Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-11-11	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Serek Mazurski Smak 40g (***MLEKO, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), ogórek konserwowy 50g (***S02***), Cukier 10g ,	zupa kalafiorowa z grysikiem 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA***), ziemniaki 250g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , Surówka z marchewki i jabłka 150g , pulpet w sosie pomidorowym 80g/80ml (***JAJA, PSZENICA, SELER, SEZAM, ŻYTO***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 40g (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), Cukier 15g , rzodkiewka 50g , **Posiłek nocny:** Biszkopty Mamutki 20g (***GLUTEN, JAJA***),
Wartości odżywcze: Energia: 3650.86 kcal; Energia: 13101.64 kJ; Białko ogółem: 147.68 g; białko zwierzęce: 96.44 g; białko roślinne: 40.24 g; Tłuszcz: 134.58 g; Węglowodany ogółem: 549.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.28 g; Sód: 4596.52 mg; Potas: 6143.70 mg; Wapń: 2438.66 mg; Fosfor: 2766.67 mg; Błonnik pokarmowy: 46.80 g; suma cukrów prostych: 154.33 g; Woda: 3069.10 g; Popiół: 30.21 g;		
poniedziałek 2024-11-11	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), pasta twarogowa natur. 40g (***MLEKO***), Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), pomidor 50g , Cukier 10g ,	zupa grysikowa 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , Marchewka gotowana 150g (***PSZENICA, SELER***), pulpet w sosie pomidorowym 80g/80ml (***JAJA, PSZENICA, SELER, SEZAM, ŻYTO***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 40g (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), Cukier 15g , sałata liść 5g , **Posiłek nocny:** Biszkopty Mamutki 20g (***GLUTEN, JAJA***),
Wartości odżywcze: Energia: 3701.12 kcal; Energia: 13346.66 kJ; Białko ogółem: 145.59 g; białko zwierzęce: 96.31 g; białko roślinne: 38.28 g; Tłuszcz: 140.72 g; Węglowodany ogółem: 548.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.19 g; Sód: 3230.52 mg; Potas: 5943.92 mg; Wapń: 2377.59 mg; Fosfor: 2710.58 mg; Błonnik pokarmowy: 44.26 g; suma cukrów prostych: 152.94 g; Woda: 2841.27 g; Popiół: 26.31 g;		
poniedziałek 2024-11-11	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Serek Mazurski Smak 40g (***MLEKO, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), ogórek konserwowy 50g (***S02***), **II Śniadanie:** owoc sezonowy 150g ,	zupa kalafiorowa z grysikiem 400ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Surówka z marchewki i jabłka 150g , pulpet w sosie pomidorowym 80g/80ml (***JAJA, PSZENICA, SELER, SEZAM, ŻYTO***), **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1 szt.(150g) (***MLEKO***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 40g (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), rzodkiewka 50g , **Posiłek nocny:** Biszkopty Mamutki 20g (***GLUTEN, JAJA***),
Wartości odżywcze: Energia: 3650.71 kcal; Energia: 13080.99 kJ; Białko ogółem: 155.15 g; białko zwierzęce: 102.89 g; białko roślinne: 41.26 g; Tłuszcz: 137.76 g; Węglowodany ogółem: 535.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.06 g; Sód: 4694.27 mg; Potas: 6677.90 mg; Wapń: 2699.01 mg; Fosfor: 2973.97 mg; Błonnik pokarmowy: 47.55 g; suma cukrów prostych: 129.75 g; Woda: 3293.07 g; Popiół: 32.28 g;		
wtorek 2024-11-12	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą jęczmienna 300ml (***MLEKO, JĘCZMIEŃ***), Rogal maślany 1szt. (80g) (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), twaróg 50g (***MLEKO***), Cukier 10g ,	kompot 250ml Z gorzki , Cukier 5g , Zupa dyniowa 400ml (***SELER, SOJA***), ziemniaki 300g , watróbka drobiowa z cebulką duszona 150g (***PSZENICA***), Kapusta kiszona zasmażana 150g (***SELER***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), indyk w galarecie 40g (***SELER, GORCZYCA***), Cukier 15g , ogórek kiszony 50g , **Posiłek nocny:** owoc 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 3287.36 kcal; Energia: 13264.90 kJ; Białko ogółem: 145.87 g; białko zwierzęce: 117.45 g; białko roślinne: 28.42 g; Tłuszcz: 145.96 g; Węglowodany ogółem: 401.