

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2023-12-05		
Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)		
Makaron na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, 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>), Twaróg krojony 50g (<i>MLE</i>), Szyunka drobiowa 30g, Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt., II Śniadanie: herbatniki 2szt (<i>GLU, MLE, S02, *</i>), Herbata owocowa 250ml (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>),	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, *</i>), Pulpety rybne w sosie koperkowym 80/120 (<i>GLU, JAJ, RYB, MLE, *</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, 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 białka jaja 50g, Szyunka indyk z pasieki 50g, Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1 szt (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2206.93 kcal; Energia: 8707.64 kJ; Białko ogółem: 119.85 g; białko zwierzęce: 83.93 g; białko roślinne: 31.68 g; Tłuszcz: 65.44 g; Węglowodany ogółem: 317.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.67 g; Sód: 1856.41 mg; Potas: 4004.67 mg; Wapń: 780.76 mg; Fosfor: 1210.86 mg; Błonnik pokarmowy: 22.59 g; suma cukrów prosty ch: 49.52 g; Woda: 1352.73 g; Popiół: 13.96 g;		
wtorek 2023-12-05		
Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ (6)		
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>), Twaróg krojony 50g (<i>MLE</i>), Szyunka drobiowa 30g, Sałata ziel. 10g, Pomidor 90g, Pomarańcza 1 szt., II Śniadanie: Sok wielowarzywny 1szt. 300ml,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, *</i>), Pulpet z ryby w jarzynach 80/50 (<i>GLU, JAJ, RYB, MLE, *</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z kapusty pekińskiej 75g (*), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo graham K 80g (<i>GLU, MLE, *</i>), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g (<i>MLE</i>), Jajka gotowane 2szt (<i>JAJ</i>), Papryka św. 90g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Pieczywo graham K 30g (<i>GLU, MLE, *</i>), Szyunka gotowana 30g (<i>SEL, GOR</i>), Ogórek św. 40g, Kefir 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2062.34 kcal; Energia: 8128.05 kJ; Białko ogółem: 89.33 g; białko zwierzęce: 62.40 g; białko roślinne: 22.73 g; Tłuszcz: 55.94 g; Węglowodany ogółem: 299.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.88 g; Sód: 3015.03 mg; Potas: 4567.25 mg; Wapń: 615.13 mg; Fosfor: 1404.40 mg; Błonnik pokarmowy: 31.52 g; suma cukrów prosty ch: 34.16 g; Woda: 1559.40 g; Popiół: 18.41 g;		
wtorek 2023-12-05		
Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)		
Makaron na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, 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>), Szyunka drobiowa 30g, Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, II Śniadanie: Pomarańcza 1 szt.,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, *</i>), Pulpety rybne w sosie koperkowym 80/120 (<i>GLU, JAJ, RYB, MLE, *</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Jarzynka 8-składnikowa gotowane 130g (<i>GLU, MLE, SEL, *</i>), Kompot owocowy b/c 250ml, Podwieczorek: Sok Kubuś 1 szt. 300ml,	Pieczywo pszenne K 80g (<i>GLU, MLE, *</i>), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (<i>MLE</i>), Jajka gotowane 2szt (<i>JAJ</i>), Sałata ziel. 35g, Pomidor 40g, Posiłek nocny: Kefir 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2212.44 kcal; Energia: 9345.25 kJ; Białko ogółem: 113.95 g; białko zwierzęce: 98.30 g; białko roślinne: 25.89 g; Tłuszcz: 66.27 g; Węglowodany ogółem: 302.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.90 g; Sód: 2435.45 mg; Potas: 4329.84 mg; Wapń: 1497.84 mg; Fosfor: 1717.14 mg; Błonnik pokarmowy: 23.73 g; suma cukrów prosty ch: 48.53 g; Woda: 1493.06 g; Popiół: 89.84 g;		
wtorek 2023-12-05		
Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)		
Makaron na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, 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>), Twaróg krojony 50g (<i>MLE</i>), Szyunka drobiowa 30g, Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, II Śniadanie: Pomarańcza 1 szt.,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, *</i>), Pulpety rybne w sosie koperkowym 80/120 (<i>GLU, JAJ, RYB, MLE, *</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 130g (<i>GLU, MLE</i>), Kompot owocowy b/c 250ml, Podwieczorek: Sok Kubuś 1 szt. 300ml,	Pieczywo pszenne K 80g (<i>GLU, MLE, *</i>), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (<i>MLE</i>), Jajka gotowane 2szt (<i>JAJ</i>), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, Posiłek nocny: Kefir 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2176.64 kcal; Energia: 8944.32 kJ; Białko ogółem: 115.46 g; białko zwierzęce: 89.56 g; białko roślinne: 26.16 g; Tłuszcz: 64.20 g; Węglowodany ogółem: 299.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.19 g; Sód: 1416.74 mg; Potas: 4339.56 mg; Wapń: 1096.35 mg; Fosfor: 1563.94 mg; Błonnik pokarmowy: 23.16 g; suma cukrów prosty ch: 47.72 g; Woda: 1615.22 g; Popiół: 15.50 g;		
wtorek 2023-12-05		
Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI/ (7, 8)		
Makaron na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, 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>), Twaróg krojony 50g (<i>MLE</i>), Szyunka drobiowa 30g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt.,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, *</i>), Pulpet z ryby w jarzynach 80/50 (<i>GLU, JAJ, RYB, MLE, *</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, 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 białka jaja 100g (<i>JAJ</i>), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Kefir 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2052.84 kcal; Energia: 8600.73 kJ; Białko ogółem: 109.86 g; białko zwierzęce: 82.04 g; białko roślinne: 29.02 g; Tłuszcz: 55.75 g; Węglowodany ogółem: 298.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.45 g; Sód: 1443.04 mg; Potas: 4248.05 mg; Wapń: 1065.53 mg; Fosfor: 1429.59 mg; Błonnik pokarmowy: 23.24 g; suma cukrów prosty ch: 42.11 g; Woda: 1503.89 g; Popiół: 15.18 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamińskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2023-12-05		
Dieta: K. DIETA NISKOBIĄŁKOWA /VIII/ (10)		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, SOJ, MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Masło ex 20g (MLE), Twaróg krojony 30g (MLE), Dżem 2 szt. 50g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml (GLU, MLE, SEL, *), Ryba w jarzynach duszona 40/50 morszczuk (RYB, SEL), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 130g (GLU, MLE), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Szyńka gotowana z indyka 30g (GLU, SOJ, MLE), Pasta brokułowa 50g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Kefir 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2041.36 kcal; Energia: 8265.40 kJ; Białko ogółem: 70.63 g; białko zwierzęce: 40.16 g; białko roślinne: 29.56 g; Tłuszcz: 64.41 g; Węglowodany ogółem: 320.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.28 g; Sód: 1593.63 mg; Potas: 4016.78 mg; Wapń: 772.89 mg; Fosfor: 949.21 mg; Błonnik pokarmowy: 26.25 g; suma cukrów prostych: 68.63 g; Woda: 1303.34 g; Popiół: 13.14 g;		
wtorek 2023-12-05		
Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (GLU, SOJ, MLE), Masło ex 20g (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (GLU, MLE, SEL, *), Kluski śląskie w sosie jarzynowym 300/200g H (GLU, JAJ, MLE, SEL, *), Jarzynka 8-składnikowa gotowane 130g (GLU, MLE, SEL, *), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g (GLU, MLE, *), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (MLE), Jajka gotowane 2szt (JAJ), Papryka św. 50g, Sałata ziel. 10g, Posiłek nocny: Kefir 1szt,
Wartości odżywcze: Energia: 2383.92 kcal; Energia: 10701.14 kJ; Białko ogółem: 104.47 g; białko zwierzęce: 81.59 g; białko roślinne: 34.05 g; Tłuszcz: 67.62 g; Węglowodany ogółem: 368.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.96 g; Sód: 2545.01 mg; Potas: 4546.69 mg; Wapń: 1537.64 mg; Fosfor: 1725.34 mg; Błonnik pokarmowy: 28.58 g; suma cukrów prostych: 46.09 g; Woda: 1423.92 g; Popiół: 131.43 g;		
wtorek 2023-12-05		
Dieta: K. DIETA PŁYNNĄ /III/ (13)		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Ziemniaczanka miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml (GLU, MLE, SEL),	Jarzy nowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 400ml (GLU, JAJ, SEL, *), Posiłek nocny: Twarożek płynny 150g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 1150.32 kcal; Energia: 5272.17 kJ; Białko ogółem: 51.42 g; białko zwierzęce: 38.42 g; białko roślinne: 13.01 g; Tłuszcz: 51.69 g; Węglowodany ogółem: 137.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.72 g; Sód: 681.39 mg; Potas: 2884.92 mg; Wapń: 919.13 mg; Fosfor: 1505.89 mg; Błonnik pokarmowy: 10.46 g; suma cukrów prostych: 31.76 g; Woda: 659.31 g; Popiół: 10.40 g;		

Dietetyk

.....