

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-04-20 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Połędwica premium 40g, Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Zapiekanek makaronowa 300g (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml, Podwieczorek: Deser budyniowy 175g,	Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Szynka gotowana 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek konserwowy 100g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2987.90 kcal; Białko ogółem: 113.07 g; białko zwierzęce: 66.39 g; Tłuszcz: 109.57 g; Węglowodany ogółem: 395.12 g; Sód: 3118.64 mg; Potas: 3799.06 mg; Magnez: 409.91 mg; Wapń: 888.83 mg; Żelazo: 14.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1142.37 ug; Błonnik pokarmowy: 28.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.35 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.30 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 70.94 g; suma cukrów prostych: 55.38 g;		
poniedziałek 2026-04-20 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Chleb krojony mały 50g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Połędwica premium 40g, Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Marchewka oprószana 200g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Deser budyniowy 175g,	Chleb krojony mały 100g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Pasta mięsna 80g (SELER), Szynka gotowana 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2309.04 kcal; Białko ogółem: 94.18 g; białko zwierzęce: 64.85 g; Tłuszcz: 95.50 g; Węglowodany ogółem: 274.83 g; Sód: 1747.57 mg; Potas: 5196.89 mg; Magnez: 356.15 mg; Wapń: 682.15 mg; Żelazo: 10.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 421.03 ug; Błonnik pokarmowy: 25.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.87 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.28 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 62.46 g; suma cukrów prostych: 53.71 g;		
poniedziałek 2026-04-20 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 120g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Połędwica premium 40g, Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Zapiekanek makaronowa 300g (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok pomidorowy 200ml,	Chleb krojony mały pszenno-żytni 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajo gotowane 1 szt (JAJ), Szynka gotowana 50g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek konserwowy 100g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2675.42 kcal; Białko ogółem: 108.24 g; białko zwierzęce: 68.00 g; Tłuszcz: 100.64 g; Węglowodany ogółem: 340.45 g; Sód: 3286.23 mg; Potas: 3968.93 mg; Magnez: 398.87 mg; Wapń: 882.23 mg; Żelazo: 14.26 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1241.37 ug; Błonnik pokarmowy: 26.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.84 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.87 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 36.71 g; suma cukrów prostych: 54.57 g;		
poniedziałek 2026-04-20 Dieta: ZOL-DIETA Z OGR.ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Chleb krojony mały pszenno-żytni 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Połędwica premium 40g, Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mandarynka 200g,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Zapiekanek makaronowa 300g (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml, Podwieczorek: Sok pomidorowy 200ml,	Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb wiejski krojony 50g (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka gotowana 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajko 1 szt (JAJ), Ogórek konserwowy 100g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2789.60 kcal; Białko ogółem: 109.11 g; białko zwierzęce: 66.32 g; Tłuszcz: 94.56 g; Węglowodany ogółem: 379.79 g; Sód: 3302.80 mg; Potas: 4152.28 mg; Magnez: 371.63 mg; Wapń: 923.75 mg; Żelazo: 13.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1276.57 ug; Błonnik pokarmowy: 25.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.85 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.71 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 34.97 g; suma cukrów prostych: 68.30 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-04-20		
Dieta: ZOL-DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Chleb krojony mały pszenno-żytni 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Polędwica premium 40g, Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mandarynka 200g,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Zapiekanka makaronowa 300g (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Kompot 200ml, Podwieczorek: Deser budyniowy 175g,	Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Sznycza gotowana 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajko 1 szt (JAJ), Ogórek konserwowy 100g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2756.76 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; białko zwierzęce: 66.28 g; Tłuszcz: 103.82 g; Węglowodany ogółem: 352.86 g; Sód: 2900.60 mg; Potas: 3815.04 mg; Magnez: 349.39 mg; Wapń: 908.71 mg; Żelazo: 12.89 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1177.57 ug; Błonnik pokarmowy: 22.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.67 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.25 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 69.87 g; suma cukrów prostych: 67.76 g;		
wtorek 2026-04-21		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300g (MLEKO), Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg z pietruszką 80g (MLEKO), Papryka czerwona 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa koperkowa 400ml (GLUTEN, SELER), Zraz mielony 100g (GLUTEN, JAJ), Sos pomidorowy 80g (MLEKO, GLUTEN), Surówka z marchwii i jabłka 200g (MLEKO), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kurczak gotowany 40g, Pasta rybna z dorsza i łososia 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, RYB, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 3166.36 kcal; Białko ogółem: 124.29 g; białko zwierzęce: 75.25 g; Tłuszcz: 113.05 g; Węglowodany ogółem: 429.16 g; Sód: 2023.85 mg; Potas: 5825.35 mg; Magnez: 467.13 mg; Wapń: 948.18 mg; Żelazo: 14.59 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3892.03 ug; Błonnik pokarmowy: 39.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.82 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 20.79 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.12 g; suma cukrów prostych: 80.66 g;		
wtorek 2026-04-21		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300g (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Chleb krojony mały 50g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg z pietruszką 80g (MLEKO), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa koperkowa 400ml (GLUTEN, SELER), Pulpet gotowany 100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Sos pomidorowy 80g (MLEKO, GLUTEN), Sałatka z jarzyn gotowanych 200g (SELER), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 100g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kurczak gotowany 40g, Pasta rybna z dorsza i łososia 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, RYB, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2314.81 kcal; Białko ogółem: 109.42 g; białko zwierzęce: 75.41 g; Tłuszcz: 82.98 g; Węglowodany ogółem: 289.42 g; Sód: 2995.33 mg; Potas: 5381.74 mg; Magnez: 356.45 mg; Wapń: 891.41 mg; Żelazo: 10.94 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2511.85 ug; Błonnik pokarmowy: 26.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.79 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.58 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.68 g; suma cukrów prostych: 66.14 g;		
wtorek 2026-04-21		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300g (MLEKO), Chleb razowy 120g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg z pietruszką 80g (MLEKO), Papryka czerwona 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa koperkowa 400ml (GLUTEN, SELER), Zraz mielony 100g (GLUTEN, JAJ), Sos pomidorowy 80g (MLEKO, GLUTEN), Surówka z marchwii i jabłka 200g (MLEKO), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały pszenno-żytni 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kurczak gotowany 40g, Pasta rybna z dorsza i łososia 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, RYB, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2902.58 kcal; Białko ogółem: 117.55 g; białko zwierzęce: 75.84 g; Tłuszcz: 112.39 g; Węglowodany ogółem: 369.09 g; Sód: 1961.84 mg; Potas: 5719.62 mg; Magnez: 447.09 mg; Wapń: 969.08 mg; Żelazo: 13.32 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3889.03 ug; Błonnik pokarmowy: 35.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.85 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 20.09 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 42.01 g; suma cukrów prostych: 77.87 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-04-21		
Dieta: ZOL-DIETA Z OGR.ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300g (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Chleb krojony mały pszenno-żytni 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg z pietruszką 80g (MLEKO), Papryka czerwona 100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Banan 1szt (200g) ,	Zupa koperkowa 400ml (GLUTEN, SELER), Zraz mielony 100g (GLUTEN, JAJ), Sos pomidorowy 80g (MLEKO, GLUTEN), Surówka z marchwii i jabłka 200g (MLEKO), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kurczak gotowany 40g , Pasta rybna z dorsza i łososia 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, RYB, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2948.22 kcal; Białko ogółem: 116.91 g; białko zwierzęce: 75.83 g; Tłuszcz: 107.70 g; Węglowodany ogółem: 369.49 g; Sód: 1819.81 mg; Potas: 5484.33 mg; Magnez: 374.61 mg; Wapń: 944.06 mg; Żelazo: 11.93 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3892.23 ug; Błonnik pokarmowy: 29.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.41 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.63 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 41.15 g; suma cukrów prostych: 77.04 g;		
wtorek 2026-04-21		
Dieta: ZOL-DIETA PODSTAWOWA		
zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300g (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Chleb krojony mały pszenno-żytni 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg z pietruszką 80g (MLEKO), Papryka czerwona 100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Banan 1szt (200g) ,	Zupa koperkowa 400ml (GLUTEN, SELER), Zraz mielony 100g (GLUTEN, JAJ), Sos pomidorowy 80g (MLEKO, GLUTEN), Surówka z marchwii i jabłka 200g (MLEKO), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLEKO),	Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Kurczak gotowany 40g , Pasta rybna z dorsza i łososia 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, RYB, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2948.22 kcal; Białko ogółem: 116.31 g; białko zwierzęce: 75.13 g; Tłuszcz: 107.20 g; Węglowodany ogółem: 371.49 g; Sód: 1803.81 mg; Potas: 5463.33 mg; Magnez: 372.61 mg; Wapń: 908.06 mg; Żelazo: 12.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3895.23 ug; Błonnik pokarmowy: 29.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.10 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.65 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 41.00 g; suma cukrów prostych: 78.84 g;		
środa 2026-04-22		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Pomidor 100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (SELER), bitki w sosie (100g+80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Surówka z kapusty kiszzonej 200g , Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Pomarańcza 1szt. ,	Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Polędwica sopocka 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórki konserwowe 100g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2714.52 kcal; Białko ogółem: 100.69 g; białko zwierzęce: 57.29 g; Tłuszcz: 80.13 g; Węglowodany ogółem: 384.28 g; Sód: 1899.65 mg; Potas: 3762.32 mg; Magnez: 372.18 mg; Wapń: 1163.33 mg; Żelazo: 12.91 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1809.82 ug; Błonnik pokarmowy: 35.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.57 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.39 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.29 g; suma cukrów prostych: 64.13 g;		
środa 2026-04-22		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Chleb krojony mały 50g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka z piersi indyczej 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Kawa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (SELER), Gulasz drobiowy 180g (100g mięsa+80g sos) (GLUTEN), Szpinak na gęsto 200g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Pomarańcza 1szt. ,	Chleb krojony mały 100g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Polędwica sopocka 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1975.77 kcal; Białko ogółem: 90.74 g; białko zwierzęce: 60.51 g; Tłuszcz: 64.12 g; Węglowodany ogółem: 261.69 g; Sód: 1321.97 mg; Potas: 4646.57 mg; Magnez: 375.28 mg; Wapń: 926.30 mg; Żelazo: 13.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2380.36 ug; Błonnik pokarmowy: 22.