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.99 g; Sód: 3868.43 mg; Potas: 6110.32 mg; Wapń: 2485.62 mg; Fosfor: 2862.55 mg; Błonnik pokarmowy: 26.43 g; suma cukrów prostych: 173.01 g; Woda: 2862.94 g; Popiół: 30.90 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-11-12	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą jęczmienna 300ml (***MLEKO, JĘCZMIEŃ***), Pieczywo mieszane 50g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), Rogal maślany 1szt. (80g) (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), twaróg 50g (***MLEKO***), Cukier 10g ,	kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , Zupa dyniowa 400ml (***SELER, SOJA***), szynka wp gotowana 80g (***SELER***), sos pieczeniowy dietetyczny 100ml (***MLEKO, PSZENICA, SELER***), ziemniaki 300g , Brokuły na parze 150g ,	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 40g (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), Cukier 15g , pomidor 50g , **Posiłek nocny:** owoc 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 3411.22 kcal; Energia: 13637.92 kJ; Białko ogółem: 144.14 g; białko zwierzęce: 110.02 g; białko roślinne: 34.12 g; Tłuszcz: 148.38 g; Węglowodany ogółem: 437.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.23 g; Sód: 2671.84 mg; Potas: 6304.77 mg; Wapń: 2495.16 mg; Fosfor: 2753.88 mg; Błonnik pokarmowy: 29.69 g; suma cukrów prostych: 178.88 g; Woda: 2879.04 g; Popiół: 26.43 g;		
wtorek 2024-11-12	**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 40g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), Bułka grahamka 80g (***PSZENICA, ŻYTO***), **II Śniadanie:** owoc 150g ,	kompot 250ml Z gorzki , Zupa dyniowa 400ml (***SELER, SOJA***), szynka wp gotowana 80g (***SELER***), Brokuły na parze 150g , ziemniaki 300g , sos pieczeniowy dietetyczny 100ml (***MLEKO, PSZENICA, SELER***), **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1 szt.(150g) (***MLEKO***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), indyk w galarecie 40g (***SELER, GORCZYCA***), ogórek kiszony 50g , **Posiłek nocny:** Ciasteczka owsiane czekoladowe 25g (***GLUTEN, ŻYTO***),
Wartości odżywcze: Energia: 3454.75 kcal; Energia: 13867.23 kJ; Białko ogółem: 150.57 g; białko zwierzęce: 111.07 g; białko roślinne: 38.10 g; Tłuszcz: 163.85 g; Węglowodany ogółem: 413.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.77 g; Sód: 3673.00 mg; Potas: 6776.32 mg; Wapń: 2695.96 mg; Fosfor: 3003.01 mg; Błonnik pokarmowy: 33.68 g; suma cukrów prostych: 134.96 g; Woda: 3002.05 g; Popiół: 32.10 g;		
środa 2024-11-13	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (***MLEKO, GLUTEN***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), ser żółty 40g (***MLEKO***), Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), Cukier 10g , rzodkiewka 50g ,	zupa cebulowa 400ml (***MLEKO, ŚMIETANKA***), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (***MLEKO, ŚMIETANKA***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina drobiowa 40g , Cukier 15g , pomidor 50g , **Posiłek nocny:** sok jabłkowy 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2484.18 kcal; Energia: 10347.44 kJ; Białko ogółem: 72.72 g; białko zwierzęce: 40.88 g; białko roślinne: 33.48 g; Tłuszcz: 97.16 g; Węglowodany ogółem: 409.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.43 g; Sód: 2232.44 mg; Potas: 2428.37 mg; Wapń: 1157.36 mg; Fosfor: 1494.68 mg; Błonnik pokarmowy: 27.36 g; suma cukrów prostych: 107.31 g; Woda: 1454.32 g; Popiół: 14.71 g;		
środa 2024-11-13	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (***MLEKO, GLUTEN***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina wieprzowa 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, PISTACJE***), Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), Cukier 10g , sałata liść 5g ,	zupa ziemniaczana 400ml (***PSZENICA, SELER, SOJA***), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (***MLEKO, ŚMIETANKA***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina drobiowa 40g , Cukier 15g , pomidor 50g , **Posiłek nocny:** sok jabłkowy 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2416.42 kcal; Energia: 10107.76 kJ; Białko ogółem: 75.89 g; białko zwierzęce: 38.39 g; białko roślinne: 33.76 g; Tłuszcz: 87.23 g; Węglowodany ogółem: 410.