

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-09-20Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA /II/ (1, C1)		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Pieczywo graham K 50g (GLU, MLE, *), Pieczywo pszenno-żytnie K 50g (GLU, JAJ, ŻYT, *), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 10g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g , Sałata ziel. 10g , Pomidor 50g , Banan 1 szt. ,	Szpinakowa 300ml (GLU, SEL, *), Risotto z mięsem drob. i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 (GLU, SEL, *), Surówka coleslaw mieszany 130g (MLE, S02), Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie K 50g (GLU, JAJ, ŻYT, *), Pieczywo graham K 50g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c , Szynka Rodzinna 60g (*), Masło ex 20g (MLE), Ogórek św. 50g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2194.90 kcal; Energia: 9174.68 kJ; Białko ogółem: 84.98 g; białko zwierzęce: 53.83 g; białko roślinne: 31.15 g; Tłuszcz: 64.16 g; Węglowodany ogółem: 322.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.98 g; Sód: 2597.81 mg; Potas: 4289.24 mg; Wapń: 1005.51 mg; Fosfor: 1357.19 mg; Błonnik pokarmowy: 30.13 g; suma cukrów prostych: 42.95 g; Woda: 1412.21 g; Popiół: 17.13 g;		
sobota 2025-09-20Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BŁOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C3)		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo graham K 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 10g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Twaróg krojony 30g (MLE), Pomidor 90g , Sałata ziel. 10g , Pomarańcza 1 szt. , II Śniadanie: Sok wielowarzywny 1szt. 330ml ,	Szpinakowa 300ml (GLU, SEL, *), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 (SEL), Ziemniaki gotowane 200g , Surówka coleslaw mieszany 130g (MLE, S02), Sałatka wiosenna 130g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g (MLE), Szynka Rodzinna 60g (*), Kalafior z wody gotowany 40g , Ogórek św. 90g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Pieczywo graham K 30g (GLU, MLE, *), Ser żółty 30g (MLE), Papryka św. 40g , Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2234.60 kcal; Energia: 9340.62 kJ; Białko ogółem: 85.58 g; białko zwierzęce: 52.33 g; białko roślinne: 33.25 g; Tłuszcz: 65.80 g; Węglowodany ogółem: 294.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.77 g; Sód: 2834.67 mg; Potas: 5459.95 mg; Wapń: 1141.35 mg; Fosfor: 1741.91 mg; Błonnik pokarmowy: 36.07 g; suma cukrów prostych: 43.51 g; Woda: 1868.76 g; Popiół: 20.48 g;		
sobota 2025-09-20Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BŁOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)		
Twaróg krojony 30g (MLE),		Ser żółty 30g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 120.40 kcal; Energia: 503.27 kJ; Białko ogółem: 7.32 g; białko zwierzęce: 7.32 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 4.72 g; Węglowodany ogółem: 1.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.60 g; Sód: 300.56 mg; Potas: 60.46 mg; Wapń: 286.44 mg; Fosfor: 233.22 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 0.99 g; Woda: 36.00 g; Popiół: 1.58 g;		
sobota 2025-09-20Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA /III/ (2, 9, C2)		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Masło ex 10g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g , Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Banan 1 szt. ,	Szpinakowa 300ml (GLU, SEL, *), Risotto z mięsem drob. i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 (GLU, SEL, *), Sałata z jogurtem (MLE), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g (MLE), Szynka Rodzinna 60g (*), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2184.90 kcal; Energia: 9383.68 kJ; Białko ogółem: 86.36 g; białko zwierzęce: 52.93 g; białko roślinne: 33.43 g; Tłuszcz: 61.01 g; Węglowodany ogółem: 324.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.11 g; Sód: 2712.51 mg; Potas: 4170.84 mg; Wapń: 976.71 mg; Fosfor: 1470.09 mg; Błonnik pokarmowy: 32.31 g; suma cukrów prostych: 43.88 g; Woda: 1265.43 g; Popiół: 14.76 g;		
sobota 2025-09-20Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ /VI/ (9)		
Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ),	Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 (SEL),	