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.89 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.57 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 19.75 g; suma cukrów prostych: 60.32 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-04-22		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 120g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 60g (MLEKO), Dżem 50g, Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (SELER), Bitki w sosie (80g+80g) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Surówka z kapusty kiszanej 200g, Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), Kompot 250ml, Podwieczorek: Pomarańcza 1szt. ,	Chleb krojony mały pszenno-żytni70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Polędwica sopocka 60g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórki konserwowe 100g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2625.54 kcal; Białko ogółem: 102.37 g; białko zwierzęce: 66.04 g; Tłuszcz: 85.95 g; Węglowodany ogółem: 350.05 g; Sód: 1915.74 mg; Potas: 3851.14 mg; Magnez: 370.64 mg; Wapń: 1399.83 mg; Żelazo: 12.13 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1878.67 ug; Błonnik pokarmowy: 33.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.49 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.05 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.31 g; suma cukrów prostych: 85.63 g;		
środa 2026-04-22		
Dieta: ZOL-DIETA Z OGR.ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Chleb krojony mały pszenno-żytni70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Sok pomidorowy200ml ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (SELER), bitki w sosie(100g+80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Surówka z kapusty kiszanej 200g, Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Pomarańcza 1szt. ,	Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Polędwica sopocka 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórki konserwowe 100g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2413.38 kcal; Białko ogółem: 92.51 g; białko zwierzęce: 57.17 g; Tłuszcz: 74.18 g; Węglowodany ogółem: 322.91 g; Sód: 1872.61 mg; Potas: 3660.30 mg; Magnez: 286.66 mg; Wapń: 1131.21 mg; Żelazo: 10.86 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1912.02 ug; Błonnik pokarmowy: 27.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.90 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.36 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.19 g; suma cukrów prostych: 62.41 g;		
środa 2026-04-22		
Dieta: ZOL-DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Chleb krojony mały pszenno-żytni70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Sok pomidorowy200ml ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (SELER), bitki w sosie(100g+80g sos) (GLUTEN, MIĘSO WIEP), Surówka z kapusty kiszanej 200g, Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Pomarańcza 1szt. ,	Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Polędwica sopocka 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórki konserwowe 100g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2413.38 kcal; Białko ogółem: 92.51 g; białko zwierzęce: 57.17 g; Tłuszcz: 74.18 g; Węglowodany ogółem: 322.91 g; Sód: 1872.61 mg; Potas: 3660.30 mg; Magnez: 286.66 mg; Wapń: 1131.21 mg; Żelazo: 10.86 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1912.02 ug; Błonnik pokarmowy: 27.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.90 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.36 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.19 g; suma cukrów prostych: 62.41 g;		
czwartek 2026-04-23		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka z koła 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajko 1 szt (JAJ), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Rosół z lanym ciastem 400ml (GLUTEN, JAJ, SELER), Kluski z sosem pieczarkowym ok. 8szt. (GLUTEN), Surówka z kapusty pekińskiej 200g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot 200ml, Podwieczorek: sok owocowy 1szt. ,	Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasztet z blachy80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK, SOJA, GORCZYCA), Ogórek kiszony 100g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3242.05 kcal; Białko ogółem: 107.58 g; białko zwierzęce: 56.52 g; Tłuszcz: 117.03 g; Węglowodany ogółem: 447.19 g; Sód: 2326.48 mg; Potas: 4248.38 mg; Magnez: 432.23 mg; Wapń: 937.63 mg; Żelazo: 17.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2356.76 ug; Błonnik pokarmowy: 33.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.44 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 21.41 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 44.90 g; suma cukrów prostych: 61.95 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-04-23		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Chleb krojony mały 50g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka z kotła 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Twaróg 70g (MLEKO), Pomidor 100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Rosół z lanym ciastem 400ml (GLUTEN, JAJ, SELER), Kluski z masłem 8szt (MLEKO), Marchewka oprószana 200g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: sok owocowy 1szt ,	Chleb krojony mały 50g (GLUTEN, ŻYTO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), pasztet z pieca 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK , SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2452.76 kcal; Białko ogółem: 88.42 g; białko zwierzęce: 56.80 g; Tłuszcz: 97.55 g; Węglowodany ogółem: 306.82 g; Sód: 2400.57 mg; Potas: 3680.49 mg; Magnez: 285.95 mg; Wapń: 858.71 mg; Żelazo: 10.68 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4736.42 ug; Błonnik pokarmowy: 21.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.22 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.37 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 36.71 g; suma cukrów prostych: 56.53 g;		
czwartek 2026-04-23		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 120g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka z kotła 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajko 1 szt (JAJ), Pomidor 100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Rosół z lanym ciastem 400ml (GLUTEN, JAJ, SELER), Kluski z sosem pieczarkowym ok. 8szt. (GLUTEN), Surówka z kapusty pekińskiej 200g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok buraczano-marchwiowy200ml (SELER),	Chleb krojony mały pszenno-żytni70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasztet z blachy80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK , SOJA, GORCZYCA), Ogórek kiszony 100g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3002.27 kcal; Białko ogółem: 100.24 g; białko zwierzęce: 56.42 g; Tłuszcz: 115.87 g; Węglowodany ogółem: 389.13 g; Sód: 2248.48 mg; Potas: 4121.65 mg; Magnez: 410.19 mg; Wapń: 922.53 mg; Żelazo: 15.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2356.76 ug; Błonnik pokarmowy: 30.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.17 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 31.62 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 44.64 g; suma cukrów prostych: 60.96 g;		
czwartek 2026-04-23		
Dieta: ZOL-DIETA Z OGR.ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Chleb krojony mały pszenno-żytni70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka z kotła 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajko 1 szt (JAJ), Pomidor 100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mandarynka 200g ,	Rosół z lanym ciastem 400ml (GLUTEN, JAJ, SELER), Kluski z sosem pieczarkowym ok. 8szt. (GLUTEN), Kompot 200ml , Surówka z kapusty pekińskiej 200g (MLEKO, JAJ, SELER, SOJA, GORCZYCA), Podwieczorek: Sok buraczano-marchwiowy200ml (SELER),	Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), pasztet z blachy80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, DWUTLENEK , SOJA, GORCZYCA), Ogórek kiszony 100g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 3034.91 kcal; Białko ogółem: 99.80 g; białko zwierzęce: 56.40 g; Tłuszcz: 111.28 g; Węglowodany ogółem: 404.93 g; Sód: 2108.44 mg; Potas: 4264.36 mg; Magnez: 371.71 mg; Wapń: 957.51 mg; Żelazo: 15.06 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2391.96 ug; Błonnik pokarmowy: 28.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.76 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 28.25 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 43.84 g; suma cukrów prostych: 74.33 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-04-24		
Dieta: ZOL-DIETA Z OGR.ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z ryżem 300ml (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajecznica (2szt.) (JAJ), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Banan 1szt (200g) ,	Zupa grysikowa 400ml (GLUTEN, SELER), Pulpet rybny smażony 100g (GLUTEN, SELER, RYB), Sałatka z kapusty białej 200g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Sok pomidorowy 200ml ,	Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Smalczyk z białej fasoli 80g (ROŚ), Szynkowa dębowa 40g , Pomidor 100g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2777.84 kcal; Białko ogółem: 129.47 g; białko zwierzęce: 76.53 g; Tłuszcz: 88.05 g; Węglowodany ogółem: 368.68 g; Sód: 3072.59 mg; Potas: 5741.30 mg; Magnez: 472.67 mg; Wapń: 997.58 mg; Żelazo: 19.34 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1648.60 ug; Błonnik pokarmowy: 38.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.88 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.36 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.83 g; suma cukrów prostych: 59.01 g;		
piątek 2026-04-24		
Dieta: ZOL-DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z ryżem 300ml (MLEKO), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Jajecznica (2szt.) (JAJ), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Banan 1szt (200g) ,	Zupa grysikowa 400ml (GLUTEN, SELER), Pulpet rybny smażony 100g (GLUTEN, SELER, RYB), Sałatka z kapusty białej 200g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Wafelek 2szt. (MLEKO, GLUTEN, ORZ, SOJA),	Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Smalczyk z białej fasoli 80g (ROŚ), Szynkowa dębowa 40g , Pomidor 100g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2971.84 kcal; Białko ogółem: 130.83 g; białko zwierzęce: 78.13 g; Tłuszcz: 98.65 g; Węglowodany ogółem: 390.98 g; Sód: 2879.59 mg; Potas: 5546.50 mg; Magnez: 471.27 mg; Wapń: 1023.98 mg; Żelazo: 19.16 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1574.00 ug; Błonnik pokarmowy: 37.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.83 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.45 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 37.11 g; suma cukrów prostych: 72.59 g;		
sobota 2026-04-25		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Polędwica premium 40g , Ogórek kiszony 100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400ml (SELER), Makaron razowy ze szpinakiem i mięsem drobiowym 300g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka gotowana 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g , Pomidor 100g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2483.32 kcal; Białko ogółem: 87.46 g; białko zwierzęce: 45.47 g; Tłuszcz: 74.12 g; Węglowodany ogółem: 371.32 g; Sód: 1744.80 mg; Potas: 2488.98 mg; Magnez: 308.53 mg; Wapń: 501.66 mg; Żelazo: 11.29 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1094.83 ug; Błonnik pokarmowy: 25.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.75 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.45 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 23.13 g; suma cukrów prostych: 54.43 g;		
sobota 2026-04-25		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Chleb krojony mały 50g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Polędwica premium 40g , Pomidor 100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400ml (SELER), Makaron razowy ze szpinakiem i mięsem drobiowym 300g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	Chleb krojony mały 100g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szynka gotowana 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Dżem porcja 1szt. 25g , Pomidor 100g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1920.88 kcal; Białko ogółem: 70.58 g; białko zwierzęce: 42.90 g; Tłuszcz: 62.06 g; Węglowodany ogółem: 264.93 g; Sód: 1429.31 mg; Potas: 2276.51 mg; Magnez: 193.31 mg; Wapń: 389.21 mg; Żelazo: 8.18 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1205.98 ug; Błonnik pokarmowy: 14.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.99 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 9.52 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 20.23 g; suma cukrów prostych: 56.20 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-04-25		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Chleb razowy 120g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Połędwica premium 40g , Ogórek kiszony 100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ryżowa z pietruszką 400ml (SELER), Makaron razowy ze szpinakiem i mięsem drobiowym 300g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	Chleb krojony mały pszenno-żytni70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka gotowana 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g , Pomidor 100g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2219.54 kcal; Białko ogółem: 80.12 g; białko zwierzęce: 45.37 g; Tłuszcz: 72.95 g; Węglowodany ogółem: 313.25 g; Sód: 1666.80 mg; Potas: 2362.25 mg; Magnez: 286.49 mg; Wapń: 486.56 mg; Żelazo: 10.12 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1094.83 ug; Błonnik pokarmowy: 22.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.48 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.78 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.86 g; suma cukrów prostych: 53.44 g;		
