; Błonnik pokarmowy: 30.33 g; suma cukrów prostych: 107.31 g; Woda: 1425.82 g; Popiół: 24.16 g;		
niedziela 2024-08-04	**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 , 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***), sałata 20g , **Posiłek nocny:** chrupki kukurydziane (***ORZ. LASKO, ŻYTO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2799.51 kcal; Energia: 11278.38 kJ; Białko ogółem: 233.55 g; białko zwierzęce: 108.79 g; białko roślinne: 123.36 g; Tłuszcz: 121.56 g; Węglowodany ogółem: 373.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.95 g; Sód: 4607.78 mg; Potas: 5491.53 mg; Wapń: 999.45 mg; Fosfor: 2157.17 mg; Błonnik pokarmowy: 32.19 g; suma cukrów prostych: 81.71 g; Woda: 1649.97 g; Popiół: 26.49 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-08-05	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą manną 300ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA***), 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***), wędlina 50g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Cukier 15g , **Posiłek nocny:** BISZKOPTY 40G (***GLUTEN, JAJA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2771.73 kcal; Energia: 9788.72 kJ; Białko ogółem: 210.39 g; białko zwierzęce: 63.26 g; białko roślinne: 134.74 g; Tłuszcz: 86.36 g; Węglowodany ogółem: 466.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.75 g; Sód: 2036.66 mg; Potas: 3746.10 mg; Wapń: 860.41 mg; Fosfor: 1655.13 mg; Błonnik pokarmowy: 42.93 g; suma cukrów prostych: 84.60 g; Woda: 945.03 g; Popiół: 17.34 g;		
poniedziałek 2024-08-05	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą manną 300ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA***), 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: 2556.43 kcal; Energia: 8887.41 kJ; Białko ogółem: 199.25 g; białko zwierzęce: 64.83 g; białko roślinne: 122.03 g; Tłuszcz: 84.19 g; Węglowodany ogółem: 420.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.09 g; Sód: 1909.21 mg; Potas: 3216.05 mg; Wapń: 828.66 mg; Fosfor: 1402.84 mg; Błonnik pokarmowy: 34.70 g; suma cukrów prostych: 83.58 g; Woda: 976.37 g; Popiół: 15.08 g;		
poniedziałek 2024-08-05	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą manną 300ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA***), 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***), wędlina 50g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), rzodkiewka 50g , **Posiłek nocny:** BISZKOPTY 40G (***GLUTEN, JAJA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2756.88 kcal; Energia: 9714.37 kJ; Białko ogółem: 217.89 g; białko zwierzęce: 69.71 g; białko roślinne: 135.79 g; Tłuszcz: 89.63 g; Węglowodany ogółem: 449.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.57 g; Sód: 2138.91 mg; Potas: 4289.00 mg; Wapń: 1136.96 mg; Fosfor: 1857.03 mg; Błonnik pokarmowy: 44.73 g; suma cukrów prostych: 59.93 g; Woda: 1201.64 g; Popiół: 19.50 g;		
wtorek 2024-08-06	**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;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-08-06	**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 2024-08-06	**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 2024-08-07	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z zacierką 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA***), 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: 2484.23 kcal; Energia: 9693.87 kJ; Białko ogółem: 190.79 g; białko zwierzęce: 65.66 g; białko roślinne: 121.39 g; Tłuszcz: 108.70 g; Węglowodany ogółem: 364.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.22 g; Sód: 3387.21 mg; Potas: 5044.17 mg; Wapń: 713.81 mg; Fosfor: 1560.42 mg; Błonnik pokarmowy: 32.55 g; suma cukrów prostych: 81.48 g; Woda: 1480.87 g; Popiół: 20.13 g;		
środa 2024-08-07	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z zacierką 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA***), 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: 2206.10 kcal; Energia: 8760.25 kJ; Białko ogółem: 199.18 g; białko zwierzęce: 74.74 g; białko roślinne: 120.70 g; Tłuszcz: 82.48 g; Węglowodany ogółem: 341.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.25 g; Sód: 2759.29 mg; Potas: 5049.55 mg; Wapń: 700.98 mg; Fosfor: 1614.88 mg; Błonnik pokarmowy: 29.60 g; suma cukrów prostych: 79.22 g; Woda: 1410.80 g; Popiół: 19.25 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-08-07	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z zacierką 300ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA***), 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: 2325.14 kcal; Energia: 9200.27 kJ; Białko ogółem: 206.90 g; białko zwierzęce: 81.38 g; białko roślinne: 121.79 g; Tłuszcz: 94.36 g; Węglowodany ogółem: 340.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.83 g; Sód: 3424.80 mg; Potas: 5885.73 mg; Wapń: 966.39 mg; Fosfor: 1871.04 mg; Błonnik pokarmowy: 32.10 g; suma cukrów prostych: 55.85 g; Woda: 1733.21 g; Popiół: 22.43 g;		
czwartek 2024-08-08	**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 2024-08-08	**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 2024-08-08	**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;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-08-09	**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;		
piątek 2024-08-09	**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 2024-08-09	**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 2024-08-10	**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;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-08-10	**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;		
sobota 2024-08-10	**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;		

Dietetyk

.....

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone