

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamińskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-08-23</b> <b>Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA II/ (1, C1)</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ), Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Dżem 30g ( <b>*</b> ), Ogórek św. 50g , Sałata ziel. 10g , Pomarańcza 1 szt. ,	Ryżowa z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Ryba po grecku smażona bez cebuli 80/130 ( <b>GLU, RYB, OZI, ORZ, SEL, *</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Sałata z olejem , 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 , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Szyńska rodzinna 50g , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2224.23 kcal; Energia: 8828.17 kJ; Białko ogółem: 94.85 g; białko zwierzęce: 75.45 g; białko roślinne: 20.78 g; Tłuszcz: 66.83 g; Węglowodany ogółem: 341.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.97 g; Sód: 1711.93 mg; Potas: 4650.88 mg; Wapń: 1453.71 mg; Fosfor: 1780.79 mg; Błonnik pokarmowy: 32.97 g; suma cukrów prostych: 70.97 g; Woda: 1789.54 g; Popiół: 19.01 g;		
<b>piątek 2024-08-23</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>MLE</b> ), Pieczywo graham 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 80g ( <b>MLE</b> ), Szyńska z indyka 30g , Sałata ziel. 10g , Ogórek św. 90g , Pomarańcza 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy B/C 200ml ( <b>*</b> ),	Ryżowa z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Surówka z marchwi i jabłka 130g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Szyńska rodzinna 50g , Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Pomidor 90g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Papryka św. 40g , Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2218.11 kcal; Energia: 7584.66 kJ; Białko ogółem: 92.29 g; białko zwierzęce: 71.86 g; białko roślinne: 19.80 g; Tłuszcz: 62.85 g; Węglowodany ogółem: 301.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.48 g; Sód: 2030.24 mg; Potas: 4253.36 mg; Wapń: 1387.86 mg; Fosfor: 1622.47 mg; Błonnik pokarmowy: 33.79 g; suma cukrów prostych: 42.92 g; Woda: 1648.08 g; Popiół: 17.97 g;		
<b>piątek 2024-08-23</b> <b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BŁOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>		
Szyńska z indyka 30g ,		Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 163.34 kcal; Energia: 0.00 kJ; Białko ogółem: 12.34 g; białko zwierzęce: 5.74 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 5.49 g; Węglowodany ogółem: 6.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.27 g; Sód: 284.25 mg; Potas: 0.00 mg; Wapń: 0.00 mg; Fosfor: 0.00 mg; Błonnik pokarmowy: 2.42 g; suma cukrów prostych: 0.00 g; Woda: 0.00 g; Popiół: 0.00 g;		
<b>piątek 2024-08-23</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA III/ (2, 9, C2)</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 150ml b/c ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Dżem 30g ( <b>*</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Pomarańcza 1 szt. ,	Ryżowa z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Ryba w sosie pomid. duszona 80/120 morszczuk ( <b>GLU, RYB, SEL, *</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Szyńska rodzinna 50g , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2147.19 kcal; Energia: 8639.06 kJ; Białko ogółem: 88.21 g; białko zwierzęce: 71.38 g; białko roślinne: 18.21 g; Tłuszcz: 63.84 g; Węglowodany ogółem: 329.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.63 g; Sód: 1482.95 mg; Potas: 4084.92 mg; Wapń: 1287.70 mg; Fosfor: 1537.04 mg; Błonnik pokarmowy: 24.50 g; suma cukrów prostych: 62.91 g; Woda: 1538.93 g; Popiół: 16.99 g;		
<b>piątek 2024-08-23</b> <b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ /VII/ (9)</b>		
Szyńska z indyka 50g ,	Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 207.59 kcal; Energia: 433.69 kJ; Białko ogółem: 27.97 g; białko zwierzęce: 27.35 g; białko roślinne: 0.62 g; Tłuszcz: 9.61 g; Węglowodany ogółem: 3.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.57 g; Sód: 601.86 mg; Potas: 407.75 mg; Wapń: 57.94 mg; Fosfor: 169.07 mg; Błonnik pokarmowy: 1.70 g; suma cukrów prostych: 1.05 g; Woda: 117.60 g; Popiół: 1.52 g;		



## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamińskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-08-23</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Dżem 30g (*), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>II Śniadanie:</b> Pomarańcza 1 szt. ,	Ryżowa z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Ryba w sosie pomid. duszona 80/120 morszczuk ( <b>GLU, RYB, SEL, *</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Biszkoty 30g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Herbata owocowa b/c 250ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Szynka rodzinna 50g , Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2138.50 kcal; Energia: 8564.28 kJ; Białko ogółem: 87.18 g; białko zwierzęce: 69.15 g; białko roślinne: 19.41 g; Tłuszcz: 66.76 g; Węglowodany ogółem: 319.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.05 g; Sód: 1384.60 mg; Potas: 3768.33 mg; Wapń: 1251.75 mg; Fosfor: 1494.94 mg; Błonnik pokarmowy: 23.90 g; suma cukrów prostych: 66.82 g; Woda: 1439.89 g; Popiół: 15.93 g;		
<b>piątek 2024-08-23</b> <b>Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH IV/ (7, 8)</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 80g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,	Ryżowa z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Ryba po grecku gotowana bez cebuli 80/130 ( <b>GLU, RYB, OZI, ORZ, SEL, *</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 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 50g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Szynka rodzinna 50g, <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2207.27 kcal; Energia: 8647.79 kJ; Białko ogółem: 101.12 g; białko zwierzęce: 75.72 g; białko roślinne: 21.33 g; Tłuszcz: 59.58 g; Węglowodany ogółem: 357.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.11 g; Sód: 1798.74 mg; Potas: 5104.85 mg; Wapń: 1510.60 mg; Fosfor: 1748.23 mg; Błonnik pokarmowy: 36.67 g; suma cukrów prostych: 61.85 g; Woda: 1790.01 g; Popiół: 18.24 g;		
<b>piątek 2024-08-23</b> <b>Dieta: K. DIETA NISKOBIALKOWA VIII/ (10)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Dżem 2 szt. 50g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. , Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ),	Ryżowa z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 40/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Hummus 1 szt. ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2217.66 kcal; Energia: 7390.81 kJ; Białko ogółem: 55.32 g; białko zwierzęce: 30.13 g; białko roślinne: 11.97 g; Tłuszcz: 68.31 g; Węglowodany ogółem: 339.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.78 g; Sód: 1222.42 mg; Potas: 3393.21 mg; Wapń: 551.01 mg; Fosfor: 870.85 mg; Błonnik pokarmowy: 31.60 g; suma cukrów prostych: 67.96 g; Woda: 1121.75 g; Popiół: 11.64 g;		
<b>piątek 2024-08-23</b> <b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Dżem 30g (*), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 50g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,	Ryżowa z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Leczo z pieczarkami 300g ( <b>GLU, *</b> ), Surówka z selera i jabłka z jogurtem z pietruszką 130g ( <b>MLE, 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> ), Hummus 1 szt. ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2229.80 kcal; Energia: 8640.52 kJ; Białko ogółem: 86.02 g; białko zwierzęce: 57.48 g; białko roślinne: 16.47 g; Tłuszcz: 65.74 g; Węglowodany ogółem: 346.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.48 g; Sód: 1644.21 mg; Potas: 3633.10 mg; Wapń: 1457.04 mg; Fosfor: 1506.01 mg; Błonnik pokarmowy: 32.79 g; suma cukrów prostych: 76.84 g; Woda: 1567.87 g; Popiół: 15.65 g;		
<b>piątek 2024-08-23</b> <b>Dieta: K. DIETA PŁYNNNA III/ (13)</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Ryżowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ),	Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, *</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Twarożek płynny 150g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1572.97 kcal; Energia: 6729.27 kJ; Białko ogółem: 59.15 g; białko zwierzęce: 54.14 g; białko roślinne: 13.55 g; Tłuszcz: 69.19 g; Węglowodany ogółem: 151.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.97 g; Sód: 909.99 mg; Potas: 2861.27 mg; Wapń: 973.73 mg; Fosfor: 1852.99 mg; Błonnik pokarmowy: 11.70 g; suma cukrów prostych: 31.22 g; Woda: 730.39 g; Popiół: 11.52 g;		

### Jadłospisy dla oddziałów

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

Dietetyk

.....