

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamińskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2023-12-10		
Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)		
Kasza kukurydz.na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, SOJ, MLE), Masło ex 10g (MLE), Polędwica drobiowa 50g , Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko gotowane 1 szt. ,	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Filet drob. w sosie koperkowym 80/120 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Jarzynka z wody gotowana 130g (SEL), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g (MLE), Pasta z białka jaja 50g , Szynka drobiowa 30g , Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt. (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2024.96 kcal; Energia: 7745.83 kJ; Białko ogółem: 87.59 g; białko zwierzęce: 61.04 g; białko roślinne: 20.32 g; Tłuszcz: 48.73 g; Węglowodany ogółem: 324.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.37 g; Sód: 1244.67 mg; Potas: 3965.35 mg; Wapń: 711.70 mg; Fosfor: 1196.14 mg; Błonnik pokarmowy: 25.79 g; suma cukrów prostych: 39.86 g; Woda: 1248.90 g; Popiół: 13.11 g;		
niedziela 2023-12-10		
Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)		
Kasza kukurydz.na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, SOJ, MLE), Masło ex 20g (MLE), Polędwica drobiowa 50g , Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko gotowane 1 szt. , II Śniadanie: Galaretką owocowa 200g ,	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Filet drob. w sosie koperkowym 80/120 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Jarzynka z wody gotowana 130g (SEL), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g (MLE), Pasta z białka jaja 50g , Polędwica drobiowa 30g , Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt. (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2019.05 kcal; Energia: 7885.02 kJ; Białko ogółem: 84.95 g; białko zwierzęce: 57.99 g; białko roślinne: 19.11 g; Tłuszcz: 60.14 g; Węglowodany ogółem: 313.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.84 g; Sód: 1218.41 mg; Potas: 3756.29 mg; Wapń: 708.90 mg; Fosfor: 1066.05 mg; Błonnik pokarmowy: 25.88 g; suma cukrów prostych: 49.21 g; Woda: 1255.49 g; Popiół: 12.60 g;		
niedziela 2023-12-10		
Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ (6)		
Pieczywo graham K 100g (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, SOJ, MLE), Masło ex 10g (MLE), Polędwica drobiowa 50g , Papryka św. 90g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. , II Śniadanie: Sok wielowarzywny 1szt. 300ml ,	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 (SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Mizeria z jogurtem 130g (MLE), Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 130g (SEL , *), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 80g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g (MLE), Jajka gotowane 2szt. (JAJ), Pomidor 90g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Pieczywo graham K 30g (GLU, MLE, *), Szynka indyk z pasieki 30g , Ogórek kiszony 40g , Kefir 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2209.59 kcal; Energia: 8619.45 kJ; Białko ogółem: 85.35 g; białko zwierzęce: 60.29 g; białko roślinne: 21.88 g; Tłuszcz: 63.18 g; Węglowodany ogółem: 336.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.20 g; Sód: 3097.16 mg; Potas: 4433.13 mg; Wapń: 735.59 mg; Fosfor: 1559.84 mg; Błonnik pokarmowy: 33.34 g; suma cukrów prostych: 25.18 g; Woda: 1534.47 g; Popiół: 17.07 g;		
niedziela 2023-12-10		
Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)		
Kasza kukurydz.na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenne K 80g (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, SOJ, MLE), Masło ex 20g (MLE), Polędwica drobiowa 50g , Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g , II Śniadanie: Jabłko des. 1 szt. ,	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Filet drob. w sosie koperkowym 80/120 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Mizeria z jogurtem 130g (MLE), Kompot owocowy b/c 250ml , Podwieczerek: Sok Kubuś 1 szt. 300ml ,	Pieczywo pszenne K 80g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g (MLE), Jajko gotowane m 2 szt. (JAJ), Sałata ziel. 35g , Pomidor 40g , Posiłek nocny: Kefir 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2080.20 kcal; Energia: 8151.73 kJ; Białko ogółem: 87.49 g; białko zwierzęce: 67.38 g; białko roślinne: 18.39 g; Tłuszcz: 64.35 g; Węglowodany ogółem: 302.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.78 g; Sód: 1090.61 mg; Potas: 3473.47 mg; Wapń: 620.39 mg; Fosfor: 1242.35 mg; Błonnik pokarmowy: 17.84 g; suma cukrów prostych: 35.21 g; Woda: 1260.10 g; Popiół: 12.33 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamińskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2023-12-10		
Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenne K 80g (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, SOJ, MLE), Masło ex 20g (MLE), Polędwica drobiowa 50g , Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g , II Śniadanie: Jabłko des. 1 szt. ,	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Filet drob. w sosie koperkowym 80/120 (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Jarzynka z wody gotowana 130g (SEL), Kompot owocowy b/c 250ml , Podwieczorek: Sok Kubuś 1 szt. 300ml ,	Pieczywo pszenne K 80g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g (MLE), Jajko gotowane m 2 szt. (JAJ), Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g , Posiłek nocny: Kefir 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2065.67 kcal; Energia: 8125.17 kJ; Białko ogółem: 82.73 g; białko zwierzęce: 61.92 g; białko roślinne: 19.10 g; Tłuszcz: 60.20 g; Węglowodany ogółem: 319.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.62 g; Sód: 1312.20 mg; Potas: 3664.11 mg; Wapń: 628.19 mg; Fosfor: 1172.06 mg; Błonnik pokarmowy: 25.38 g; suma cukrów prostych: 39.12 g; Woda: 1233.43 g; Popiół: 12.56 g;		
niedziela 2023-12-10		
Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH IV/ (7, 8)		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, SOJ, MLE), Masło ex 10g (MLE), Polędwica drobiowa 50g , Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. ,	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 (SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Jarzynka z wody gotowana 130g (SEL), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g (MLE), Pasta z białka jaja 50g , Szyunka drobiowa 30g , Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Kefir 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2026.46 kcal; Energia: 7995.93 kJ; Białko ogółem: 85.97 g; białko zwierzęce: 60.64 g; białko roślinne: 19.40 g; Tłuszcz: 60.14 g; Węglowodany ogółem: 319.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.08 g; Sód: 1256.74 mg; Potas: 4123.19 mg; Wapń: 605.87 mg; Fosfor: 1167.28 mg; Błonnik pokarmowy: 29.52 g; suma cukrów prostych: 36.87 g; Woda: 1299.56 g; Popiół: 12.86 g;		
niedziela 2023-12-10		
Dieta: K. DIETA NISKOBIAŁKOWA VIII/ (10)		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, SOJ, MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Szyunka drobiowa 30g , Miód 50g /2szt./ , Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. ,	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Filet drob. w jarzyn. gotowany 40/50 (SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Jarzynka z wody gotowana 130g (SEL), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g (MLE), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Sałatka ryżowa z jarzynką 7-skt niskobiałkowa 200g (GLU, MLE, SEL, *), Posiłek nocny: Kefir 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2132.76 kcal; Energia: 8582.38 kJ; Białko ogółem: 50.95 g; białko zwierzęce: 34.94 g; białko roślinne: 19.03 g; Tłuszcz: 66.02 g; Węglowodany ogółem: 347.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.16 g; Sód: 1244.30 mg; Potas: 3971.36 mg; Wapń: 741.39 mg; Fosfor: 1018.96 mg; Błonnik pokarmowy: 30.04 g; suma cukrów prostych: 33.32 g; Woda: 1154.76 g; Popiół: 39.53 g;		
niedziela 2023-12-10		
Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)		
Kasza kukurydza na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, SOJ, MLE), Masło ex 20g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Papryka św. 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. ,	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Kotlety sojowe 3 szt. (GLU, SOJ, MLE), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Mizeria z jogurtem 130g (MLE), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g (MLE), Sałatka ryżowa z jarzynką 7-skt b/szynki 200g (GLU, MLE, SEL, *), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Kefir 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2110.15 kcal; Energia: 9676.96 kJ; Białko ogółem: 85.42 g; białko zwierzęce: 62.60 g; białko roślinne: 20.07 g; Tłuszcz: 55.91 g; Węglowodany ogółem: 321.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.71 g; Sód: 1552.11 mg; Potas: 3274.39 mg; Wapń: 1031.72 mg; Fosfor: 1153.91 mg; Błonnik pokarmowy: 21.57 g; suma cukrów prostych: 32.09 g; Woda: 1101.02 g; Popiół: 52.09 g;		
niedziela 2023-12-10		
Dieta: K. DIETA PŁYNNĄ III/ (13)		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Pomidorowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, *),	Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 400ml (GLU, JAJ, SEL, *), Posiłek nocny: Suchary z mlekiem 150ml (GLU, JAJ, MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 1211.11 kcal; Energia: 5114.65 kJ; Białko ogółem: 68.86 g; białko zwierzęce: 48.24 g; białko roślinne: 12.81 g; Tłuszcz: 50.11 g; Węglowodany ogółem: 161.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.78 g; Sód: 815.07 mg; Potas: 2660.27 mg; Wapń: 949.60 mg; Fosfor: 1413.75 mg; Błonnik pokarmowy: 11.41 g; suma cukrów prostych: 31.33 g; Woda: 630.76 g; Popiół: 10.49 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

Dietetyk

.....