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.14 g; Sód: 2539.55 mg; Potas: 2425.75 mg; Wapń: 799.05 mg; Fosfor: 1377.63 mg; Błonnik pokarmowy: 25.68 g; suma cukrów prostych: 106.90 g; Woda: 1413.27 g; Popiół: 13.88 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-11-13	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (***MLEKO, GLUTEN***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), ser żółty 40g (***MLEKO***), Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), ogórek zielony 50g , **II Śniadanie:** owoc sezonowy 150g ,	zupa cebulowa 400ml (***MLEKO, ŚMIETANKA***), kompot 250ml Z gorzki , rissotto z mięsem drob i warzywami z sosem pomidorowym 350g (***SELER***), **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1 szt.(150g) (***MLEKO***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina drobiowa 40g , pomidor 50g , **Posiłek nocny:** Ciasteczka owsiane czekoladowe 25g (***GLUTEN, ŻYTO***),
Wartości odżywcze: Energia: 3039.50 kcal; Energia: 12665.85 kJ; Białko ogółem: 104.88 g; białko zwierzęce: 64.16 g; białko roślinne: 42.36 g; Tłuszcz: 126.10 g; Węglowodany ogółem: 453.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.74 g; Sód: 2517.53 mg; Potas: 3243.12 mg; Wapń: 1403.29 mg; Fosfor: 2000.45 mg; Błonnik pokarmowy: 29.00 g; suma cukrów prostych: 78.08 g; Woda: 1635.32 g; Popiół: 18.08 g;		
czwartek 2024-11-14	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), pasztet drobiowy 40g , Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), pomidor 50g , Cukier 10g ,	zupa pomidorowa z ryżem 400ml (***PSZENICA, SELER, SOJA***), ziemniaki 250g , 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***), sos koperkowy 100ml (***PSZENICA, SELER***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta śledziowa z jajkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, RYBY, GORCZYCA, SEZAM***), Cukier 15g , **Posiłek nocny:** Jogurt "serduszko" 1 szt. (***MLEKO***), pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 3547.44 kcal; Energia: 14472.12 kJ; Białko ogółem: 152.54 g; białko zwierzęce: 116.32 g; białko roślinne: 36.22 g; Tłuszcz: 162.22 g; Węglowodany ogółem: 455.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.47 g; Sód: 4086.34 mg; Potas: 6790.74 mg; Wapń: 2678.15 mg; Fosfor: 3015.26 mg; Błonnik pokarmowy: 32.29 g; suma cukrów prostych: 167.96 g; Woda: 3086.52 g; Popiół: 31.85 g;		
czwartek 2024-11-14	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Serek Mazurski Smak 50g (***MLEKO, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), pomidor 50g , Cukier 10g ,	zupa pomidorowa z ryżem 400ml (***PSZENICA, SELER, SOJA***), ziemniaki 250g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , Mielone roladki ze schabu 100g (***GLUTEN, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM, OWIES***), Brokuły na parze 150g , sos koperkowy 100ml (***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 , **Posiłek nocny:** Jogurt "serduszko" 1 szt. (***MLEKO***), pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 3307.94 kcal; Energia: 13476.80 kJ; Białko ogółem: 155.90 g; białko zwierzęce: 118.11 g; białko roślinne: 36.40 g; Tłuszcz: 140.00 g; Węglowodany ogółem: 439.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.32 g; Sód: 3081.37 mg; Potas: 6854.47 mg; Wapń: 2611.87 mg; Fosfor: 3025.59 mg; Błonnik pokarmowy: 29.98 g; suma cukrów prostych: 162.56 g; Woda: 3066.19 g; Popiół: 30.22 g;		
czwartek 2024-11-14	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), pasztet drobiowy 40g , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), pomidor 50g , **II Śniadanie:** owoc sezonowy 150g ,	Barszcz czerwony z makaronem 400ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA***), ziemniaki 250g , 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***), sos koperkowy 100ml (***PSZENICA, SELER***), **Podwieczorek:** Mus z cytrusów 150g ,	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta śledziowa z jajkiem 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, RYBY, GORCZYCA, SEZAM***), pomidor 50g , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 200ml (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2754.32 kcal; Energia: 11148.54 kJ; Białko ogółem: 117.43 g; białko zwierzęce: 78.98 g; białko roślinne: 38.45 g; Tłuszcz: 124.84 g; Węglowodany ogółem: 379.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.75 g; Sód: 3678.21 mg; Potas: 5528.35 mg; Wapń: 1337.25 mg; Fosfor: 2058.97 mg; Błonnik pokarmowy: 35.11 g; suma cukrów prostych: 80.92 g; Woda: 2195.12 g; Popiół: 24.51 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-11-15	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z ryżem 300ml (***MLEKO***), Rogal maślany 1szt. (80g) (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, 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***), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 5g , ryba smażona 100g (***JAJA, PSZENICA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO***), surówka z kapusty kiszonej 150g , ziemniaki 250g ,	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), 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: 2664.53 kcal; Energia: 10814.26 kJ; Białko ogółem: 100.52 g; białko zwierzęce: 58.36 g; białko roślinne: 42.16 g; Tłuszcz: 90.58 g; Węglowodany ogółem: 419.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.32 g; Sód: 2410.76 mg; Potas: 4516.96 mg; Wapń: 963.76 mg; Fosfor: 1662.51 mg; Błonnik pokarmowy: 32.33 g; suma cukrów prostych: 134.74 g; Woda: 1574.16 g; Popiół: 19.95 g;		
piątek 2024-11-15	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z ryżem 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 50g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), Rogal maślany 1szt. (80g) (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, 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 (***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: 2552.26 kcal; Energia: 10286.72 kJ; Białko ogółem: 112.85 g; białko zwierzęce: 74.66 g; białko roślinne: 36.79 g; Tłuszcz: 74.43 g; Węglowodany ogółem: 417.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.16 g; Sód: 2221.42 mg; Potas: 4315.72 mg; Wapń: 903.10 mg; Fosfor: 1658.10 mg; Błonnik pokarmowy: 27.98 g; suma cukrów prostych: 134.66 g; Woda: 1661.29 g; Popiół: 18.91 g;		
piątek 2024-11-15	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z ryżem 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 50g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), papryka konserwowa 50g (***S02***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 50g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), Bułka grahamka 80g (***PSZENICA, ŻYTO***), **II Śniadanie:** owoc sezonowy 150g ,	zupa pieczarkowa z makaronem 400ml (***GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA***), kompot 250ml Z gorzki , ryba smażona 100g (***JAJA, PSZENICA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO***), surówka z kapusty kiszonej 150g , ziemniaki 250g , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1 szt.(150g) (***MLEKO***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta z ciecierzycy z pietruszką zieloną 50g (***SELER, SOJA, GORCZYCA, OWIES***), pomidor 100g , **Posiłek nocny:** Mus tubka 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2686.96 kcal; Energia: 10860.84 kJ; Białko ogółem: 108.93 g; białko zwierzęce: 58.07 g; białko roślinne: 49.46 g; Tłuszcz: 92.35 g; Węglowodany ogółem: 427.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.44 g; Sód: 2847.11 mg; Potas: 5348.51 mg; Wapń: 1168.64 mg; Fosfor: 1966.25 mg; Błonnik pokarmowy: 39.90 g; suma cukrów prostych: 94.64 g; Woda: 1880.00 g; Popiół: 24.73 g;		
