



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamińskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2023-12-02</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), Masło ex 10g ( <i>MLE</i> ), Szynka gotowana z indyka 50g ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), Pomidor b/škórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Koperkowa 300ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Zraz drobiowy w sosie duszony 80/120 ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <i>GLU</i> ), Marchew oprószana gotowana 130g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <i>MLE</i> ), Pasta z sera i wedliny 100g ( <i>MLE</i> ), Pomidor b/škórki 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus jabłkowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2257.49 kcal; Energia: 8512.47 kJ; Białko ogółem: 101.15 g; białko zwierzęce: 54.71 g; białko roślinne: 35.12 g; Tłuszcz: 63.71 g; Węglowodany ogółem: 337.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.66 g; Sód: 1814.48 mg; Potas: 2784.69 mg; Wapń: 621.20 mg; Fosfor: 1065.32 mg; Błonnik pokarmowy: 24.54 g; suma cukrów prostych: 33.09 g; Woda: 1034.78 g; Popiół: 10.93 g;		
<b>sobota 2023-12-02</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Szynka gotowana z indyka 50g ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), Pomidor b/škórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 1 szt. ( <i>MLE</i> ),	Koperkowa 300ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Zraz drobiowy w sosie duszony 80/120 ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <i>GLU</i> ), Marchew oprószana gotowana 130g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Pasta z sera i wedliny 100g ( <i>MLE</i> ), Pomidor b/škórki 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus jabłkowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2280.74 kcal; Energia: 8611.67 kJ; Białko ogółem: 104.35 g; białko zwierzęce: 57.81 g; białko roślinne: 35.22 g; Tłuszcz: 61.08 g; Węglowodany ogółem: 345.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.20 g; Sód: 1861.03 mg; Potas: 2962.44 mg; Wapń: 754.40 mg; Fosfor: 1161.72 mg; Błonnik pokarmowy: 24.84 g; suma cukrów prostych: 40.46 g; Woda: 1119.68 g; Popiół: 11.82 g;		
<b>sobota 2023-12-02</b> <b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ (6)</b>		
Pieczywo graham K 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), Masło ex 10g ( <i>MLE</i> ), Szynka gotowana z indyka 50g ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), Pomidor 90g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 1 szt. ( <i>MLE</i> ),	Kapuśniak z kap. kw. z ziemniakami 300ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ), Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</i> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <i>GLU</i> ), Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem i kukurydzą 130g ( <i>MLE</i> ), Mizeria z sosem winegret 130g (*), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <i>MLE</i> ), Pasta z sera i wedliny 100g ( <i>MLE</i> ), Papryka św. 90g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Szynka gotowana 30g ( <i>SEL, GOR</i> ), Ogórek kiszony 40g, Sok pomidorowy 1 szt. 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2236.88 kcal; Energia: 8039.72 kJ; Białko ogółem: 79.98 g; białko zwierzęce: 34.76 g; białko roślinne: 30.10 g; Tłuszcz: 66.39 g; Węglowodany ogółem: 339.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.15 g; Sód: 3000.95 mg; Potas: 3800.49 mg; Wapń: 635.34 mg; Fosfor: 1178.07 mg; Błonnik pokarmowy: 38.75 g; suma cukrów prostych: 33.38 g; Woda: 1345.56 g; Popiół: 43.86 g;		
<b>sobota 2023-12-02</b> <b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Szynka gotowana z indyka 50g ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>II Śniadanie:</b> Jabłko des. 1 szt. ,	Kapuśniak z kap. kw. z ziemniakami 300ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ), Zraz drobiowy w sosie duszony 80/120 ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <i>GLU</i> ), Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem i kukurydzą 130g ( <i>MLE</i> ), Kompot owocowy b/c 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 1 szt. ( <i>MLE</i> ),	Pieczywo pszenne K 80g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Pasta z sera i wedliny 100g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2141.92 kcal; Energia: 7960.90 kJ; Białko ogółem: 100.84 g; białko zwierzęce: 55.79 g; białko roślinne: 33.73 g; Tłuszcz: 56.68 g; Węglowodany ogółem: 316.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.37 g; Sód: 2317.21 mg; Potas: 3310.54 mg; Wapń: 783.45 mg; Fosfor: 1236.04 mg; Błonnik pokarmowy: 26.64 g; suma cukrów prostych: 41.17 g; Woda: 1190.55 g; Popiół: 14.43 g;		



**Jadłospisy dla oddziałów**

<b>Oddział: Szpital Kamieńskiego</b>		
<b>Śniadanie II Śniadanie</b>	<b>Obiad Podwieczorek</b>	<b>Kolacja Posiłek nocny</b>

Dietetyk

.....