

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamińskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-01-30</b> <b>Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA II/ (1, C1)</b>		
Pł. owsiane 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>GLU, SOJ, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Szyńka indyk z pasieki 30g , Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. ,	Kapuśniak z kap. kw. z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Kotlet pożarski smażony 80g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, *</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Surówka z jarzyn mieszanych z ciecierzycą 130g ( <b>SEL, *</b> ), 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> ), Sałatka makaronowa z szynką i warzywami z olejem 200g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Papryka św. 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2327.45 kcal; Energia: 8302.40 kJ; Białko ogółem: 72.91 g; białko zwierzęce: 55.34 g; białko roślinne: 24.12 g; Tłuszcz: 64.94 g; Węglowodany ogółem: 326.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.88 g; Sód: 2440.78 mg; Potas: 4312.50 mg; Wapń: 612.06 mg; Fosfor: 1229.38 mg; Błonnik pokarmowy: 33.96 g; suma cukrów prostych: 30.76 g; Woda: 1261.76 g; Popiół: 60.24 g;		
<b>wtorek 2024-01-30</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>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Szyńka indyk z pasieki 30g , Sałata ziel. 10g , Pomidor 90g , Jabłko des. 1 szt. , Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy B/C ( <b>GLU, MLE, *</b> ),	Kapuśniak z kap. kw. z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Klopsik dr. w sosie koperkowym duszony 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Surówka z jarzyn mieszanych z ciecierzycą 130g ( <b>SEL, *</b> ), Szpinak 130g ( <b>GLU, 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> ), Szyńka drobiowa 60g , Pasta z zielonego grozdku 40g , Papryka św. 90g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 40g , Sok pomidorowy 1 szt. 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2139.27 kcal; Energia: 7761.86 kJ; Białko ogółem: 66.45 g; białko zwierzęce: 40.21 g; białko roślinne: 24.22 g; Tłuszcz: 62.81 g; Węglowodany ogółem: 291.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.50 g; Sód: 2677.39 mg; Potas: 4272.40 mg; Wapń: 731.49 mg; Fosfor: 1255.30 mg; Błonnik pokarmowy: 39.49 g; suma cukrów prostych: 24.06 g; Woda: 1441.46 g; Popiół: 18.87 g;		
<b>wtorek 2024-01-30</b> <b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BŁOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>		
Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ),		Szyńka gotowana 30g ( <b>SEL, GOR</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 98.80 kcal; Energia: 506.00 kJ; Białko ogółem: 11.00 g; białko zwierzęce: 8.00 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 2.93 g; Węglowodany ogółem: 0.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.39 g; Sód: 381.00 mg; Potas: 133.00 mg; Wapń: 47.00 mg; Fosfor: 204.00 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 0.21 g; Woda: 76.20 g; Popiół: 1.00 g;		
<b>wtorek 2024-01-30</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA III/ (2, 9, C2)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Szyńka indyk z pasieki 30g , Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. ,	Grycikowa z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klopsik dr. w sosie pomidorowym 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</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> ), Szyńka drobiowa 60g , Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2101.40 kcal; Energia: 7262.39 kJ; Białko ogółem: 76.24 g; białko zwierzęce: 52.75 g; białko roślinne: 17.71 g; Tłuszcz: 60.30 g; Węglowodany ogółem: 269.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.16 g; Sód: 1390.39 mg; Potas: 3021.43 mg; Wapń: 634.43 mg; Fosfor: 940.17 mg; Błonnik pokarmowy: 20.36 g; suma cukrów prostych: 28.78 g; Woda: 1058.38 g; Popiół: 12.24 g;		
<b>wtorek 2024-01-30</b> <b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ /VII/ (9)</b>		
Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ),	Klops dr. w jarzynach gotowany 80/50 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 257.65 kcal; Energia: 860.30 kJ; Białko ogółem: 20.22 g; białko zwierzęce: 8.84 g; białko roślinne: 0.88 g; Tłuszcz: 7.47 g; Węglowodany ogółem: 16.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.53 g; Sód: 267.30 mg; Potas: 325.00 mg; Wapń: 73.80 mg; Fosfor: 264.30 mg; Błonnik pokarmowy: 2.42 g; suma cukrów prostych: 1.63 g; Woda: 134.15 g; Popiół: 1.68 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamińskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-01-30</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Szyunka indyk z pasieki 30g, Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Gryskowa z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops dr. w jarzynach gotowany 80/50 ( <b>GLU, JAJ, MLE, 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> ), Szyunka drobiowa 60g, Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus z jabłka 150g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2035.05 kcal; Energia: 7466.19 kJ; Białko ogółem: 78.12 g; białko zwierzęce: 52.02 g; białko roślinne: 16.63 g; Tłuszcz: 46.05 g; Węglowodany ogółem: 319.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.27 g; Sód: 1686.29 mg; Potas: 3648.13 mg; Wapń: 672.63 mg; Fosfor: 1134.37 mg; Błonnik pokarmowy: 30.55 g; suma cukrów prostych: 41.34 g; Woda: 1317.41 g; Popiół: 12.74 g;		
<b>wtorek 2024-01-30</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka indyk z pasieki 30g , Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy B/C ( <b>GLU, MLE, *</b> ),	Gryskowa z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops dr. w jarzynach gotowany 80/50 ( <b>GLU, JAJ, MLE, 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 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka drobiowa 60g, Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus z jabłka 150g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2081.25 kcal; Energia: 7660.89 kJ; Białko ogółem: 78.92 g; białko zwierzęce: 50.48 g; białko roślinne: 16.54 g; Tłuszcz: 59.34 g; Węglowodany ogółem: 312.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.02 g; Sód: 1585.94 mg; Potas: 3593.68 mg; Wapń: 628.83 mg; Fosfor: 1012.42 mg; Błonnik pokarmowy: 30.69 g; suma cukrów prostych: 43.90 g; Woda: 1297.05 g; Popiół: 12.15 g;		
<b>wtorek 2024-01-30</b>		
<b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ (6)</b>		
Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyunka indyk z pasieki 30g , Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g , Pomidor 90g, Jabłko des. 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy B/C ( <b>GLU, MLE, *</b> ),	Kapuśniak z kap. kw. z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Klops dr. w jarzynach gotowany 80/50 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z jarzyn mieszanych z ciecierzycą 130g ( <b>SEL, *</b> ), Szpinak 130g ( <b>GLU, 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> ), Szyunka drobiowa 60g, Papryka św. 90g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 40g, Sok pomidorowy 1 szt. 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2108.44 kcal; Energia: 7406.41 kJ; Białko ogółem: 69.19 g; białko zwierzęce: 41.16 g; białko roślinne: 21.52 g; Tłuszcz: 64.29 g; Węglowodany ogółem: 291.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.62 g; Sód: 2535.60 mg; Potas: 4357.01 mg; Wapń: 795.78 mg; Fosfor: 1167.92 mg; Błonnik pokarmowy: 39.10 g; suma cukrów prostych: 28.09 g; Woda: 1431.52 g; Popiół: 18.30 g;		
<b>wtorek 2024-01-30</b>		
<b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka indyk z pasieki 30g , Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko des. 1 szt. ,	Kapuśniak z kap. kw. z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Kotlec pożarski smażony 80g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, *</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 130g ( <b>SEL, *</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Kisiel owocowy B/C ( <b>GLU, MLE, *</b> ),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka drobiowa 60g, Sałata ziel. 35g , Papryka św. 40g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2033.29 kcal; Energia: 7309.44 kJ; Białko ogółem: 69.15 g; białko zwierzęce: 52.94 g; białko roślinne: 18.67 g; Tłuszcz: 56.70 g; Węglowodany ogółem: 267.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.46 g; Sód: 2214.84 mg; Potas: 3868.76 mg; Wapń: 538.97 mg; Fosfor: 1108.84 mg; Błonnik pokarmowy: 27.03 g; suma cukrów prostych: 32.71 g; Woda: 1224.15 g; Popiół: 14.75 g;		



### Jadłospisy dla oddziałów

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

Dietetyk

.....