sobota 2026-04-25		
Dieta: ZOL-DIETA Z OGR.ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Chleb krojony mały pszenno-żytni70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Połędwica premium 40g , Ogórek kiszony 100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mandarynka 200g ,	Zupa ryżowa z pietruszką 400ml (SELER), Makaron razowy ze szpinakiem i mięsem drobiowym 300g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb wiejski krojony 50g (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka gotowana 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g , Pomidor 100g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2359.02 kcal; Białko ogółem: 82.70 g; białko zwierzęce: 45.40 g; Tłuszcz: 68.90 g; Węglowodany ogółem: 352.68 g; Sód: 1735.96 mg; Potas: 2582.20 mg; Magnez: 261.25 mg; Wapń: 528.58 mg; Żelazo: 9.92 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1130.03 ug; Błonnik pokarmowy: 21.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.20 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.76 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.14 g; suma cukrów prostych: 67.25 g;		
sobota 2026-04-25		
Dieta: ZOL-DIETA PODSTAWOWA		
Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Chleb krojony mały pszenno-żytni70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Połędwica premium 40g , Ogórek kiszony 100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Mandarynka 200g ,	Zupa ryżowa z pietruszką 400ml (SELER), Makaron razowy ze szpinakiem i mięsem drobiowym 300g (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem 200g ,	Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńka gotowana 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Serek topiony 17,5g , Pomidor 100g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2252.18 kcal; Białko ogółem: 79.68 g; białko zwierzęce: 45.35 g; Tłuszcz: 68.36 g; Węglowodany ogółem: 329.05 g; Sód: 1526.76 mg; Potas: 2504.96 mg; Magnez: 248.01 mg; Wapń: 521.54 mg; Żelazo: 9.34 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1130.03 ug; Błonnik pokarmowy: 20.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.07 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.40 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.07 g; suma cukrów prostych: 66.81 g;		
niedziela 2026-04-26		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Parówkiz z szynki 80g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Musztarda 20g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Pomidor 100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa rosół z makaronem 400ml (GLUTEN, JAJ, SELER), Pałki z kurczaka pieczone 200g (2szt.),sos pieczeniowy 80g (GLUTEN), Sałatka z kapusty czerwonej 200g , Ziemniaki gotowane 200g , Kompot 200ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (150g) (MLEKO),	Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Szyńkowa dębowa 40g , Rzodkiewka drobno potarta 100g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2711.39 kcal; Białko ogółem: 128.88 g; białko zwierzęce: 87.17 g; Tłuszcz: 107.31 g; Węglowodany ogółem: 340.22 g; Sód: 1445.69 mg; Potas: 4882.91 mg; Magnez: 354.20 mg; Wapń: 709.47 mg; Żelazo: 11.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 680.60 ug; Błonnik pokarmowy: 32.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.70 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.68 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.03 g; suma cukrów prostych: 47.78 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-04-27 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Pasta jajeczno-twarogowa 80g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Ogórki konserwowe 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Fasolka po bretońsku 300g (GLUTEN, ROŚ), Bułka zwykła 50g 1 szt (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (150g) (MLEKO),	Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Polędwica premium 40g, Pomidor 100g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2949.54 kcal; Białko ogółem: 135.94 g; białko zwierzęce: 59.90 g; Tłuszcz: 88.55 g; Węglowodany ogółem: 430.36 g; Sód: 1834.59 mg; Potas: 4711.06 mg; Magnez: 529.38 mg; Wapń: 977.02 mg; Żelazo: 18.87 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1228.11 ug; Błonnik pokarmowy: 42.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.53 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.25 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 27.70 g; suma cukrów prostych: 77.29 g;		
poniedziałek 2026-04-27 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Chleb krojony mały 50g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Pasta jajeczno-twarogowa 80g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Pulpet gotowany 100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Buraki 200g, Sos pomidorowy 80g (MLEKO, GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (150g) (MLEKO),	Chleb krojony mały 100g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Polędwica premium 40g, Pomidor 100g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2498.73 kcal; Białko ogółem: 118.82 g; białko zwierzęce: 70.38 g; Tłuszcz: 87.16 g; Węglowodany ogółem: 305.64 g; Sód: 3073.39 mg; Potas: 5530.38 mg; Magnez: 375.00 mg; Wapń: 893.19 mg; Żelazo: 14.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1493.31 ug; Błonnik pokarmowy: 24.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.24 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.50 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.76 g; suma cukrów prostych: 87.27 g;		
poniedziałek 2026-04-27 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Chleb razowy 120g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Pasta jajeczno-twarogowa 80g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Fasolka po bretońsku 300g (GLUTEN, ROŚ), Bułka zwykła 50g 1 szt (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek do chleba 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały pszenno-żytni 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Polędwica premium 40g, Pomidor 100g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2649.76 kcal; Białko ogółem: 114.29 g; białko zwierzęce: 44.80 g; Tłuszcz: 118.31 g; Węglowodany ogółem: 354.05 g; Sód: 1845.64 mg; Potas: 4753.53 mg; Magnez: 507.59 mg; Wapń: 892.46 mg; Żelazo: 18.04 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1645.31 ug; Błonnik pokarmowy: 40.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.52 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.11 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.39 g; suma cukrów prostych: 54.76 g;		
