

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-12-04 Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA II/ (1, C1)		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE, *), Pieczywo pszenno-żytnie K 50g (GLU, JAJ, *), Pieczywo graham K 50g (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, SOJ, MLE), Masło ex 20g (MLE), Polędwica drobiowa 30g, Pasztecik drobiowy 38g - 1/4 szt. (GLU, SOJ, MLE), Papryka św. 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Szpinakowa 300ml (GLU, SEL, *), Risotto z mięsem z indyka i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 (GLU, SEL, *), Mizeria z papryką i sosem winegret 130g (*), Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie K 50g (GLU, JAJ, *), Pieczywo graham K 50g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Serek kanapkowy 100g (MLE), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Sok Kubuś 1 szt. 300ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2412.35 kcal; Energia: 8929.07 kJ; Białko ogółem: 94.14 g; białko zwierzęce: 75.68 g; białko roślinne: 29.02 g; Tłuszcz: 66.13 g; Węglowodany ogółem: 375.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.55 g; Sód: 1943.82 mg; Potas: 3712.46 mg; Wapń: 691.39 mg; Fosfor: 1237.03 mg; Błonnik pokarmowy: 28.56 g; suma cukrów prostych: 49.98 g; Woda: 1316.39 g; Popiół: 15.31 g;		
poniedziałek 2023-12-04 Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BŁOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C3)		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, SOJ, MLE), Pieczywo graham K 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 10g (MLE), Polędwica drobiowa 30g, Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Twaróg krojony 30g (MLE), Sałata ziel. 10g, Papryka św. 90g, Pomarańcza 1 szt. , II Śniadanie: Kisiel owocowy B/C (GLU, MLE, *),	Szpinakowa 300ml (GLU, SEL, *), Bitka schab.w jarzyn gotowana 80/50 (SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Mizeria z papryką i sosem winegret 130g (*), Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 130g (MLE), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g (MLE), Serek kanapkowy 100g (MLE), Pasta kalafiorowa 40g, Pomidor 90g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Pieczywo graham K 30g (GLU, MLE, *), Szyńka gotowana 30g (SEL, GOR), Ogórek św. 40g, Sok pomidorowy 1 szt. 330ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2196.72 kcal; Energia: 9286.74 kJ; Białko ogółem: 89.90 g; białko zwierzęce: 62.53 g; białko roślinne: 25.44 g; Tłuszcz: 75.23 g; Węglowodany ogółem: 322.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.81 g; Sód: 2160.24 mg; Potas: 5165.93 mg; Wapń: 678.65 mg; Fosfor: 1592.44 mg; Błonnik pokarmowy: 40.63 g; suma cukrów prostych: 36.63 g; Woda: 1732.64 g; Popiół: 18.26 g;		
poniedziałek 2023-12-04 Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BŁOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)		
Twaróg krojony 30g (MLE),		Szyńka drobiowa 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 67.18 kcal; Energia: 166.50 kJ; Białko ogółem: 2.10 g; białko zwierzęce: 2.10 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 1.41 g; Węglowodany ogółem: 1.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.84 g; Sód: 13.20 mg; Potas: 33.90 mg; Wapń: 28.20 mg; Fosfor: 68.10 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 0.96 g; Woda: 21.63 g; Popiół: 0.24 g;		
poniedziałek 2023-12-04 Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA III/ (2, 9, C2)		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, SOJ, MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Polędwica drobiowa 30g, Pasztecik drobiowy 38g - 1/4 szt. (GLU, SOJ, MLE), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Szpinakowa 300ml (GLU, SEL, *), Risotto z mięsem z indyka i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 (GLU, SEL, *), Jarzynka z wody gotowana 130g (SEL), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Serek kanapkowy 100g (MLE), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Sok Kubuś 1 szt. 300ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2349.94 kcal; Energia: 8974.15 kJ; Białko ogółem: 99.64 g; białko zwierzęce: 71.88 g; białko roślinne: 38.32 g; Tłuszcz: 58.32 g; Węglowodany ogółem: 384.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.60 g; Sód: 1968.63 mg; Potas: 3999.01 mg; Wapń: 733.80 mg; Fosfor: 1248.40 mg; Błonnik pokarmowy: 31.42 g; suma cukrów prostych: 56.15 g; Woda: 1309.31 g; Popiół: 14.89 g;		
poniedziałek 2023-12-04 Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ /VI/ (9)		
Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ),	Bitka schab.w jarzyn gotowana 80/50 (SEL),	