Wartości odżywcze: Energia: 308.90 kcal; Energia: 1291.20 kJ; Białko ogółem: 21.97 g; białko zwierzęce: 21.20 g; białko roślinne: 0.77 g; Tłuszcz: 14.01 g; Węglowodany ogółem: 23.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.07 g; Sód: 241.85 mg; Potas: 765.60 mg; Wapń: 73.90 mg; Fosfor: 518.90 mg; Błonnik pokarmowy: 2.24 g; suma cukrów prostych: 1.35 g; Woda: 216.64 g; Popiół: 2.42 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-09-20 Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 10g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko gotowane 1 szt. ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml (GLU, MLE, SEL, *), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 (SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Sałata z jogurtem (MLE), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g (MLE), Szynka Rodzinna 60g (*), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2187.81 kcal; Energia: 9145.05 kJ; Białko ogółem: 85.02 g; białko zwierzęce: 54.59 g; białko roślinne: 30.34 g; Tłuszcz: 60.28 g; Węglowodany ogółem: 322.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.35 g; Sód: 2579.21 mg; Potas: 4809.98 mg; Wapń: 947.46 mg; Fosfor: 1700.15 mg; Błonnik pokarmowy: 30.41 g; suma cukrów prostych: 46.64 g; Woda: 1495.28 g; Popiół: 14.58 g;		
sobota 2025-09-20 Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 10g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko gotowane 1 szt. , II Śniadanie: Sok owocowo-warzywny 300ml ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml (GLU, MLE, SEL, *), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 (SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Sałata z jogurtem (MLE),	Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g (MLE), Szynka Rodzinna 60g (*), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2190.46 kcal; Energia: 9156.13 kJ; Białko ogółem: 85.28 g; białko zwierzęce: 52.09 g; białko roślinne: 28.19 g; Tłuszcz: 60.98 g; Węglowodany ogółem: 324.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.41 g; Sód: 2582.56 mg; Potas: 4826.14 mg; Wapń: 956.69 mg; Fosfor: 1705.39 mg; Błonnik pokarmowy: 29.39 g; suma cukrów prostych: 52.15 g; Woda: 1533.07 g; Popiół: 14.53 g;		
sobota 2025-09-20 Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ (6)		
Pieczywo graham K 100g (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 10g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Pomidor 90g , Sałata ziel. 10g , Pomarańcza 1 szt. , II Śniadanie: Sok wielowarzywny 1szt. 330ml ,	Szpinakowa 300ml (GLU, SEL, *), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 (SEL), Ziemniaki gotowane 200g , Sałatka wiosenna 130g , Surówka coleslaw mieszany 130g (MLE, S02), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g (MLE), Szynka Rodzinna 60g (*), Ogórek św. 90g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Pieczywo graham K 30g (GLU, MLE, *), Ser żółty 30g (MLE), Papryka św. 40g , Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2227.40 kcal; Energia: 9310.53 kJ; Białko ogółem: 85.44 g; białko zwierzęce: 54.18 g; białko roślinne: 31.26 g; Tłuszcz: 64.50 g; Węglowodany ogółem: 293.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.77 g; Sód: 2810.97 mg; Potas: 5339.55 mg; Wapń: 1107.65 mg; Fosfor: 1662.31 mg; Błonnik pokarmowy: 34.97 g; suma cukrów prostych: 42.45 g; Woda: 1800.98 g; Popiół: 19.84 g;		
sobota 2025-09-20 Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Pieczywo pszenne K 80g (GLU), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 10g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g , Sałata ziel. 35g , Pomidor 40g , II Śniadanie: Banan 1 szt. ,	Szpinakowa 300ml (GLU, SEL, *), Risotto z mięsem drob. i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 (GLU, SEL, *), Surówka coleslaw mieszany 130g (MLE, S02), Kompot owocowy b/c 250ml , Podwieczorek: Sok owocowo-warzywny 300ml ,	Pieczywo pszenne K 80g (GLU), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g (MLE), Szynka Rodzinna 60g (*), Sałata ziel. 35g , Pomidor 40g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2209.87 kcal; Energia: 9237.26 kJ; Białko ogółem: 84.21 g; białko zwierzęce: 52.89 g; białko roślinne: 31.32 g; Tłuszcz: 63.23 g; Węglowodany ogółem: 320.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.01 g; Sód: 2535.65 mg; Potas: 4530.11 mg; Wapń: 1033.85 mg; Fosfor: 1452.75 mg; Błonnik pokarmowy: 35.19 g; suma cukrów prostych: 48.27 g; Woda: 1467.57 g; Popiół: 15.78 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-09-20		
Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Pieczywo pszenne K 80g (GLU), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 10g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g, Pomidor 40g, Salata ziel. 35g, II Śniadanie: Banan 1 szt. ,	Szpinakowa 300ml (GLU, SEL, *), Risotto z mięsem drob. i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 (GLU, SEL, *), Salata z jogurtem (MLE), Kompot owocowy b/c 250ml, Podwieczorek: Sok owocowo-warzywny 300ml ,	Pieczywo pszenne K 80g (GLU), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Szyunka Rodzinna 60g (*), Pomidor 40g, Salata ziel. 35g, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2207.97 kcal; Energia: 9229.32 kJ; Białko ogółem: 85.68 g; białko zwierzęce: 51.89 g; białko roślinne: 33.79 g; Tłuszcz: 61.85 g; Węglowodany ogółem: 321.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.09 g; Sód: 2515.25 mg; Potas: 4198.01 mg; Wapń: 988.15 mg; Fosfor: 1421.15 mg; Błonnik pokarmowy: 31.40 g; suma cukrów prostych: 46.81 g; Woda: 1381.17 g; Popiół: 15.06 g;		
sobota 2025-09-20		
Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI/ (7, 8)		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 10g (MLE), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Salata ziel. 10g, Pomidor 50g, Banan 1 szt. ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml (GLU, MLE, SEL, *), Risotto z mięsem drob. i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 (GLU, SEL, *), Salata z jogurtem (MLE), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g (MLE), Szyunka Rodzinna 60g (*), Pomidor 50g, Salata ziel. 10g, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2165.60 kcal; Energia: 9052.21 kJ; Białko ogółem: 85.52 g; białko zwierzęce: 53.89 g; białko roślinne: 31.63 g; Tłuszcz: 55.88 g; Węglowodany ogółem: 337.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.92 g; Sód: 2524.59 mg; Potas: 4211.62 mg; Wapń: 967.27 mg; Fosfor: 1484.19 mg; Błonnik pokarmowy: 30.90 g; suma cukrów prostych: 48.68 g; Woda: 1259.82 g; Popiół: 13.78 g;		
sobota 2025-09-20		
Dieta: K. DIETA NISKOBIALKOWA /VIII/ (10)		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Masło ex 20g (MLE), Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Salata ziel. 10g, Pomidor 50g, Banan 1 szt. ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml (GLU, MLE, SEL, *), Kluski śląskie z sosem potrawkowym z kurczakiem (30g) 300/100 (GLU, JAJ), Salatką wiosenna 130g, Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Szyunka delikatesowa 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Dżem 2 szt. 50g, Pomidor 50g, Salata ziel. 10g, Posiłek nocny: Mus owocowy 200g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2166.44 kcal; Energia: 9055.72 kJ; Białko ogółem: 56.67 g; białko zwierzęce: 31.91 g; białko roślinne: 24.76 g; Tłuszcz: 67.48 g; Węglowodany ogółem: 341.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.20 g; Sód: 1572.22 mg; Potas: 4657.70 mg; Wapń: 542.79 mg; Fosfor: 1319.02 mg; Błonnik pokarmowy: 33.26 g; suma cukrów prostych: 42.77 g; Woda: 1232.80 g; Popiół: 13.59 g;		
sobota 2025-09-20		
Dieta: K. DIETA WEGETARIANSKA (1 WE)		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 20g (MLE), Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Salata ziel. 10g, Pomidor 50g, Banan 1 szt. ,	Szpinakowa 300ml (GLU, SEL, *), Kluski śląskie w sosie jarzynowym 300/200g H (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Surówka coleslaw mieszany 130g (MLE, S02), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Dżem 2 szt. 50g, Wędlina wegetariańska 50g, Ogórek św. 50g, Salata ziel. 10g, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2199.40 kcal; Energia: 9193.49 kJ; Białko ogółem: 86.39 g; białko zwierzęce: 46.24 g; białko roślinne: 40.15 g; Tłuszcz: 63.77 g; Węglowodany ogółem: 317.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.18 g; Sód: 1462.38 mg; Potas: 4855.22 mg; Wapń: 1064.40 mg; Fosfor: 1385.34 mg; Błonnik pokarmowy: 43.49 g; suma cukrów prostych: 46.47 g; Woda: 1411.21 g; Popiół: 56.10 g;		
sobota 2025-09-20		
Dieta: K. DIETA PŁYNNĄ /III/ (13)		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, MLE),	Szpinakowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml (GLU, JAJ, SEL),	Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 500ml (MLE, SEL), Posiłek nocny: Biszkopty z herbatą 150ml/40g (GLU, JAJ, MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 1236.85 kcal; Energia: 5170.03 kJ; Białko ogółem: 46.83 g; białko zwierzęce: 33.74 g; białko roślinne: 12.59 g; Tłuszcz: 46.76 g; Węglowodany ogółem: 124.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.35 g; Sód: 462.76 mg; Potas: 2066.97 mg; Wapń: 639.11 mg; Fosfor: 1040.80 mg; Błonnik pokarmowy: 9.68 g; suma cukrów prostych: 29.85 g; Woda: 713.46 g; Popiół: 7.59 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

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