



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamińskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2023-10-27</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Herbata 250ml , Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z białka jaja 50g , Sałata ziel. 35g , Banan 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 1 szt ( <b>MLE</b> ),	Krupnik z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w sosie pomid. gotowana 80/120 morszczuk ( <b>GLU, RYB, SEL, *</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot z jabłkami 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twarożek z koperkiem 100g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 60g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2295.29 kcal; Energia: 9103.85 kJ; Białko ogółem: 88.35 g; białko zwierzęce: 63.83 g; białko roślinne: 20.88 g; Tłuszcz: 65.92 g; Węglowodany ogółem: 346.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.69 g; Sód: 1346.69 mg; Potas: 4523.09 mg; Wapń: 789.01 mg; Fosfor: 1307.86 mg; Błonnik pokarmowy: 26.84 g; suma cukrów prostych: 87.35 g; Woda: 1252.32 g; Popiół: 14.76 g;		
<b>piątek 2023-10-27</b>		
<b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ (6)</b>		
Herbata 250ml , Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt ( <b>JAJ</b> ), Papryka św. 90g , Pomarańcza 1 szt. , Sałata ziel. 10g , <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLE</b> ),	Krupnik z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach gotowana 80/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , sur. z jarzyn mieszanych z olejem 130g ( <b>SEL, *</b> ), Sur. z marchwi i jabłka z jogurtem 130g ( <b>MLE</b> ), Kompot z jabłkami 250ml ,	Herbata 250ml , Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Twarożek z koperkiem 100g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 100g , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Szynka gotowana z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 35g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2164.56 kcal; Energia: 7939.52 kJ; Białko ogółem: 103.43 g; białko zwierzęce: 44.00 g; białko roślinne: 20.75 g; Tłuszcz: 56.76 g; Węglowodany ogółem: 354.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.57 g; Sód: 2176.69 mg; Potas: 4241.86 mg; Wapń: 629.92 mg; Fosfor: 1717.26 mg; Błonnik pokarmowy: 59.72 g; suma cukrów prostych: 109.71 g; Woda: 1334.21 g; Popiół: 15.21 g;		
<b>piątek 2023-10-27</b>		
<b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Herbata 250ml , Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g , Banan 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 1 szt ( <b>MLE</b> ),	Krupnik z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba panierowana smażona 80g morszczuk ( <b>GLU, JAJ, RYB, OZI, ORZ</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , sur. z jarzyn mieszanych z olejem 130g ( <b>SEL, *</b> ), Kompot z jabłkami 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Galaretką z jabłkiem 200g (*),	Herbata 250ml , Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twarożek z koperkiem 100g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 35g , Pomidor 40g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2363.23 kcal; Energia: 9913.18 kJ; Białko ogółem: 67.85 g; białko zwierzęce: 49.27 g; białko roślinne: 19.45 g; Tłuszcz: 79.39 g; Węglowodany ogółem: 349.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.39 g; Sód: 1694.82 mg; Potas: 4146.87 mg; Wapń: 632.23 mg; Fosfor: 1347.94 mg; Błonnik pokarmowy: 25.79 g; suma cukrów prostych: 88.21 g; Woda: 1251.35 g; Popiół: 14.55 g;		