sobota 2024-11-16	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą manną 300ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), indyk w galarecie 40g (***SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), Cukier 10g , papryka czerwona 50g ,	Zupa cukiniowa 400ml (***PSZENICA, SELER, SOJA***), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , Leczo 250g (***MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ***), ryż 200g ,	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta jajeczna 40g (***GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Cukier 15g , sałata liść 5g , **Posiłek nocny:** sok jabłkowy 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2718.96 kcal; Energia: 10905.70 kJ; Białko ogółem: 80.76 g; białko zwierzęce: 43.56 g; białko roślinne: 37.21 g; Tłuszcz: 121.52 g; Węglowodany ogółem: 406.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.89 g; Sód: 2866.47 mg; Potas: 3124.32 mg; Wapń: 848.14 mg; Fosfor: 1425.39 mg; Błonnik pokarmowy: 27.17 g; suma cukrów prostych: 86.48 g; Woda: 1543.17 g; Popiół: 17.80 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-11-16	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą manną 300ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 40g (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), Cukier 10g , sałata liść 5g ,	Zupa cukiniowa 400ml (***PSZENICA, SELER, SOJA***), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , potrawka z kurczaka 80g/80ml (***PSZENICA, SELER, SOJA***), Bukiet jarzyn na parze 150g (***SELER, ŚMIETANKA***), ryż 200g ,	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), pasta z białek 40g (***GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), Cukier 15g , pomidor 50g , **Posiłek nocny:** sok jabłkowy 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2429.43 kcal; Energia: 9694.04 kJ; Białko ogółem: 89.88 g; białko zwierzęce: 53.17 g; białko roślinne: 36.71 g; Tłuszcz: 93.26 g; Węglowodany ogółem: 390.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.90 g; Sód: 2523.64 mg; Potas: 3268.05 mg; Wapń: 820.30 mg; Fosfor: 1527.86 mg; Błonnik pokarmowy: 29.71 g; suma cukrów prostych: 86.96 g; Woda: 1592.40 g; Popiół: 16.01 g;		
sobota 2024-11-16	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z kaszą manną 300ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), indyk w galarecie 40g (***SELER, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), papryka czerwona 50g , **II Śniadanie:** owoc 150g ,	Zupa cukiniowa 400ml (***PSZENICA, SELER, SOJA***), kompot 250ml Z gorzki , ryż brązowy 200g , Leczo 250g (***MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ***), **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1 szt.(150g) (***MLEKO***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta jajeczna 40g (***GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), sałata liść 5g , **Posiłek nocny:** sok pomidorowy 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2713.85 kcal; Energia: 10806.02 kJ; Białko ogółem: 88.64 g; białko zwierzęce: 50.87 g; białko roślinne: 37.77 g; Tłuszcz: 126.01 g; Węglowodany ogółem: 395.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.03 g; Sód: 3375.05 mg; Potas: 3712.14 mg; Wapń: 1127.82 mg; Fosfor: 1734.98 mg; Błonnik pokarmowy: 36.88 g; suma cukrów prostych: 63.95 g; Woda: 1744.09 g; Popiół: 20.13 g;		
niedziela 2024-11-17	**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. (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SOJA, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), pomidor 50g , Cukier 10g ,	zupa rosół z makaronem 400ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , udko z kurczaka pieczone 200g (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), Kapusta czerwona 150g (***PSZENICA, SELER***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), pasztet pieczony 40g , Cukier 15g , ogórek zielony 50g , **Posiłek nocny:** chrupki kukurydziane (***ORZ. LASKO, ŻYTO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2927.05 kcal; Energia: 11776.49 kJ; Białko ogółem: 116.29 g; białko zwierzęce: 79.05 g; białko roślinne: 37.24 g; Tłuszcz: 132.99 g; Węglowodany ogółem: 401.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.88 g; Sód: 4020.07 mg; Potas: 4879.73 mg; Wapń: 839.35 mg; Fosfor: 1885.35 mg; Błonnik pokarmowy: 32.41 g; suma cukrów prostych: 111.19 g; Woda: 1866.03 g; Popiół: 24.81 g;		
