



## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamińskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2023-12-08</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>		
Zacierka 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> ), Dżem 30g (*), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko gotowane 1 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w sosie pomid. duszona 80/120 morszczuk ( <b>GLU, RYB, SEL, *</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Buraczki z olejem gotowane 130g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka gotowana z indyka 60g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2001.60 kcal; Energia: 8099.82 kJ; Białko ogółem: 94.79 g; białko zwierzęce: 72.70 g; białko roślinne: 20.27 g; Tłuszcz: 47.88 g; Węglowodany ogółem: 340.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.02 g; Sód: 1981.70 mg; Potas: 4328.48 mg; Wapń: 801.61 mg; Fosfor: 1207.81 mg; Błonnik pokarmowy: 24.97 g; suma cukrów prostych: 66.15 g; Woda: 1372.27 g; Popiół: 15.16 g;		
<b>piątek 2023-12-08</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>		
Zacierka 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> ), Twaróg krojony 80g ( <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> ),	Krupnik z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w sosie pomid. duszona 80/120 morszczuk ( <b>GLU, RYB, SEL, *</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Buraczki z olejem gotowane 130g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka gotowana z indyka 60g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2097.50 kcal; Energia: 8501.22 kJ; Białko ogółem: 99.20 g; białko zwierzęce: 74.70 g; białko roślinne: 20.25 g; Tłuszcz: 64.35 g; Węglowodany ogółem: 328.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.38 g; Sód: 1983.45 mg; Potas: 4333.53 mg; Wapń: 803.91 mg; Fosfor: 1210.36 mg; Błonnik pokarmowy: 25.20 g; suma cukrów prostych: 52.82 g; Woda: 1382.86 g; Popiół: 15.11 g;		
<b>piątek 2023-12-08</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> ), Twaróg krojony 80g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g , Papryka św. 90g , Pomarańcza 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy B/C ( <b>GLU, MLE, *</b> ),	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 , Surówka z kapusty kiszonej 130g , Buraczki z olejem gotowane 130g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka gotowana z indyka 60g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 90g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Ogórek św. 40g , Kefir 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2081.86 kcal; Energia: 7595.31 kJ; Białko ogółem: 88.37 g; białko zwierzęce: 60.17 g; białko roślinne: 23.95 g; Tłuszcz: 58.33 g; Węglowodany ogółem: 305.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.93 g; Sód: 2517.75 mg; Potas: 4822.58 mg; Wapń: 922.94 mg; Fosfor: 1369.98 mg; Błonnik pokarmowy: 34.15 g; suma cukrów prostych: 44.33 g; Woda: 1632.71 g; Popiół: 18.98 g;		
<b>piątek 2023-12-08</b>		
<b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>		
Zacierka 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> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Dżem 30g (*), Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g , <b>II Śniadanie:</b> Pomarańcza 1 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba smażona 80g morszczuk ( <b>GLU, JAJ, RYB, OZI, ORZ</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Surówka z kapusty kiszonej 130g , Kompot owocowy b/c 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem 200g ( <b>GLU, MLE, *</b> ),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka gotowana z indyka 60g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 35g , Pomidor 40g , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2052.93 kcal; Energia: 8579.91 kJ; Białko ogółem: 87.11 g; białko zwierzęce: 66.17 g; białko roślinne: 17.66 g; Tłuszcz: 67.56 g; Węglowodany ogółem: 322.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.83 g; Sód: 2092.85 mg; Potas: 3859.00 mg; Wapń: 978.40 mg; Fosfor: 1150.20 mg; Błonnik pokarmowy: 25.34 g; suma cukrów prostych: 60.28 g; Woda: 1383.10 g; Popiół: 15.02 g;		



### Jadłospisy dla oddziałów

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

Dietetyk

.....