<b>piątek 2023-10-27</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Herbata 250ml , Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g , Banan 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 1 szt ( <b>MLE</b> ),	Krupnik z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w sosie pomid. gotowana 80/120 morszczuk ( <b>GLU, RYB, SEL, *</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot z jabłkami 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Galaretką z jabłkiem 200g (*),	Herbata 250ml , Pieczywo pszenne H 100g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twarożek z koperkiem 100g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2392.19 kcal; Energia: 9818.85 kJ; Białko ogółem: 105.77 g; białko zwierzęce: 72.32 g; białko roślinne: 35.13 g; Tłuszcz: 68.24 g; Węglowodany ogółem: 361.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.73 g; Sód: 1492.29 mg; Potas: 4834.49 mg; Wapń: 849.51 mg; Fosfor: 1529.26 mg; Błonnik pokarmowy: 28.76 g; suma cukrów prostych: 97.69 g; Woda: 1466.00 g; Popiół: 16.40 g;		
<b>piątek 2023-10-27</b>		
<b>Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /I/ (7, 8)</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Herbata 250ml , Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z białka jaja 50g , Sałata ziel. 35g , Banan 1 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot z jabłkami 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Twarożek z koperkiem 100g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 60g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2105.53 kcal; Energia: 8527.54 kJ; Białko ogółem: 77.49 g; białko zwierzęce: 52.19 g; białko roślinne: 19.86 g; Tłuszcz: 46.81 g; Węglowodany ogółem: 357.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.32 g; Sód: 1460.92 mg; Potas: 4510.32 mg; Wapń: 582.61 mg; Fosfor: 1198.89 mg; Błonnik pokarmowy: 28.13 g; suma cukrów prostych: 75.58 g; Woda: 1193.89 g; Popiół: 14.38 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2023-10-27</b>		
<b>Dieta: K. DIETA NISKOBIALKOWA /VIII/ (10)</b>		
Herbata 250ml , Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), sałatka z jaja 1/2 60g ( <b>JAJ</b> ), Pasta brokułowa 50g , Sałata ziel. 35g , Banan 1 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach gotowana 60/40 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot z jabłkami 250ml ,	Herbata 250ml , Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Miód 50g /2szt./ , Szynka z indyka 30g , Pomidor 60g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2145.98 kcal; Energia: 8867.38 kJ; Białko ogółem: 44.85 g; białko zwierzęce: 27.44 g; białko roślinne: 17.41 g; Tłuszcz: 67.58 g; Węglowodany ogółem: 355.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.06 g; Sód: 1652.60 mg; Potas: 3864.60 mg; Wapń: 279.77 mg; Fosfor: 844.67 mg; Błonnik pokarmowy: 27.55 g; suma cukrów prostych: 63.43 g; Woda: 961.69 g; Popiół: 12.01 g;		
<b>piątek 2023-10-27</b>		
<b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Herbata 250ml , Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt ( <b>JAJ</b> ), Papryka św. 60g , Banan 1 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kluski śląskie w sosie jarzynowym 300/200 ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), sur. z jarzyn mieszanych z olejem 130g ( <b>SEL, *</b> ), Kompot z jabłkami 250ml ,	Herbata 250ml , Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twarożek z koperkiem 100g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 60g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2008.39 kcal; Energia: 8535.23 kJ; Białko ogółem: 69.28 g; białko zwierzęce: 52.29 g; białko roślinne: 16.20 g; Tłuszcz: 61.46 g; Węglowodany ogółem: 303.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.74 g; Sód: 1527.55 mg; Potas: 3238.43 mg; Wapń: 669.00 mg; Fosfor: 1151.55 mg; Błonnik pokarmowy: 23.73 g; suma cukrów prostych: 77.15 g; Woda: 997.51 g; Popiół: 55.43 g;		
<b>piątek 2023-10-27</b>		
<b>Dieta: K. DIETA PŁYNNA /III/ (13)</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Zupa wiosenna miksowana z masłem mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ),	Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1135.77 kcal; Energia: 4928.99 kJ; Białko ogółem: 33.86 g; białko zwierzęce: 14.35 g; białko roślinne: 19.51 g; Tłuszcz: 45.03 g; Węglowodany ogółem: 189.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.81 g; Sód: 566.27 mg; Potas: 3476.75 mg; Wapń: 828.09 mg; Fosfor: 1092.19 mg; Błonnik pokarmowy: 18.65 g; suma cukrów prostych: 33.32 g; Woda: 601.18 g; Popiół: 64.69 g;		

Dietetyk

.....