niedziela 2024-11-17	**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. (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SOJA, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), pomidor 50g ,	zupa rosół z makaronem 350ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , udko gotowane 1 szt. (200g) , sos rozmarynowo-cytrynowy 100ml , marchew DUO 150g (***ŚMIETANKA***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 40g (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), Cukier 15g , sałata liść 5g , **Posiłek nocny:** chrupki kukurydziane (***ORZ. LASKO, ŻYTO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2800.11 kcal; Energia: 11057.57 kJ; Białko ogółem: 115.98 g; białko zwierzęce: 82.36 g; białko roślinne: 33.63 g; Tłuszcz: 127.83 g; Węglowodany ogółem: 380.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.77 g; Sód: 3244.33 mg; Potas: 4633.71 mg; Wapń: 789.13 mg; Fosfor: 1824.97 mg; Błonnik pokarmowy: 31.55 g; suma cukrów prostych: 101.43 g; Woda: 1793.77 g; Popiół: 21.37 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-11-17	**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. (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SOJA, GORCZYCA***), Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), pomidor 50g , **II Śniadanie:** owoc 150g ,	zupa rosół z makaronem 400ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA***), ziemniaki 300g , kompot 250ml Z gorzki , udko z kurczaka pieczone 200g (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), Kapusta czerwona 150g (***PSZENICA, SELER***), **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1 szt.(150g) (***MLEKO***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 40g (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), papryka czerwona 50g , **Posiłek nocny:** chrupki kukurydziane (***ORZ. LASKO, ŻYTO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2868.34 kcal; Energia: 11297.50 kJ; Białko ogółem: 124.52 g; białko zwierzęce: 87.24 g; białko roślinne: 37.28 g; Tłuszcz: 130.07 g; Węglowodany ogółem: 387.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.88 g; Sód: 3859.25 mg; Potas: 5300.60 mg; Wapń: 1087.35 mg; Fosfor: 2036.45 mg; Błonnik pokarmowy: 35.20 g; suma cukrów prostych: 87.28 g; Woda: 2102.59 g; Popiół: 25.72 g;		
poniedziałek 2024-11-18	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), ser żółty 40g (***MLEKO***), Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), Cukier 10g , rzodkiewka 50g ,	zupa jarzynowa 400ml (***PSZENICA, SELER, SOJA***), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , ziemniaki 300g , Surówka colesław 150g (***GLUTEN, JAJA, SELER, SEZAM***), medalion wp duszony z papryką 100g (***JAJA, PSZENICA***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina drobiowa 40g , Cukier 15g , pomidor 50g , **Posiłek nocny:** sok jabłkowy 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2750.61 kcal; Energia: 10912.47 kJ; Białko ogółem: 92.03 g; białko zwierzęce: 54.32 g; białko roślinne: 39.35 g; Tłuszcz: 122.38 g; Węglowodany ogółem: 406.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.93 g; Sód: 2805.29 mg; Potas: 4885.14 mg; Wapń: 1222.86 mg; Fosfor: 1771.43 mg; Błonnik pokarmowy: 32.63 g; suma cukrów prostych: 89.94 g; Woda: 1892.44 g; Popiół: 21.14 g;		
poniedziałek 2024-11-18	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina wieprzowa 40g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, PISTACJE***), Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), Cukier 10g , sałata liść 5g ,	zupa jarzynowa 400ml (***PSZENICA, SELER, SOJA***), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , szpinak liściasty 150g , ziemniaki 300g , Eskalopki drobiowe w sosie pomidorowym 100g/80ml (***SELER***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina drobiowa 40g , Cukier 15g , pomidor 50g , **Posiłek nocny:** sok jabłkowy 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2497.63 kcal; Energia: 10092.25 kJ; Białko ogółem: 100.00 g; białko zwierzęce: 56.20 g; białko roślinne: 40.06 g; Tłuszcz: 96.98 g; Węglowodany ogółem: 389.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.98 g; Sód: 2534.72 mg; Potas: 5066.87 mg; Wapń: 875.45 mg; Fosfor: 1695.27 mg; Błonnik pokarmowy: 30.13 g; suma cukrów prostych: 87.79 g; Woda: 1864.21 g; Popiół: 20.27 g;		