poniedziałek 2026-04-27 Dieta: ZOL-DIETA Z OGR.ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Chleb krojony mały pszenno-żytni 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Pasta jajeczno-twarogowa 80g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Pomarańcza 1szt.,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Fasolka po bretońsku 300g (GLUTEN, ROŚ), Bułka zwykła 50g 1 szt (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Serek do chleba 1szt. (MLEKO),	Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Polędwica premium 40g, Pomidor 100g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2686.40 kcal; Białko ogółem: 114.45 g; białko zwierzęce: 44.78 g; Tłuszcz: 113.72 g; Węglowodany ogółem: 370.05 g; Sód: 1709.60 mg; Potas: 4884.24 mg; Magnez: 459.11 mg; Wapń: 933.44 mg; Żelazo: 17.46 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1686.51 ug; Błonnik pokarmowy: 37.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.11 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.74 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.61 g; suma cukrów prostych: 61.73 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-04-27 Dieta: ZOL-DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z makaronem 300ml (MLEKO, GLUTEN, JAJ), Chleb wiejski krojony 50g (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Pasta jajeczno-twarogowa 80g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Pomarańcza 1szt. ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Fasolka po bretońsku 300g (GLUTEN, ROŚ), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Kompot 200ml , Podwieczorek: Serek waniliowy 1szt. (150g) (MLEKO),	Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Polędwica premium 40g, Pomidor 100g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2850.00 kcal; Białko ogółem: 133.29 g; białko zwierzęce: 59.82 g; Tłuszcz: 83.20 g; Węglowodany ogółem: 417.67 g; Sód: 1844.73 mg; Potas: 5071.52 mg; Magnez: 481.27 mg; Wapń: 1015.38 mg; Żelazo: 18.34 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1373.81 ug; Błonnik pokarmowy: 40.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.93 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.72 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 26.57 g; suma cukrów prostych: 79.42 g;		
wtorek 2026-04-28 Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą maną 300g, (MLEKO, GLUTEN), Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet pieczony premium 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajko 1 szt (JAJ), Ogórek kiszony 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie - kostka (100g+80g sos) (GLUTEN), Surówka z kapusty białej 200g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko pieczone 200g ,	Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg z pietruszką 80g (MLEKO), Kiełbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2994.31 kcal; Białko ogółem: 143.01 g; białko zwierzęce: 100.87 g; Tłuszcz: 89.80 g; Węglowodany ogółem: 416.04 g; Sód: 2878.43 mg; Potas: 5229.20 mg; Magnez: 459.93 mg; Wapń: 913.19 mg; Żelazo: 14.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1424.84 ug; Błonnik pokarmowy: 36.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.49 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 14.25 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.32 g; suma cukrów prostych: 89.97 g;		
wtorek 2026-04-28 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą maną 300g, (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Chleb krojony mały 50g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet pieczony premium 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Miód 1szt. , Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie - kostka (100g+80g sos) (GLUTEN), Marchewka oprószana 200g (GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko pieczone 200g ,	Chleb krojony mały 100g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg z pietruszką 80g (MLEKO), Kiełbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2433.00 kcal; Białko ogółem: 115.32 g; białko zwierzęce: 88.24 g; Tłuszcz: 76.80 g; Węglowodany ogółem: 324.99 g; Sód: 2089.51 mg; Potas: 4848.34 mg; Magnez: 330.80 mg; Wapń: 739.84 mg; Żelazo: 10.01 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3965.59 ug; Błonnik pokarmowy: 25.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.95 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.10 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.63 g; suma cukrów prostych: 84.21 g;		
wtorek 2026-04-28 Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą maną 300g, (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 120g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet pieczony premium 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajko 1 szt (JAJ), Ogórek kiszony 100g, Kawa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie - kostka (100g+80g sos) (GLUTEN), Surówka z kapusty białej 200g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Jabłko pieczone 200g ,	Chleb krojony mały pszenno-żytni 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg z pietruszką 80g (MLEKO), Kiełbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2781.53 kcal; Białko ogółem: 139.07 g; białko zwierzęce: 104.17 g; Tłuszcz: 90.64 g; Węglowodany ogółem: 362.87 g; Sód: 2845.43 mg; Potas: 5243.47 mg; Magnez: 449.89 mg; Wapń: 1018.09 mg; Żelazo: 13.88 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1449.84 ug; Błonnik pokarmowy: 33.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.40 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.63 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.69 g; suma cukrów prostych: 93.88 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-04-28		
Dieta: ZOL-DIETA Z OGR.ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
zupa mleczna z kaszą manną 300g, (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Chleb krojony mały pszenno-żytni70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet pieczony premium 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajko 1 szt (JAJ), Ogórek kiszony 100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Serek wiejski 1szt. (MLEKO),	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie - kostka (100g+80g sos) (GLUTEN), Surówka z kapusty białej 200g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot200ml , Podwieczorek: Jabłko pieczone 200g ,	Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg z pietruszką 80g (MLEKO), Kiełbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2733.17 kcal; Białko ogółem: 134.43 g; białko zwierzęce: 100.75 g; Tłuszcz: 83.85 g; Węglowodany ogółem: 364.97 g; Sód: 2659.39 mg; Potas: 5087.18 mg; Magnez: 380.41 mg; Wapń: 890.07 mg; Żelazo: 12.69 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1435.04 ug; Błonnik pokarmowy: 27.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.79 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.19 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 29.22 g; suma cukrów prostych: 95.95 g;		
wtorek 2026-04-28		
Dieta: ZOL-DIETA PODSTAWOWA		
zupa mleczna z kaszą manną 300g, (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g(1), (GLUTEN), Chleb krojony mały pszenno-żytni70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet pieczony premium 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jajko 1 szt (JAJ), Ogórek kiszony 100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Deser budyniowy 175g ,	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (GLUTEN, SELER), filet drobiowy w sosie - kostka (100g+80g sos) (GLUTEN), Surówka z kapusty białej 200g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Ziemniaki gotowane 200g , Kompot200ml , Podwieczorek: Jabłko pieczone 200g ,	Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg z pietruszką 80g (MLEKO), Kiełbasa szynkowa 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2767.17 kcal; Białko ogółem: 134.03 g; białko zwierzęce: 100.75 g; Tłuszcz: 93.65 g; Węglowodany ogółem: 351.37 g; Sód: 2658.39 mg; Potas: 4867.18 mg; Magnez: 365.41 mg; Wapń: 873.07 mg; Żelazo: 12.39 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1428.04 ug; Błonnik pokarmowy: 26.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.77 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.12 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 64.20 g; suma cukrów prostych: 88.15 g;		
środa 2026-04-29		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi300ml (MLEKO, GLUTEN), chleb krojony mały120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Rzodkiewka drobno potarta 100g , Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Pulpet gotowany 100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Kompot 200ml , Sos pomidorowy 80g (MLEKO, GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g , Szpinak na gęsto 200g , Podwieczorek: Kiwi 200g ,	Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Pasta rybna z dorsza i łososia 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, RYB, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2725.47 kcal; Białko ogółem: 108.62 g; białko zwierzęce: 60.17 g; Tłuszcz: 96.97 g; Węglowodany ogółem: 367.97 g; Sód: 2687.16 mg; Potas: 5664.91 mg; Magnez: 485.72 mg; Wapń: 1240.11 mg; Żelazo: 17.04 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2477.03 ug; Błonnik pokarmowy: 33.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.24 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.90 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.38 g; suma cukrów prostych: 54.14 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-04-29		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Chleb krojony mały pszenno-żytni 50g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Dżem 50g, Twaróg 70g (MLEKO), Rzodkiewka drobno potarta 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Rosół z lanym ciastem 400ml (GLUTEN, JAJ, SELER), Pulpet gotowany 100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Kompot 200ml, Sos pomidorowy 80g (MLEKO, GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak na gęsto 200g, Podwieczorek: Kiwi 200g,	Chleb krojony mały pszenno-żytni 50g (GLUTEN, ŻYTO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Pasta rybna z dorsza i łososia 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, RYB, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2689.68 kcal; Białko ogółem: 115.87 g; białko zwierzęce: 70.33 g; Tłuszcz: 91.40 g; Węglowodany ogółem: 358.83 g; Sód: 2616.55 mg; Potas: 4836.31 mg; Magnez: 423.51 mg; Wapń: 935.59 mg; Żelazo: 16.58 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2435.98 ug; Błonnik pokarmowy: 28.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.32 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.23 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 31.44 g; suma cukrów prostych: 71.99 g;		
środa 2026-04-29		
Dieta: DIETA Z OGR.ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Chleb razowy 120g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Rzodkiewka drobno potarta 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Pulpet gotowany 100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Kompot 200ml, Sos pomidorowy 80g (MLEKO, GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak na gęsto 200g, Podwieczorek: Kiwi 200g,	Chleb razowy 120g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Pasta rybna z dorsza i łososia 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, RYB, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2514.91 kcal; Białko ogółem: 102.94 g; białko zwierzęce: 60.10 g; Tłuszcz: 101.23 g; Węglowodany ogółem: 315.71 g; Sód: 2799.76 mg; Potas: 5766.75 mg; Magnez: 534.36 mg; Wapń: 1249.55 mg; Żelazo: 17.21 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2477.03 ug; Błonnik pokarmowy: 36.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.54 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 15.73 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.21 g; suma cukrów prostych: 54.10 g;		
środa 2026-04-29		
Dieta: ZOL-DIETA Z OGR.ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Chleb krojony mały pszenno-żytni 50g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Rzodkiewka drobno potarta 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Owsianka 100g szt. (MLEKO, GLUTEN),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Pulpet gotowany 100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Kompot 200ml, Sos pomidorowy 80g (MLEKO, GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak na gęsto 200g, Podwieczorek: Kiwi 200g,	Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Pasta rybna z dorsza i łososia 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, RYB, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2705.87 kcal; Białko ogółem: 107.32 g; białko zwierzęce: 60.14 g; Tłuszcz: 99.21 g; Węglowodany ogółem: 356.96 g; Sód: 2888.48 mg; Potas: 5855.63 mg; Magnez: 480.96 mg; Wapń: 1240.27 mg; Żelazo: 16.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2579.23 ug; Błonnik pokarmowy: 33.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.28 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.64 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 32.49 g; suma cukrów prostych: 53.90 g;		
środa 2026-04-29		
Dieta: ZOL-DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), Wek krojony 50g (GLUTEN), Bułka zwykła 50g 1szt (GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty 40g (MLEKO), Rzodkiewka drobno potarta 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Owsianka 100g szt. (MLEKO, GLUTEN),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Pulpet gotowany 100g (GLUTEN, JAJ, SELER), Kompot 200ml, Sos pomidorowy 80g (MLEKO, GLUTEN), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak na gęsto 200g, Podwieczorek: Kiwi 200g,	Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Pasta rybna z dorsza i łososia 80g (MLEKO, GLUTEN, JAJ, SELER, RYB, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2642.69 kcal; Białko ogółem: 106.83 g; białko zwierzęce: 62.40 g; Tłuszcz: 101.11 g; Węglowodany ogółem: 335.80 g; Sód: 2921.57 mg; Potas: 5880.67 mg; Magnez: 475.43 mg; Wapń: 1313.09 mg; Żelazo: 16.46 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2603.90 ug; Błonnik pokarmowy: 31.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.27 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 12.46 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 33.40 g; suma cukrów prostych: 57.06 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-04-30		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300g, (MLEKO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 80g (MLEKO), Żywiecka 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Żurek z ziemniakami 400ml (GLUTEN, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Sałatka z kapusty czerwonej 200g, Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Mandarynka 200g,	Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet pieczony premium 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek kiszony 100g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2894.04 kcal; Białko ogółem: 124.06 g; białko zwierzęce: 78.19 g; Tłuszcz: 86.76 g; Węglowodany ogółem: 421.43 g; Sód: 2486.16 mg; Potas: 5032.47 mg; Magnez: 464.94 mg; Wapń: 990.99 mg; Żelazo: 14.36 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 787.64 ug; Błonnik pokarmowy: 40.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.51 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 16.06 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 28.74 g; suma cukrów prostych: 78.14 g;		
czwartek 2026-04-30		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300g, (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Chleb krojony mały pszenno-żytni 50g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twaróg 70g (MLEKO), Żywiecka 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Buraki 200g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot 200ml, Podwieczorek: Mandarynka 200g,	Chleb krojony mały 100g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet pieczony premium 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2295.97 kcal; Białko ogółem: 107.51 g; białko zwierzęce: 74.14 g; Tłuszcz: 67.36 g; Węglowodany ogółem: 307.42 g; Sód: 3321.49 mg; Potas: 5953.08 mg; Magnez: 408.68 mg; Wapń: 928.82 mg; Żelazo: 14.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1064.32 ug; Błonnik pokarmowy: 28.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.06 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 8.03 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 22.02 g; suma cukrów prostych: 87.65 g;		
czwartek 2026-04-30		
Dieta: DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300g, (MLEKO), Chleb razowy 120g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Twarożek ze szczypiorkiem 80g (MLEKO), Żywiecka 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO),	Zupa ziemniaczana 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, GORCZYCA), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Sałatka z kapusty czerwonej 200g, Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Mandarynka 200g,	Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Chleb krojony razowo-słonecznikowy 50g (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet pieczony premium 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek kiszony 100g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2565.06 kcal; Białko ogółem: 115.26 g; białko zwierzęce: 76.26 g; Tłuszcz: 78.40 g; Węglowodany ogółem: 364.44 g; Sód: 3494.26 mg; Potas: 4798.30 mg; Magnez: 452.47 mg; Wapń: 986.85 mg; Żelazo: 12.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 930.82 ug; Błonnik pokarmowy: 37.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.09 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 13.54 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.67 g; suma cukrów prostych: 77.68 g;		
czwartek 2026-04-30		
Dieta: ZOL-DIETA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW PYSKOWICE		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300g, (MLEKO), Chleb wiejski krojony 70g (MLEKO, GLUTEN, ZIA, ŻYTO), Chleb krojony mały pszenno-żytni 50g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 80g (MLEKO), Żywiecka 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Sok warzywny 200ml,	Żurek z ziemniakami 400ml (GLUTEN, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Brokuł z wody 200g, Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Mandarynka 200g,	Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet pieczony premium 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek kiszony 100g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2640.24 kcal; Białko ogółem: 121.97 g; białko zwierzęce: 81.48 g; Tłuszcz: 78.02 g; Węglowodany ogółem: 373.13 g; Sód: 2590.33 mg; Potas: 5051.37 mg; Magnez: 413.86 mg; Wapń: 1060.87 mg; Żelazo: 12.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1248.54 ug; Błonnik pokarmowy: 31.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.62 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 10.73 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 25.16 g; suma cukrów prostych: 82.06 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Pyskowice		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-04-30		
Dieta: ZOL-DIETA PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300g, (MLEKO), Wek krojony 50g (GLUTEN), Chleb krojony mały 70g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Twarożek ze szczypiorkiem 80g (MLEKO), Żywiecka 40g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Pomidor 100g, Kawa z mlekiem 250 ml (MLEKO, GLUTEN, ŻYTO), II Śniadanie: Wafelek 2szt. (MLEKO, GLUTEN, ORZ, SOJA),	Żurek z ziemniakami 400ml (GLUTEN, ŻYTO), Potrawka z kurczaka 180g (GLUTEN, SELER), Brokuł z wody 200g, Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLUTEN), Kompot 200ml, Podwieczorek: Mandarynka 200g,	Chleb krojony mały 120g (GLUTEN, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Filet pieczony premium 40g (MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA), Ogórek kiszony 100g, Herbata 250ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2752.60 kcal; Białko ogółem: 119.11 g; białko zwierzęce: 79.69 g; Tłuszcz: 86.92 g; Węglowodany ogółem: 382.32 g; Sód: 2264.45 mg; Potas: 4747.85 mg; Magnez: 391.26 mg; Wapń: 957.19 mg; Żelazo: 12.49 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1084.14 ug; Błonnik pokarmowy: 30.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.48 g; kw. tłuszcz. wielonienasycone ogółem: 11.75 g; kw. tłuszcz. jednonienasycone ogółem: 30.08 g; suma cukrów prostych: 88.56 g;		

Dietetyk

.....