Wartości odżywcze: Energia: 210.70 kcal; Energia: 2045.05 kJ; Białko ogółem: 20.95 g; białko zwierzęce: 20.00 g; białko roślinne: 0.95 g; Tłuszcz: 12.09 g; Węglowodany ogółem: 7.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.46 g; Sód: 259.45 mg; Potas: 956.20 mg; Wapń: 102.30 mg; Fosfor: 599.30 mg; Błonnik pokarmowy: 3.09 g; suma cukrów prostych: 1.88 g; Woda: 196.96 g; Popiół: 3.23 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-12-04 Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE, *), Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, SOJ, MLE), Masło ex 10g (MLE), Polędwica drobiowa 50g, Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt.,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml (GLU, MLE, SEL, *), Risotto z mięsem z indyka i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 (GLU, SEL, *), Jarzynka z wody gotowana 130g (SEL), Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g (MLE), Serek kanapkowy 100g (MLE), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt. (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2013.70 kcal; Energia: 7733.19 kJ; Białko ogółem: 97.25 g; białko zwierzęce: 73.45 g; białko roślinne: 34.82 g; Tłuszcz: 41.25 g; Węglowodany ogółem: 349.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.95 g; Sód: 1791.06 mg; Potas: 3698.10 mg; Wapń: 831.38 mg; Fosfor: 1294.15 mg; Błonnik pokarmowy: 30.76 g; suma cukrów prostych: 45.64 g; Woda: 1307.31 g; Popiół: 13.87 g;		
poniedziałek 2023-12-04 Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE, *), Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, SOJ, MLE), Masło ex 20g (MLE), Polędwica drobiowa 50g, Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt., II Śniadanie: Kisiel owocowy B/C (GLU, MLE, *),	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml (GLU, MLE, SEL, *), Risotto z mięsem z indyka i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 (GLU, SEL, *), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Jarzynka z wody gotowana 130g (SEL), Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Serek kanapkowy 100g (MLE), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt. (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2317.46 kcal; Energia: 9096.49 kJ; Białko ogółem: 105.58 g; białko zwierzęce: 75.45 g; białko roślinne: 38.73 g; Tłuszcz: 57.98 g; Węglowodany ogółem: 393.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.33 g; Sód: 1807.18 mg; Potas: 4612.31 mg; Wapń: 846.22 mg; Fosfor: 1412.81 mg; Błonnik pokarmowy: 34.29 g; suma cukrów prostych: 51.19 g; Woda: 1487.42 g; Popiół: 15.76 g;		
poniedziałek 2023-12-04 Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VIII/ (6)		
Pieczywo graham K 100g (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, SOJ, MLE), Masło ex 10g (MLE), Polędwica drobiowa 30g, Jajko gotowane m 1 szt. (JAJ), Sałata ziel. 10g, Papryka św. 90g, Pomarańcza 1 szt., II Śniadanie: Kisiel owocowy B/C (GLU, MLE, *),	Szpinakowa 300ml (GLU, SEL, *), Risotto z mięsem z indyka i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 (GLU, SEL, *), Mizeria z papryką i sosem winegret 130g (*), Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 130g (MLE), Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo graham K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g (MLE), Serek kanapkowy 100g (MLE), Pomidor 90g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Pieczywo graham K 30g (GLU, MLE, *), Sznoka gotowana 30g (SEL, GOR), Ogórek św. 40g, Sok pomidorowy 1 szt. 330ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2320.50 kcal; Energia: 8388.73 kJ; Białko ogółem: 79.69 g; białko zwierzęce: 56.93 g; białko roślinne: 29.44 g; Tłuszcz: 54.43 g; Węglowodany ogółem: 371.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.83 g; Sód: 2104.27 mg; Potas: 4029.96 mg; Wapń: 637.66 mg; Fosfor: 1316.16 mg; Błonnik pokarmowy: 40.22 g; suma cukrów prostych: 35.24 g; Woda: 1535.80 g; Popiół: 15.71 g;		
poniedziałek 2023-12-04 Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE, *), Pieczywo pszenne K 80g (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, SOJ, MLE), Masło ex 20g (MLE), Polędwica drobiowa 30g, Paszet drobiowy 38g - 1/4 szt. (GLU, SOJ, MLE), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, II Śniadanie: Banan 1 szt.,	Szpinakowa 300ml (GLU, SEL, *), Risotto z mięsem z indyka i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 (GLU, SEL, *), Mizeria z papryką i sosem winegret 130g (*), Kompot owocowy b/c 250ml, Podwieczorek: Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (GLU, MLE, *),	Pieczywo pszenne K 80g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Serek kanapkowy 100g (MLE), Sałata ziel. 35g, Pomidor 40g, Posiłek nocny: Sok Kubuś 1 szt. 300ml,
Wartości odżywcze: Energia: 2314.05 kcal; Energia: 8935.87 kJ; Białko ogółem: 96.81 g; białko zwierzęce: 71.80 g; białko roślinne: 34.12 g; Tłuszcz: 66.62 g; Węglowodany ogółem: 360.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.90 g; Sód: 1721.67 mg; Potas: 3657.71 mg; Wapń: 682.49 mg; Fosfor: 1167.08 mg; Błonnik pokarmowy: 25.62 g; suma cukrów prostych: 55.81 g; Woda: 1339.74 g; Popiół: 14.21 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-12-04		
Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE, *), Pieczywo pszenne K 80g (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, SOJ, MLE), Masło ex 20g (MLE), Polędwica drobiowa 30g, Paszet drobiowy 38g - 1/4 szt. (GLU, SOJ, MLE), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, II Śniadanie: Banan 1 szt. ,	Szpinakowa 300ml (GLU, SEL, *), Risotto z mięsem z indyka i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 (GLU, SEL, *), Jarzynka z wody gotowana 130g (SEL), Kompot owocowy b/c 250ml , Podwieczorek: Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (GLU, MLE, *),	Pieczywo pszenne K 80g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Serek kanapkowy 100g (MLE), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g , Posiłek nocny: Sok Kubuś 1 szt. 300ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2276.24 kcal; Energia: 8666.45 kJ; Białko ogółem: 98.22 g; białko zwierzęce: 71.80 g; białko roślinne: 35.53 g; Tłuszcz: 56.85 g; Węglowodany ogółem: 371.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.19 g; Sód: 1807.78 mg; Potas: 4003.56 mg; Wapń: 730.60 mg; Fosfor: 1223.55 mg; Błonnik pokarmowy: 32.16 g; suma cukrów prostych: 60.19 g; Woda: 1350.28 g; Popiół: 14.51 g;		
poniedziałek 2023-12-04		
Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI/ (7, 8)		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE, *), Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, SOJ, MLE), Masło ex 10g (MLE), Pasta z białka jaja 50g, Szyńka drobiowa 30g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Szpinakowa 300ml (GLU, SEL, *), Risotto z mięsem z indyka i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 (GLU, SEL, *), Jarzynka z wody gotowana 130g (SEL), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g (MLE), Serek kanapkowy 100g (MLE), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Sok Kubuś 1 szt. 300ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2171.52 kcal; Energia: 7997.19 kJ; Białko ogółem: 98.44 g; białko zwierzęce: 67.90 g; białko roślinne: 37.75 g; Tłuszcz: 37.18 g; Węglowodany ogółem: 382.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.63 g; Sód: 1735.03 mg; Potas: 3952.97 mg; Wapń: 714.64 mg; Fosfor: 1211.42 mg; Błonnik pokarmowy: 31.34 g; suma cukrów prostych: 55.95 g; Woda: 1280.76 g; Popiół: 14.15 g;		
poniedziałek 2023-12-04		
Dieta: K. DIETA NISKOBIAŁKOWA /VIII/ (10)		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, SOJ, MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Sałatka z jajkiem 1/2 szt. 60g (JAJ), Pasta brokułowa 50g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml (GLU, MLE, SEL, *), Risotto z mięsem z indyka i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 (GLU, SEL, *), Jarzynka z wody gotowana 130g (SEL), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Serek kanapkowy 100g (MLE), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Sok Kubuś 1 szt. 300ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2174.45 kcal; Energia: 8236.22 kJ; Białko ogółem: 70.46 g; białko zwierzęce: 47.85 g; białko roślinne: 35.28 g; Tłuszcz: 58.26 g; Węglowodany ogółem: 355.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.15 g; Sód: 1603.26 mg; Potas: 3882.01 mg; Wapń: 516.80 mg; Fosfor: 1119.24 mg; Błonnik pokarmowy: 30.33 g; suma cukrów prostych: 47.75 g; Woda: 1206.01 g; Popiół: 13.00 g;		
poniedziałek 2023-12-04		
Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE, *), Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, SOJ, MLE), Masło ex 20g (MLE), Hummus 55g (1/2) (*), Papryka św. 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Szpinakowa 300ml (GLU, SEL, *), Risotto jarskie z sosem pomid. gotowane 300/100 (GLU, SEL, *), Mizeria z papryką i sosem winegret 130g (*), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Serek kanapkowy 100g (MLE), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , Posiłek nocny: Sok Kubuś 1 szt. 300ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2391.86 kcal; Energia: 8686.07 kJ; Białko ogółem: 96.48 g; białko zwierzęce: 61.40 g; białko roślinne: 37.14 g; Tłuszcz: 66.22 g; Węglowodany ogółem: 373.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.93 g; Sód: 1616.20 mg; Potas: 3449.98 mg; Wapń: 669.33 mg; Fosfor: 1051.97 mg; Błonnik pokarmowy: 27.85 g; suma cukrów prostych: 51.69 g; Woda: 1241.12 g; Popiół: 13.48 g;		
poniedziałek 2023-12-04		
Dieta: K. DIETA PŁYNNA /III/ (13)		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Szpinakowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml (GLU, JAJ, SEL),	Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, SEL, *), Posiłek nocny: Suchary z mlekiem 150ml (GLU, JAJ, MLE, *),
Wartości odżywcze: Energia: 1209.17 kcal; Energia: 5208.27 kJ; Białko ogółem: 70.82 g; białko zwierzęce: 46.70 g; białko roślinne: 14.92 g; Tłuszcz: 49.53 g; Węglowodany ogółem: 169.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.30 g; Sód: 795.14 mg; Potas: 2979.42 mg; Wapń: 963.93 mg; Fosfor: 1434.79 mg; Błonnik pokarmowy: 13.29 g; suma cukrów prostych: 31.16 g; Woda: 731.55 g; Popiół: 11.31 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

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

Dietetyk

.....