poniedziałek 2024-11-18	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z makaronem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, JAJA***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), ser żółty 40g (***MLEKO***), Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), ogórek zielony 50g , **II Śniadanie:** owoc sezonowy 150g ,	zupa jarzynowa 400ml (***PSZENICA, SELER, SOJA***), kompot 250ml Z gorzki , ziemniaki 300g , Surówka colesław 150g (***GLUTEN, JAJA, SELER, SEZAM***), Eskalopki drobiowe w sosie pomidorowym 100g/80ml (***SELER***), **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1 szt.(150g) (***MLEKO***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina drobiowa 40g , pomidor 50g , **Posiłek nocny:** Ciasteczka owsiane czekoladowe 25g (***GLUTEN, ŻYTO***),
Wartości odżywcze: Energia: 3052.36 kcal; Energia: 12343.18 kJ; Białko ogółem: 107.27 g; białko zwierzęce: 65.87 g; białko roślinne: 43.04 g; Tłuszcz: 141.36 g; Węglowodany ogółem: 424.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.58 g; Sód: 2899.73 mg; Potas: 5540.95 mg; Wapń: 1488.15 mg; Fosfor: 2060.07 mg; Błonnik pokarmowy: 32.41 g; suma cukrów prostych: 79.73 g; Woda: 2087.03 g; Popiół: 23.49 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-11-19	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300ml (***MLEKO, PSZENICA***), Rogal maślany 1szt. (80g) (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), twaróg 50g (***MLEKO***), Cukier 10g , Pieczywo mieszane 50g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***),	kompot 250ml Z gorzki , Cukier 5g , stek z indyka 100g (***SELER***), zupa szpinakowa z ryżem 400ml (***PSZENICA, SELER, SOJA***), Surówka z marchewki i selera 150g (***SELER***), sos pieczarkowy 100ml (***PSZENICA, SELER***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Kurczak w galarecie 40g (***SELER, GORCZYCA***), Cukier 15g , ogórek kiszony 50g , **Posiłek nocny:** owoc 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2367.75 kcal; Energia: 9614.38 kJ; Białko ogółem: 88.95 g; białko zwierzęce: 58.63 g; białko roślinne: 30.32 g; Tłuszcz: 99.83 g; Węglowodany ogółem: 342.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.43 g; Sód: 3478.23 mg; Potas: 3102.87 mg; Wapń: 902.07 mg; Fosfor: 1468.75 mg; Błonnik pokarmowy: 30.39 g; suma cukrów prostych: 108.38 g; Woda: 1504.70 g; Popiół: 18.34 g;		
wtorek 2024-11-19	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300ml (***MLEKO, PSZENICA***), Pieczywo mieszane 50g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), Rogal maślany 1szt. (80g) (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), twaróg 50g (***MLEKO***), Cukier 10g ,	kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , potrawka z indyka 80g/80ml (***PSZENICA, SELER, SOJA***), zupa szpinakowa z ryżem 400ml (***PSZENICA, SELER, SOJA***), marchew DUO 150g (***ŚMIETANKA***), ziemniaki 300g ,	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 40g (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), Cukier 15g , sałata liść 5g , **Posiłek nocny:** owoc 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2416.27 kcal; Energia: 9529.22 kJ; Białko ogółem: 86.67 g; białko zwierzęce: 52.38 g; białko roślinne: 34.30 g; Tłuszcz: 78.94 g; Węglowodany ogółem: 401.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.88 g; Sód: 2280.42 mg; Potas: 4038.40 mg; Wapń: 860.75 mg; Fosfor: 1475.80 mg; Błonnik pokarmowy: 30.81 g; suma cukrów prostych: 113.51 g; Woda: 1595.92 g; Popiół: 16.59 g;		
wtorek 2024-11-19	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
