

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamińskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2023-11-13</b> <b>Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA II/ (1, C1)</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie K 30g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ), Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Szyńka z indyka 30g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,	Kapuśniak z kap. kw. z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Gulasz drobiowy duszony 80/120 ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryż na sypko gotowany 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 60g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Papryka św. 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok Kubuś 1 szt. 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2362.71 kcal; Energia: 7629.69 kJ; Białko ogółem: 68.50 g; białko zwierzęce: 35.61 g; białko roślinne: 20.94 g; Tłuszcz: 65.70 g; Węglowodany ogółem: 363.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.62 g; Sód: 1960.94 mg; Potas: 3229.80 mg; Wapń: 526.69 mg; Fosfor: 847.41 mg; Błonnik pokarmowy: 27.85 g; suma cukrów prostych: 41.08 g; Woda: 1138.24 g; Popiół: 13.95 g;		
<b>poniedziałek 2023-11-13</b> <b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BŁOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C3)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pieczywo graham K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Szyńka z indyka 30g, Pomidor 90g, Szyńka z indyka 30g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*),	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab.w jarzyn gotowana 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g, Mizeria z jogurtem 130g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata 250ml b/c, Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Papryka św. 90g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 1 szt. 330ml, Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Ogórek św. 40g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2375.11 kcal; Energia: 9946.70 kJ; Białko ogółem: 130.67 g; białko zwierzęce: 64.77 g; białko roślinne: 23.27 g; Tłuszcz: 68.35 g; Węglowodany ogółem: 362.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.15 g; Sód: 2322.64 mg; Potas: 4762.55 mg; Wapń: 917.49 mg; Fosfor: 1891.05 mg; Błonnik pokarmowy: 45.50 g; suma cukrów prostych: 45.18 g; Woda: 1516.56 g; Popiół: 23.26 g;		
<b>poniedziałek 2023-11-13</b> <b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BŁOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>		
Szyńka z indyka 30g ,		Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 112.89 kcal; Energia: 423.36 kJ; Białko ogółem: 7.66 g; białko zwierzęce: 14.66 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 4.06 g; Węglowodany ogółem: 0.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.61 g; Sód: 571.32 mg; Potas: 26.56 mg; Wapń: 258.24 mg; Fosfor: 165.12 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 0.03 g; Woda: 14.37 g; Popiół: 1.34 g;		
<b>poniedziałek 2023-11-13</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA III/ (2, 9, C2)</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Szyńka z indyka 30g, Pomidor 50g, Pomarańcza 1 szt. , Sałata ziel. 10g ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Gulasz drobiowy duszony 80/120 ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryż na sypko gotowany 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata 250ml b/c, Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor 50g, <b>Posiłek nocny:</b> Sok Kubuś 1 szt. 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2387.14 kcal; Energia: 8182.23 kJ; Białko ogółem: 67.76 g; białko zwierzęce: 36.33 g; białko roślinne: 19.48 g; Tłuszcz: 68.50 g; Węglowodany ogółem: 371.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.23 g; Sód: 1298.46 mg; Potas: 3286.42 mg; Wapń: 547.94 mg; Fosfor: 855.36 mg; Błonnik pokarmowy: 24.02 g; suma cukrów prostych: 44.87 g; Woda: 1131.87 g; Popiół: 11.31 g;		
<b>poniedziałek 2023-11-13</b> <b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ /VI/ (9)</b>		
Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ),	Bitka schab.w jarzyn gotowana 80/50 ( <b>SEL</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 210.70 kcal; Energia: 2045.05 kJ; Białko ogółem: 20.95 g; białko zwierzęce: 20.00 g; białko roślinne: 0.95 g; Tłuszcz: 12.09 g; Węglowodany ogółem: 7.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.46 g; Sód: 259.45 mg; Potas: 956.20 mg; Wapń: 102.30 mg; Fosfor: 599.30 mg; Błonnik pokarmowy: 3.09 g; suma cukrów prostych: 1.88 g; Woda: 196.96 g; Popiół: 3.23 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamińskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2023-11-13</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Szynka z indyka 30g, Jabłko gotowane 1 szt., Sałata ziel. 10g,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Gulasz drobiowy duszony 80/120 ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryż na sypko gotowany 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Herbata 250ml b/c, Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor b/skórki 50g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2080.14 kcal; Energia: 7889.94 kJ; Białko ogółem: 270.96 g; białko zwierzęce: 51.69 g; białko roślinne: 20.76 g; Tłuszcz: 52.16 g; Węglowodany ogółem: 292.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.43 g; Sód: 1365.91 mg; Potas: 2343.60 mg; Wapń: 744.80 mg; Fosfor: 1709.98 mg; Błonnik pokarmowy: 79.44 g; suma cukrów prostych: 185.08 g; Woda: 984.31 g; Popiół: 13.54 g;		
<b>poniedziałek 2023-11-13</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Szynka z indyka 30g, Pomidor b/skórki 50g, Jabłko gotowane 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*),	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Gulasz drobiowy duszony 80/120; mięso drobiowe, marchewka, pietruszka, seler, mąka ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ryż na sypko gotowany 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor b/skórki 50g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2300.08 kcal; Energia: 7965.49 kJ; Białko ogółem: 72.53 g; białko zwierzęce: 38.32 g; białko roślinne: 18.73 g; Tłuszcz: 65.85 g; Węglowodany ogółem: 321.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.27 g; Sód: 1321.93 mg; Potas: 3042.70 mg; Wapń: 588.19 mg; Fosfor: 868.63 mg; Błonnik pokarmowy: 22.53 g; suma cukrów prostych: 45.82 g; Woda: 1085.08 g; Popiół: 10.89 g;		
<b>poniedziałek 2023-11-13</b> <b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ (6)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pieczywo graham K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Szynka z indyka 30g, Pomidor 90g, Pomarańcza 1 szt., Sałata ziel. 10g, <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*),	Kapuśniak z kap. kw. z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Bitka schab.w jarzyn gotowana 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g, Mizeria z jogurtem 130g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml,	Herbata 250ml b/c, Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor 90g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Papryka św. 40g, Sok pomidorowy 1 szt. 330ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2159.22 kcal; Energia: 9099.50 kJ; Białko ogółem: 118.18 g; białko zwierzęce: 47.47 g; białko roślinne: 21.07 g; Tłuszcz: 61.53 g; Węglowodany ogółem: 357.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.50 g; Sód: 2315.35 mg; Potas: 4666.81 mg; Wapń: 622.90 mg; Fosfor: 1655.49 mg; Błonnik pokarmowy: 45.29 g; suma cukrów prostych: 42.85 g; Woda: 1471.43 g; Popiół: 23.58 g;		
<b>poniedziałek 2023-11-13</b> <b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Szynka z indyka 30g, Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, Pomarańcza 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*),	Kapuśniak z kap. kw. z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Gulasz drobiowy duszony 80/120 ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryż na sypko gotowany 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Jogurt z musem owocowym i granolą 130g ( <b>MLE</b> ),	Herbata 250ml b/c, Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>Posiłek nocny:</b> Sok Kubuś 1 szt. 300ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2211.97 kcal; Energia: 7867.82 kJ; Białko ogółem: 54.85 g; białko zwierzęce: 33.69 g; białko roślinne: 16.76 g; Tłuszcz: 59.07 g; Węglowodany ogółem: 360.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.11 g; Sód: 1913.89 mg; Potas: 3366.86 mg; Wapń: 682.86 mg; Fosfor: 899.13 mg; Błonnik pokarmowy: 25.02 g; suma cukrów prostych: 53.37 g; Woda: 1264.22 g; Popiół: 14.17 g;		



**Jadłospisy dla oddziałów**

<b>Oddział: Szpital Kamieńskiego</b>		
<b>Śniadanie II Śniadanie</b>	<b>Obiad Podwieczorek</b>	<b>Kolacja Posiłek nocny</b>

Dietetyk

.....