

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamińskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-03-02</b>		
<b>Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA II (1, C1)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt K (*), Ketchup 20g, Ogórek św. 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Surówka coleslaw mieszany 130g ( <b>MLE, S02</b> ), Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ), Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Pasta z jaja i wędliny z ciecierzycą 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Papryka św. 50g, Sałata ziel. 10g, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2319.66 kcal; Energia: 7986.53 kJ; Białko ogółem: 81.43 g; białko zwierzęce: 73.89 g; białko roślinne: 15.18 g; Tłuszcz: 73.51 g; Węglowodany ogółem: 241.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.17 g; Sód: 1932.79 mg; Potas: 2706.49 mg; Wapń: 609.07 mg; Fosfor: 1286.05 mg; Błonnik pokarmowy: 23.88 g; suma cukrów prostych: 27.40 g; Woda: 1078.28 g; Popiół: 13.40 g;		
<b>sobota 2024-03-02</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 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt K (*), Ogórek św. 90g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. , Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLE</b> ),	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka coleslaw mieszany 130g ( <b>MLE, S02</b> ), Sałatka z pomidorów 130g (*), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z jaja i wędliny 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Kalafor z wody gotowany 40g, Papryka św. 90g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Szynka gotowana 30g ( <b>SEL, GOR</b> ), Pomidor 40g, Sok wielowarzywny 300ml K ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2159.90 kcal; Energia: 7888.40 kJ; Białko ogółem: 70.37 g; białko zwierzęce: 44.78 g; białko roślinne: 21.09 g; Tłuszcz: 59.18 g; Węglowodany ogółem: 319.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.80 g; Sód: 2738.80 mg; Potas: 5028.08 mg; Wapń: 571.45 mg; Fosfor: 1480.56 mg; Błonnik pokarmowy: 32.95 g; suma cukrów prostych: 26.94 g; Woda: 1644.66 g; Popiół: 17.38 g;		
<b>sobota 2024-03-02</b>		
<b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BŁOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>		
Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ),		Szynka gotowana 30g ( <b>SEL, GOR</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 67.20 kcal; Energia: 166.50 kJ; Białko ogółem: 5.10 g; białko zwierzęce: 2.10 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 2.04 g; Węglowodany ogółem: 1.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.23 g; Sód: 253.20 mg; Potas: 33.90 mg; Wapń: 28.20 mg; Fosfor: 68.10 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 1.17 g; Woda: 21.63 g; Popiół: 0.24 g;		
<b>sobota 2024-03-02</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA III (2, 9, C2)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt K (*), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z jaja i wędliny 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2304.05 kcal; Energia: 8379.72 kJ; Białko ogółem: 83.69 g; białko zwierzęce: 76.43 g; białko roślinne: 16.83 g; Tłuszcz: 61.95 g; Węglowodany ogółem: 274.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.27 g; Sód: 1739.29 mg; Potas: 3556.40 mg; Wapń: 671.49 mg; Fosfor: 1434.06 mg; Błonnik pokarmowy: 26.59 g; suma cukrów prostych: 32.89 g; Woda: 1230.66 g; Popiół: 13.39 g;		
<b>sobota 2024-03-02</b>		
<b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ /VII (9)</b>		
Twaróg krojony 100g ( <b>MLE</b> ),	Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 370.40 kcal; Energia: 1485.05 kJ; Białko ogółem: 20.97 g; białko zwierzęce: 20.20 g; białko roślinne: 0.77 g; Tłuszcz: 16.41 g; Węglowodany ogółem: 26.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.86 g; Sód: 144.85 mg; Potas: 745.60 mg; Wapń: 120.90 mg; Fosfor: 541.90 mg; Błonnik pokarmowy: 2.24 g; suma cukrów prostych: 4.55 g; Woda: 212.54 g; Popiół: 2.22 g;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamińskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-03-02</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt K (*), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko gotowane 1 szt. ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g , Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z białka jaja i wędliny 100g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus z jabłka 150g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2250.14 kcal; Energia: 8331.05 kJ; Białko ogółem: 87.11 g; białko zwierzęce: 73.62 g; białko roślinne: 18.42 g; Tłuszcz: 57.92 g; Węglowodany ogółem: 312.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.65 g; Sód: 1941.09 mg; Potas: 4469.20 mg; Wapń: 623.99 mg; Fosfor: 1230.61 mg; Błonnik pokarmowy: 29.70 g; suma cukrów prostych: 39.11 g; Woda: 1459.55 g; Popiół: 14.34 g;		
<b>sobota 2024-03-02</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt K (*), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko gotowane 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy B/C (*),	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ryż na sypko gotowany 200g , Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ),	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z białka jaja i wędliny 100g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus z jabłka 150g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2257.45 kcal; Energia: 8112.80 kJ; Białko ogółem: 71.06 g; białko zwierzęce: 58.52 g; białko roślinne: 18.04 g; Tłuszcz: 63.04 g; Węglowodany ogółem: 300.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.18 g; Sód: 1672.57 mg; Potas: 3393.00 mg; Wapń: 456.28 mg; Fosfor: 1023.36 mg; Błonnik pokarmowy: 27.16 g; suma cukrów prostych: 35.06 g; Woda: 1192.78 g; Popiół: 11.34 g;		
<b>sobota 2024-03-02</b> <b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ (6)</b>		
Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt K (*), Ogórek św. 90g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLE</b> ),	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g , Surówka coleslaw mieszany 130g ( <b>MLE, S02</b> ), Sałatka z pomidorów 130g (*), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z jaja i wędliny 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Papryka św. 90g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Szynka gotowana 30g ( <b>SEL, GOR</b> ), Pomidor 40g , Sok wielowarzywny 300ml K ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2205.13 kcal; Energia: 8005.88 kJ; Białko ogółem: 76.35 g; białko zwierzęce: 52.80 g; białko roślinne: 19.06 g; Tłuszcz: 65.02 g; Węglowodany ogółem: 313.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.56 g; Sód: 2739.10 mg; Potas: 4766.52 mg; Wapń: 613.19 mg; Fosfor: 1431.84 mg; Błonnik pokarmowy: 30.67 g; suma cukrów prostych: 29.04 g; Woda: 1583.40 g; Popiół: 16.66 g;		
<b>sobota 2024-03-02</b> <b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt K (*), Sałata ziel. 35g , Pomidor 50g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko des. 1 szt. ,	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g , Surówka coleslaw mieszany 130g ( <b>MLE, S02</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml , <b>Podwieczerek:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z jaja i wędliny 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 35g , Pomidor 40g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2391.23 kcal; Energia: 8908.74 kJ; Białko ogółem: 72.36 g; białko zwierzęce: 61.91 g; białko roślinne: 17.90 g; Tłuszcz: 77.07 g; Węglowodany ogółem: 283.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.18 g; Sód: 1513.83 mg; Potas: 3113.90 mg; Wapń: 523.55 mg; Fosfor: 1298.29 mg; Błonnik pokarmowy: 26.55 g; suma cukrów prostych: 28.40 g; Woda: 1110.64 g; Popiół: 12.38 g;		



### Jadłospisy dla oddziałów

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

Dietetyk

.....