Zupa mleczna z kaszą kuskus 300ml (***MLEKO, PSZENICA***), Pieczywo mieszane 50g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), papryka konserwowa 50g (***S02***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 40g (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), Bułka grahamka 80g (***PSZENICA, ŻYTO***), **II Śniadanie:** owoc 150g ,	kompot 250ml Z gorzki , potrawka z indyka 80g/80ml (***PSZENICA, SELER, SOJA***), zupa szpinakowa z ryżem 400ml (***PSZENICA, SELER, SOJA***), ziemniaki 300g , Surówka z marchewki i selera 150g (***SELER***), **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1 szt.(150g) (***MLEKO***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Kurczak w galarecie 40g (***SELER, GORCZYCA***), ogórek kiszony 50g , **Posiłek nocny:** sok pomidorowy 1 szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2424.55 kcal; Energia: 9296.24 kJ; Białko ogółem: 95.80 g; białko zwierzęce: 57.44 g; białko roślinne: 38.36 g; Tłuszcz: 91.24 g; Węglowodany ogółem: 374.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.68 g; Sód: 3750.94 mg; Potas: 4696.08 mg; Wapń: 1116.55 mg; Fosfor: 1740.61 mg; Błonnik pokarmowy: 39.58 g; suma cukrów prostych: 67.97 g; Woda: 1826.09 g; Popiół: 21.47 g;		

środa 2024-11-20	**Dieta: PODSTAWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z ryżem 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), serek fromage 40g (***MLEKO***), Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), ogórek zielony 50g , Cukier 10g ,	zupa barszcz biały 400ml (***MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ***), ziemniaki 250g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , Buraki gotowane tarte 150g , Kotlet schabowy 100g (***JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO***),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Humus z soczewicy 50g , Cukier 15g , papryka czerwona 50g , **Posiłek nocny:** Banan 1 szt. ,
Wartości odżywcze: Energia: 3046.92 kcal; Energia: 12079.75 kJ; Białko ogółem: 100.38 g; białko zwierzęce: 56.13 g; białko roślinne: 44.25 g; Tłuszcz: 132.21 g; Węglowodany ogółem: 463.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.41 g; Sód: 2427.53 mg; Potas: 5210.93 mg; Wapń: 996.68 mg; Fosfor: 1735.83 mg; Błonnik pokarmowy: 34.46 g; suma cukrów prostych: 109.28 g; Woda: 1923.11 g; Popiół: 19.51 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL MYSŁOWICE

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-11-20	**Dieta: LEKKAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z ryżem 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta twarogowa z koperkiem 40g (***MLEKO***), Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), sałata liść 5g , Cukier 10g ,	zupa barszcz biały 400ml (***MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ***), ziemniaki 250g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 10g , Buraki gotowane tarte 150g , Schab duszony w ziołach 100g ,	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:** Banan 1 szt. ,
Wartości odżywcze: Energia: 2638.18 kcal; Energia: 10553.59 kJ; Białko ogółem: 105.71 g; białko zwierzęce: 67.83 g; białko roślinne: 36.48 g; Tłuszcz: 98.13 g; Węglowodany ogółem: 416.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.69 g; Sód: 2265.15 mg; Potas: 5299.12 mg; Wapń: 853.02 mg; Fosfor: 1782.21 mg; Błonnik pokarmowy: 30.91 g; suma cukrów prostych: 108.24 g; Woda: 1880.75 g; Popiół: 20.50 g;		
środa 2024-11-20	**Dieta: CUKRZYCOWAMYSŁOWICE**	
zupa mleczna z ryżem 300ml (***MLEKO***), Pieczywo mieszane 130g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), serek fromage 40g (***MLEKO***), Kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), ogórek zielony 50g , **II Śniadanie:** owoc sezonowy 150g ,	zupa barszcz biały 400ml (***MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ***), ziemniaki 250g , kompot 250ml Z gorzki , Brukselka na parze 80g , Schab duszony w ziołach 100g , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1 szt.(150g) (***MLEKO***),	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: 2904.16 kcal; Energia: 11500.67 kJ; Białko ogółem: 111.30 g; białko zwierzęce: 67.87 g; białko roślinne: 41.43 g; Tłuszcz: 103.22 g; Węglowodany ogółem: 472.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.63 g; Sód: 2309.61 mg; Potas: 5154.20 mg; Wapń: 1224.47 mg; Fosfor: 1902.37 mg; Błonnik pokarmowy: 45.15 g; suma cukrów prostych: 65.19 g; Woda: 1990.62 g; Popiół: 20.22 g;		

Dietetyk

.....

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone