

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-11-21 Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA /II/ (1, C1)		
Kasza kukurydziana na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie K 50g (GLU, JAJ, ŻYT, *), Pieczywo graham K 100g (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 10g (MLE), Twaróg krojony 50g (MLE), Szynka fileć pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Papryka św. 50g , Sałata ziel. 10g , Pomarańcza 1 szt. ,	Ryżowa z ziel. pietruszką 300ml (GLU, *), Ryba smażona 80g morszczuk (GLU, JAJ, RYB, OZI, ORZ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Surówka wielowarzywna z fasolą 130g (*), Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie K 50g (GLU, JAJ, ŻYT, *), Pieczywo graham K 50g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c (GLU, SOJ, SEL, GOR), Masło ex 20g (MLE), Sałatka makaronowa z szynką, marchewką i selerem 200g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2271.58 kcal; Energia: 9495.21 kJ; Białko ogółem: 85.75 g; białko zwierzęce: 54.73 g; białko roślinne: 31.02 g; Tłuszcz: 65.45 g; Węglowodany ogółem: 327.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.55 g; Sód: 1814.55 mg; Potas: 4282.41 mg; Wapń: 1048.74 mg; Fosfor: 1712.92 mg; Błonnik pokarmowy: 34.88 g; suma cukrów prostych: 47.05 g; Woda: 1383.38 g; Popiół: 17.32 g;		
piątek 2025-11-21 Dieta: 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), Twaróg krojony 50g (MLE), Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *), Szynka fileć pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałata ziel. 10g , Papryka św. 90g , Pomarańcza 1 szt. , II Śniadanie: Kisiel owocowy z jabłkiem b/c 200g (*),	Ryżowa z ziel. pietruszką 300ml (GLU, *), Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk (RYB), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Buraczki z olejem gotowane 130g , Surówka wielowarzywna z fasolą 130g (*), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c (GLU, SOJ, SEL, GOR), Masło ex 10g (MLE), Jajka gotowane 2szt. (JAJ), Pasta kalafiorowa z ziel.pietruszką 40g , Pomidor 90g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Pieczywo graham K 30g (GLU, MLE, *), Szynka gotowana 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), Ogórek św. 40g , Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2295.80 kcal; Energia: 9596.44 kJ; Białko ogółem: 86.00 g; białko zwierzęce: 53.07 g; białko roślinne: 32.93 g; Tłuszcz: 64.60 g; Węglowodany ogółem: 298.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.58 g; Sód: 2133.78 mg; Potas: 5037.50 mg; Wapń: 953.20 mg; Fosfor: 1920.20 mg; Błonnik pokarmowy: 41.81 g; suma cukrów prostych: 47.07 g; Woda: 1735.68 g; Popiół: 19.67 g;		
piątek 2025-11-21 Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BŁOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)		
Hummus 55g (1/2) (SEL, GOR, *),		Szynka gotowana 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia: 160.95 kcal; Energia: 672.77 kJ; Białko ogółem: 9.60 g; białko zwierzęce: 9.60 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 5.58 g; Węglowodany ogółem: 7.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.66 g; Sód: 240.29 mg; Potas: 0.00 mg; Wapń: 0.00 mg; Fosfor: 0.00 mg; Błonnik pokarmowy: 2.42 g; suma cukrów prostych: 0.21 g; Woda: 0.00 g; Popiół: 0.00 g;		
piątek 2025-11-21 Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA /III/ (2, 9, C2)		
Kasza kukurydziana na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Masło ex 10g (MLE), Twaróg krojony 50g (MLE), Szynka fileć pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Pomarańcza 1 szt. ,	Ryżowa z ziel. pietruszką 300ml (GLU, *), Ryba w sosie pomid. duszona 80/120 morszczuk (GLU, RYB, *), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Buraczki z olejem gotowane 130g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Herbata 250ml b/c (GLU, SOJ, SEL, GOR), Masło ex 20g (MLE), Sałatka makaronowa z szynką, marchewką i selerem 200g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2243.65 kcal; Energia: 9378.46 kJ; Białko ogółem: 85.66 g; białko zwierzęce: 53.23 g; białko roślinne: 32.43 g; Tłuszcz: 61.79 g; Węglowodany ogółem: 322.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.26 g; Sód: 1518.62 mg; Potas: 4279.61 mg; Wapń: 990.66 mg; Fosfor: 1727.82 mg; Błonnik pokarmowy: 32.02 g; suma cukrów prostych: 45.12 g; Woda: 1321.53 g; Popiół: 14.04 g;		
piątek 2025-11-21 Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ /VI/ (9)		
Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ),	Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk (RYB),	
Wartości odżywcze: Energia: 178.10 kcal; Energia: 744.46 kJ; Białko ogółem: 28.53 g; białko zwierzęce: 28.53 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 3.19 g; Węglowodany ogółem: 3.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.12 g; Sód: 259.80 mg; Potas: 529.00 mg; Wapń: 57.80 mg; Fosfor: 540.00 mg; Błonnik pokarmowy: 1.93 g; suma cukrów prostych: 0.00 g; Woda: 174.24 g; Popiół: 2.32 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-11-21 Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)		
Kasza kukurydziana na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 10g (MLE), Twaróg krojony 50g (MLE), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g , Jabłko gotowane 1 szt. , Szynka filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR),	Ryżowa z ziel. pietruszką 300ml (GLU, *), Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk (RYB), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Buraczki z olejem gotowane 130g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Herbata 250ml b/c (GLU, SOJ, SEL, GOR), Masło ex 10g (MLE), Pasta z białka jaja z koperkiem 70g , Szynka delikatesowa 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2230.60 kcal; Energia: 9323.91 kJ; Białko ogółem: 85.89 g; białko zwierzęce: 53.37 g; białko roślinne: 32.52 g; Tłuszcz: 60.81 g; Węglowodany ogółem: 327.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.26 g; Sód: 1917.76 mg; Potas: 4219.72 mg; Wapń: 971.48 mg; Fosfor: 1925.25 mg; Błonnik pokarmowy: 31.52 g; suma cukrów prostych: 48.61 g; Woda: 1426.19 g; Popiół: 15.06 g;		
piątek 2025-11-21 Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻÓŁ. /IIB/ (4)		
Kasza kukurydziana na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 20g (MLE), Twaróg krojony 50g (MLE), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g , Jabłko gotowane 1 szt. , Szynka filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), II Śniadanie: Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*),	Ryżowa z ziel. pietruszką 300ml (GLU, *), Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk (RYB), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Buraczki z olejem gotowane 130g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Herbata 250ml b/c (GLU, SOJ, SEL, GOR), Masło ex 10g (MLE), Pasta z białka jaja z koperkiem 70g , Szynka delikatesowa 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2231.00 kcal; Energia: 9325.58 kJ; Białko ogółem: 84.67 g; białko zwierzęce: 53.37 g; białko roślinne: 31.30 g; Tłuszcz: 60.35 g; Węglowodany ogółem: 329.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.97 g; Sód: 1920.21 mg; Potas: 4327.57 mg; Wapń: 977.68 mg; Fosfor: 1935.00 mg; Błonnik pokarmowy: 33.22 g; suma cukrów prostych: 46.49 g; Woda: 1499.60 g; Popiół: 15.31 g;		
piątek 2025-11-21 Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ (6)		
Pieczywo graham K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c (GLU, SOJ, SEL, GOR), Masło ex 10g (MLE), Twaróg krojony 50g (MLE), Papryka św. 90g , Sałata ziel. 10g , Pomarańcza 1 szt. , Szynka filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), II Śniadanie: Kisiel owocowy B/C 200ml (*),	Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml (GLU, *), Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk (RYB), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Buraczki z olejem gotowane 130g , Surówka wielowarzywna z fasolą 130g (*), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c (GLU, SOJ, SEL, GOR), Masło ex 10g (MLE), Jajka gotowane 2szt. (JAJ), Pomidor 90g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Pieczywo graham K 30g (GLU, MLE, *), Szynka gotowana 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), Ogórek św. 40g , Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2269.20 kcal; Energia: 9485.26 kJ; Białko ogółem: 84.29 g; białko zwierzęce: 54.32 g; białko roślinne: 29.97 g; Tłuszcz: 64.29 g; Węglowodany ogółem: 294.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.91 g; Sód: 2011.08 mg; Potas: 4508.01 mg; Wapń: 649.02 mg; Fosfor: 1690.34 mg; Błonnik pokarmowy: 37.24 g; suma cukrów prostych: 38.57 g; Woda: 1413.81 g; Popiół: 17.31 g;		
piątek 2025-11-21 Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)		
Kasza kukurydziana na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenne K 80g (GLU), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 20g (MLE), Twaróg krojony 50g (MLE), Szynka filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g , II Śniadanie: Pomarańcza 1 szt. ,	Ryżowa z ziel. pietruszką 300ml (GLU, *), Ryba smażona 80g morszczuk (GLU, JAJ, RYB, OZI, ORZ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Surówka wielowarzywna z fasolą 130g (*), Kompot owocowy b/c 250ml , Podwieczorek: Galaretką owocowa z jabłkiem prażonym 150g (GLU, MLE, SEL, SEZ, *),	Pieczywo pszenne K 80g (GLU), Herbata 250ml b/c (GLU, SOJ, SEL, GOR), Masło ex 10g (MLE), Jajka gotowane 2szt. (JAJ), Sałata ziel. 35g , Pomidor 40g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2246.19 kcal; Energia: 9389.07 kJ; Białko ogółem: 86.14 g; białko zwierzęce: 54.72 g; białko roślinne: 31.42 g; Tłuszcz: 64.41 g; Węglowodany ogółem: 327.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.99 g; Sód: 1813.51 mg; Potas: 4498.70 mg; Wapń: 1146.01 mg; Fosfor: 2107.52 mg; Błonnik pokarmowy: 36.00 g; suma cukrów prostych: 45.86 g; Woda: 1554.66 g; Popiół: 16.84 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-11-21 Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)		
Kasza kukurydziana na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenne K 80g (GLU), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 20g (MLE), Twaróg krojony 50g (MLE), Szynka filet pieczony 30g (SOJ, MLE , SEL, GOR), Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g , II Śniadanie: Pomarańcza 1 szt. ,	Ryżowa z ziel. pietruszką 300ml (GLU, *), Ryba w sosie pomid. duszona 80/120 morszczuk (GLU , RYB, *), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Buraczki z olejem gotowane 130g , Kompot owocowy b/c 250ml , Podwieczorek: Galaretka owocowa z jabłkiem prażonym 150g (GLU, MLE, SEL, SEZ, *),	Pieczywo pszenne K 80g (GLU), Herbata 250ml b/c (GLU, SOJ, SEL, GOR), Masło ex 20g (MLE), Jajka gotowane 2szt. (JAJ), Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2235.87 kcal; Energia: 9345.93 kJ; Białko ogółem: 84.56 g; białko zwierzęce: 53.12 g; białko roślinne: 31.44 g; Tłuszcz: 64.31 g; Węglowodany ogółem: 328.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.38 g; Sód: 1594.79 mg; Potas: 4443.70 mg; Wapń: 1079.24 mg; Fosfor: 2030.22 mg; Błonnik pokarmowy: 29.87 g; suma cukrów prostych: 44.10 g; Woda: 1568.97 g; Popiół: 16.09 g;		
piątek 2025-11-21 Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI/ (7, 8)		
Kasza kukurydziana na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 10g (MLE), Twaróg krojony 50g (MLE), Szynka filet pieczony 30g (SOJ, MLE , SEL, GOR), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Pomarańcza 1 szt. ,	Ryżowa z ziel. pietruszką 300ml (GLU, *), Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk (RYB), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Buraczki z olejem gotowane 130g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Herbata 250ml b/c (GLU, SOJ, SEL, GOR), Masło ex 10g (MLE), Pasta z białka jaja z koperkiem 70g , Szynka delikatkowa 30g (SOJ, MLE, SEL , GOR), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2206.60 kcal; Energia: 9223.59 kJ; Białko ogółem: 84.09 g; białko zwierzęce: 53.37 g; białko roślinne: 30.72 g; Tłuszcz: 55.21 g; Węglowodany ogółem: 343.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.24 g; Sód: 1919.16 mg; Potas: 4328.32 mg; Wapń: 1029.68 mg; Fosfor: 1953.55 mg; Błonnik pokarmowy: 32.08 g; suma cukrów prostych: 46.74 g; Woda: 1451.23 g; Popiół: 15.51 g;		
piątek 2025-11-21 Dieta: K. DIETA NISKOBIAŁKOWA /VIII/ (10)		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT , JĘC, MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Masło ex 20g (MLE), Szynka filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta kalafiorowa z ziel.pietruszką 50g , Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Pomarańcza 1 szt. ,	Ryżowa z ziel. pietruszką 300ml (GLU, *), Ryba w jarzynach duszona 40/50 morszczuk (RYB), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Buraczki z olejem gotowane 130g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Herbata 250ml b/c (GLU, SOJ, SEL, GOR), Masło ex 20g (MLE), Sałatka makaronowa niskobiałkowa z brokułem 200g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL , GOR, *), Sałata ziel. 10g , Pomidor 50g , Posiłek nocny: Sok owocowo-warzywny 300ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2215.80 kcal; Energia: 9262.04 kJ; Białko ogółem: 55.81 g; białko zwierzęce: 33.06 g; białko roślinne: 22.75 g; Tłuszcz: 64.20 g; Węglowodany ogółem: 337.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.56 g; Sód: 1310.43 mg; Potas: 3762.19 mg; Wapń: 560.41 mg; Fosfor: 1132.26 mg; Błonnik pokarmowy: 35.57 g; suma cukrów prostych: 38.28 g; Woda: 1142.97 g; Popiół: 10.98 g;		
piątek 2025-11-21 Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)		
Kasza kukurydziana na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 20g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Pasta kalafiorowa z ziel.pietruszką 50g , Papryka św. 50g , Sałata ziel. 10g , Pomarańcza 1 szt. ,	Ryżowa z ziel. pietruszką 300ml (GLU, *), Papryka faszerowana 300g , Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Buraczki z olejem gotowane 130g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Herbata 250ml b/c (GLU, SOJ, SEL, GOR), Masło ex 20g (MLE), Sałatka makaronowa z brokułem i serem wege 200g (GLU, JAJ, MLE), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2287.90 kcal; Energia: 9563.42 kJ; Białko ogółem: 83.90 g; białko zwierzęce: 47.05 g; białko roślinne: 36.85 g; Tłuszcz: 65.75 g; Węglowodany ogółem: 328.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.15 g; Sód: 2032.67 mg; Potas: 4540.68 mg; Wapń: 1564.12 mg; Fosfor: 1789.11 mg; Błonnik pokarmowy: 40.16 g; suma cukrów prostych: 45.13 g; Woda: 1483.16 g; Popiół: 17.37 g;		
piątek 2025-11-21 Dieta: K. DIETA PŁYNNĄ /III/ (13)		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, MLE),	Ryżowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml (JAJ, MLE),	Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 500ml (MLE), Posiłek nocny: Biszkopty z herbatą 150ml/40g (GLU, JAJ , SOJ, MLE, SEL, GOR, *),
Wartości odżywcze: Energia: 1371.29 kcal; Energia: 5731.99 kJ; Białko ogółem: 47.71 g; białko zwierzęce: 38.66 g; białko roślinne: 9.05 g; Tłuszcz: 48.36 g; Węglowodany ogółem: 121.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.57 g; Sód: 396.40 mg; Potas: 1190.71 mg; Wapń: 596.31 mg; Fosfor: 1082.63 mg; Błonnik pokarmowy: 7.71 g; suma cukrów prostych: 26.21 g; Woda: 504.09 g; Popiół: 5.79 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-11-21 Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA DLA ODDZ.ONKO. II/		
Kasza kukurydziana na mleku 300ml (MLE), Pieczywo pszenno-żytnie K 50g (GLU, JAJ, ŻYT, *), Pieczywo graham K 100g (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Masło ex 10g (MLE), Twaróg krojony 50g (MLE), Szynka filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Papryka św. 50g , Sałata ziel. 10g , Pomarańcza 1 szt. ,	Ryżowa z ziel. pietruszką 300ml (GLU, *), Ryba smażona 80g morszczuk (GLU, JAJ, RYB, OZI, ORZ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Surówka wielowarzywna z fasolą 130g (*), Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie K 50g (GLU, JAJ, ŻYT, *), Pieczywo graham K 50g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c (GLU, SOJ, SEL, GOR), Masło ex 20g (MLE), Sałatka makaronowa z szynką, marchewką i selerem 200g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2271.58 kcal; Energia: 9495.21 kJ; Białko ogółem: 85.75 g; białko zwierzęce: 54.73 g; białko roślinne: 31.02 g; Tłuszcz: 65.45 g; Węglowodany ogółem: 327.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.55 g; Sód: 1814.55 mg; Potas: 4282.41 mg; Wapń: 1048.74 mg; Fosfor: 1712.92 mg; Błonnik pokarmowy: 34.88 g; suma cukrów prostych: 47.05 g; Woda: 1383.38 g; Popiół: 17.32 g;		
piątek 2025-11-21 Dieta: K. DIETA ŁATWOSTRAWNA DLA ODDZ.ONKO. III/		
Kasza kukurydziana na mleku 300ml (MLE), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, ŻYT, JĘC, MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Masło ex 10g (MLE), Twaróg krojony 50g (MLE), Szynka filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Pomarańcza 1 szt. ,	Ryżowa z ziel. pietruszką 300ml (GLU, *), Ryba w sosie pomid. duszona 80/120 morszczuk (GLU, RYB, *), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Buraczki z olejem gotowane 130g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU), Herbata 250ml b/c (GLU, SOJ, SEL, GOR), Masło ex 20g (MLE), Sałatka makaronowa z szynką, marchewką i selerem 200g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2243.65 kcal; Energia: 9378.46 kJ; Białko ogółem: 85.66 g; białko zwierzęce: 53.23 g; białko roślinne: 32.43 g; Tłuszcz: 61.79 g; Węglowodany ogółem: 322.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.26 g; Sód: 1518.62 mg; Potas: 4279.61 mg; Wapń: 990.66 mg; Fosfor: 1727.82 mg; Błonnik pokarmowy: 32.02 g; suma cukrów prostych: 45.12 g; Woda: 1321.53 g; Popiół: 14.04 g;		
piątek 2025-11-21 Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGL. DLA ODDZ.ONKO. VII/		
Pieczywo graham K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c (GLU, SOJ, SEL, GOR), Masło ex 10g (MLE), Twaróg krojony 50g (MLE), Papryka św. 90g , Sałata ziel. 10g , Pomarańcza 1 szt. , Szynka filet pieczony 30g (SOJ, MLE, SEL, GOR), II Śniadanie: Kisiel owocowy B/C 200ml (*),	Ryżowa z ziel. pietruszką 400ml (GLU, *), Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk (RYB), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Buraczki z olejem gotowane 130g , Surówka wielowarzywna z fasolą 130g (*), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c (GLU, SOJ, SEL, GOR), Masło ex 10g (MLE), Jajka gotowane 2szt. (JAJ), Pomidor 90g , Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Pieczywo graham K 30g (GLU, MLE, *), Szynka gotowana 30g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), Ogórek św. 40g , Jogurt naturalny 150g (1szt) (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2269.20 kcal; Energia: 9485.26 kJ; Białko ogółem: 84.29 g; białko zwierzęce: 54.32 g; białko roślinne: 29.97 g; Tłuszcz: 64.29 g; Węglowodany ogółem: 294.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.91 g; Sód: 2011.08 mg; Potas: 4508.01 mg; Wapń: 649.02 mg; Fosfor: 1690.34 mg; Błonnik pokarmowy: 37.24 g; suma cukrów prostych: 38.57 g; Woda: 1413.81 g; Popiół: 17.31 g;		