

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-12-13</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, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Jarzynowa 8 skl. z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba smażona 80g morszczuk ( <b>GLU, JAJ, RYB, OZI, ORZ</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Mizeria z jogurtem i papryką 130g ( <b>MLE</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> ), Szyunka gotowana 50g (*), Pasta z jaja i wędliny z ciecierzycą 50g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, *</b> ), Papryka św. 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2292.58 kcal; Energia: 9009.02 kJ; Białko ogółem: 88.39 g; białko zwierzęce: 57.93 g; białko roślinne: 22.34 g; Tłuszcz: 64.49 g; Węglowodany ogółem: 336.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.31 g; Sód: 2439.90 mg; Potas: 4556.56 mg; Wapń: 910.47 mg; Fosfor: 1597.48 mg; Błonnik pokarmowy: 27.36 g; suma cukrów prostych: 53.75 g; Woda: 1475.94 g; Popiół: 28.12 g;		
<b>piątek 2024-12-13</b>		
<b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C3)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor 90g, Pomarańcza 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy B/C 200ml (*),	Jarzynowa 8 skl. z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Mizeria z jogurtem i papryką 130g ( <b>MLE</b> ), Surówka coleslaw mieszany 130g ( <b>MLE, SO2</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 gotowana 50g (*), Pasta z jaja i wędliny 50g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, *</b> ), Buraczki talarki 40g , Papryka św. 40g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Polędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ), Ogórek św. 40g, Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2263.12 kcal; Energia: 8217.08 kJ; Białko ogółem: 106.96 g; białko zwierzęce: 58.67 g; białko roślinne: 22.34 g; Tłuszcz: 69.70 g; Węglowodany ogółem: 301.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.94 g; Sód: 2223.48 mg; Potas: 5256.99 mg; Wapń: 969.29 mg; Fosfor: 1566.58 mg; Błonnik pokarmowy: 32.96 g; suma cukrów prostych: 49.26 g; Woda: 1785.60 g; Popiół: 29.15 g;		
<b>piątek 2024-12-13</b>		
<b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>		
Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ),		Polędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 149.15 kcal; Energia: 129.90 kJ; Białko ogółem: 9.91 g; białko zwierzęce: 0.00 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 4.72 g; Węglowodany ogółem: 3.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.27 g; Sód: 0.00 mg; Potas: 0.00 mg; Wapń: 0.00 mg; Fosfor: 0.00 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 0.00 g; Woda: 0.00 g; Popiół: 0.00 g;		
<b>piątek 2024-12-13</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 150ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w sosie koperk. gotowana 80/120 morszczuk ( <b>GLU, RYB, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka gotowana 50g (*), Pasta z jaja i wędliny 50g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2275.34 kcal; Energia: 9061.85 kJ; Białko ogółem: 95.25 g; białko zwierzęce: 66.89 g; białko roślinne: 17.57 g; Tłuszcz: 62.54 g; Węglowodany ogółem: 327.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.92 g; Sód: 2387.00 mg; Potas: 4699.30 mg; Wapń: 958.44 mg; Fosfor: 1558.74 mg; Błonnik pokarmowy: 24.97 g; suma cukrów prostych: 60.31 g; Woda: 1495.37 g; Popiół: 16.51 g;		
<b>piątek 2024-12-13</b>		
<b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ VII (9)</b>		
Polędwica Premium 50g ( <b>SOJ, *</b> ),	Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 218.50 kcal; Energia: 674.50 kJ; Białko ogółem: 28.54 g; białko zwierzęce: 18.92 g; białko roślinne: 0.62 g; Tłuszcz: 10.70 g; Węglowodany ogółem: 4.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.05 g; Sód: 135.70 mg; Potas: 425.30 mg; Wapń: 60.60 mg; Fosfor: 178.30 mg; Błonnik pokarmowy: 1.70 g; suma cukrów prostych: 1.05 g; Woda: 122.76 g; Popiół: 1.60 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-12-13</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</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU,</b> <b>SOJ, MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko gotowane 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyunka gotowana 50g (*), Pasta z białka jaja i wędliny 50g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2221.00 kcal; Energia: 8757.19 kJ; Białko ogółem: 92.18 g; białko zwierzęce: 64.58 g; białko roślinne: 15.94 g; Tłuszcz: 59.89 g; Węglowodany ogółem: 345.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.67 g; Sód: 2482.79 mg; Potas: 4371.73 mg; Wapń: 1025.00 mg; Fosfor: 1436.98 mg; Błonnik pokarmowy: 26.24 g; suma cukrów prostych: 53.96 g; Woda: 1548.46 g; Popiół: 15.98 g;		
<b>piątek 2024-12-13</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</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU,</b> <b>SOJ, MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko gotowane 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*),	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka gotowana 50g (*), Pasta z białka jaja i wędliny 50g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2228.18 kcal; Energia: 8764.62 kJ; Białko ogółem: 91.16 g; białko zwierzęce: 62.02 g; białko roślinne: 16.02 g; Tłuszcz: 66.12 g; Węglowodany ogółem: 338.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.45 g; Sód: 2342.52 mg; Potas: 4375.78 mg; Wapń: 967.63 mg; Fosfor: 1382.24 mg; Błonnik pokarmowy: 27.40 g; suma cukrów prostych: 55.88 g; Woda: 1568.17 g; Popiół: 15.49 g;		
<b>piątek 2024-12-13</b>		
<b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ (6)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 90g , Sałata ziel. 10g , Pomarańcza 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy B/C 200ml (*),	Jarzynowa 8 skl. z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Surówka coleslaw mieszany 130g ( <b>MLE, SO2</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata 250ml , Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyunka gotowana 50g (*), Pasta z jaja i wędliny z ciecierzycą 50g ( <b>JAJ, SOJ,</b> <b>MLE, *</b> ), Papryka św. 90g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Połędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ), Ogórek św. 40g , Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2224.38 kcal; Energia: 8448.74 kJ; Białko ogółem: 107.48 g; białko zwierzęce: 67.07 g; białko roślinne: 20.40 g; Tłuszcz: 69.03 g; Węglowodany ogółem: 305.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.86 g; Sód: 2136.94 mg; Potas: 5552.69 mg; Wapń: 1080.55 mg; Fosfor: 1612.87 mg; Błonnik pokarmowy: 35.44 g; suma cukrów prostych: 65.59 g; Woda: 1899.82 g; Popiół: 29.24 g;		
<b>piątek 2024-12-13</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</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU,</b> <b>SOJ, MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g , <b>II Śniadanie:</b> Banan 1 szt. ,	Jarzynowa 8 skl. z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba smażona 80g morszczuk ( <b>GLU, JAJ, RYB, OZI, ORZ</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Mizeria z jogurtem i papryką 130g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml , <b>Podwieczerek:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka gotowana 50g (*), Pasta z jaja i wędliny 50g ( <b>JAJ, SOJ,</b> <b>MLE, *</b> ), Sałata ziel. 35g , Pomidor 40g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2234.32 kcal; Energia: 9208.00 kJ; Białko ogółem: 84.09 g; białko zwierzęce: 52.73 g; białko roślinne: 19.11 g; Tłuszcz: 63.54 g; Węglowodany ogółem: 333.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.38 g; Sód: 2291.31 mg; Potas: 4464.06 mg; Wapń: 863.54 mg; Fosfor: 1481.29 mg; Błonnik pokarmowy: 23.91 g; suma cukrów prostych: 59.06 g; Woda: 1468.84 g; Popiół: 26.96 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-12-13</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyńka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU,</b> <b>SOJ, MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g , <b>II Śniadanie:</b> Banan 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w sosie koperk. gotowana 80/120 morszczuk ( <b>GLU, RYB, MLE,</b> <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyńka gotowana 50g (*), Pasta z jaja i wędliny 50g ( <b>JAJ, SOJ,</b> <b>MLE, *</b> ), Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2243.15 kcal; Energia: 8850.24 kJ; Białko ogółem: 89.07 g; białko zwierzęce: 59.89 g; białko roślinne: 16.93 g; Tłuszcz: 60.79 g; Węglowodany ogółem: 324.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.76 g; Sód: 2341.21 mg; Potas: 4451.74 mg; Wapń: 852.93 mg; Fosfor: 1460.29 mg; Błonnik pokarmowy: 26.37 g; suma cukrów prostych: 60.12 g; Woda: 1466.26 g; Popiół: 15.99 g;		
<b>piątek 2024-12-13</b>		
<b>Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI/ (7, 8)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyńka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU,</b> <b>SOJ, MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Banan 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyńka gotowana 50g (*), Pasta z białka jaja i wędliny 50g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2210.65 kcal; Energia: 8715.27 kJ; Białko ogółem: 92.28 g; białko zwierzęce: 63.86 g; białko roślinne: 16.76 g; Tłuszcz: 53.53 g; Węglowodany ogółem: 346.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.28 g; Sód: 2438.86 mg; Potas: 4693.98 mg; Wapń: 1023.58 mg; Fosfor: 1441.14 mg; Błonnik pokarmowy: 25.37 g; suma cukrów prostych: 65.71 g; Woda: 1506.81 g; Popiół: 16.49 g;		
<b>piątek 2024-12-13</b>		
<b>Dieta: K. DIETA NISKOBIAŁKOWA /VIII/ (10)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyńka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU,</b> <b>SOJ, MLE</b> ), Pasta kalafiorowa 50g , Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Banan 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn. gotowany 40/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g , Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka niskobiałkowa makaronowa z brokulem 200g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2246.69 kcal; Energia: 9228.89 kJ; Białko ogółem: 48.65 g; białko zwierzęce: 28.07 g; białko roślinne: 22.66 g; Tłuszcz: 73.25 g; Węglowodany ogółem: 357.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.07 g; Sód: 1754.93 mg; Potas: 4400.02 mg; Wapń: 576.11 mg; Fosfor: 1029.77 mg; Błonnik pokarmowy: 28.04 g; suma cukrów prostych: 45.81 g; Woda: 1252.70 g; Popiół: 13.56 g;		
<b>piątek 2024-12-13</b>		
<b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g , serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g , Banan 1 szt. ,	Jarzynowa 8 skł. z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Leczo węge z pieczarkami 300g ( <b>GLU, *</b> ), Ziemniaki gotowane 200g , Mizeria z jogurtem i papryką 130g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka wegetariańska makaronowa z brokulem 200g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Papryka św. 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2209.66 kcal; Energia: 9967.08 kJ; Białko ogółem: 81.58 g; białko zwierzęce: 57.32 g; białko roślinne: 28.63 g; Tłuszcz: 66.43 g; Węglowodany ogółem: 350.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.21 g; Sód: 1260.86 mg; Potas: 5489.29 mg; Wapń: 1307.64 mg; Fosfor: 1593.05 mg; Błonnik pokarmowy: 27.83 g; suma cukrów prostych: 73.48 g; Woda: 1828.83 g; Popiół: 29.17 g;		
<b>piątek 2024-12-13</b>		
<b>Dieta: K. DIETA PŁYNNNA /III/ (13)</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, *</b> ),	Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, *</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Suchary z herbatą 150ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1125.33 kcal; Energia: 5332.00 kJ; Białko ogółem: 42.93 g; białko zwierzęce: 25.74 g; białko roślinne: 17.19 g; Tłuszcz: 45.51 g; Węglowodany ogółem: 163.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.31 g; Sód: 907.50 mg; Potas: 2945.47 mg; Wapń: 764.43 mg; Fosfor: 1360.08 mg; Błonnik pokarmowy: 13.09 g; suma cukrów prostych: 26.44 g; Woda: 611.84 g; Popiół: 10.64 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-12-14</b> <b>Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA II/ (1, C1)</b>		
Pł. jęczmienne 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, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Ogórek św. 50g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt., Szynka delikatesowa 30g (*),	Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Risotto z mięsem drob. i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Surówka z selera i jabłka z jogurtem z pietruszką 130g ( <b>MLE, 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> ), Szynka filet pieczony 50g (*), Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2362.52 kcal; Energia: 8678.00 kJ; Białko ogółem: 96.48 g; białko zwierzęce: 55.26 g; białko roślinne: 21.95 g; Tłuszcz: 63.61 g; Węglowodany ogółem: 321.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.52 g; Sód: 1861.30 mg; Potas: 3490.76 mg; Wapń: 1228.69 mg; Fosfor: 1553.73 mg; Błonnik pokarmowy: 28.96 g; suma cukrów prostych: 46.37 g; Woda: 1333.35 g; Popiół: 15.57 g;		
<b>sobota 2024-12-14</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, MLE</b> ), Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Sałata ziel. 10g, Ogórek św. 90g, Pomarańcza 1 szt., Szynka gotowana 30g (*), Szynka delikatesowa 30g (*), <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 200g (1szt),	Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab.w jarzyn gotowana 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z selera i jabłka z jogurtem z pietruszką 130g ( <b>MLE, SEL</b> ), Brokuły 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> ), Galaretką drobiowa 100g ( <b>SKR, JAJ, SEL</b> ), Szynka filet pieczony 50g (*), Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Pomidor 90g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Papryka św. 40g, Sok wielowarzywny 1szt. 300ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2243.27 kcal; Energia: 8787.11 kJ; Białko ogółem: 110.51 g; białko zwierzęce: 58.89 g; białko roślinne: 20.74 g; Tłuszcz: 72.62 g; Węglowodany ogółem: 279.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.66 g; Sód: 2426.06 mg; Potas: 4636.39 mg; Wapń: 826.11 mg; Fosfor: 1639.16 mg; Błonnik pokarmowy: 37.77 g; suma cukrów prostych: 28.18 g; Woda: 1433.16 g; Popiół: 17.52 g;		
<b>sobota 2024-12-14</b> <b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BŁOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>		
Szynka gotowana 30g (*),		Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 160.95 kcal; Energia: 0.00 kJ; Białko ogółem: 9.60 g; białko zwierzęce: 0.00 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 5.58 g; Węglowodany ogółem: 7.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.66 g; Sód: 240.29 mg; Potas: 0.00 mg; Wapń: 0.00 mg; Fosfor: 0.00 mg; Błonnik pokarmowy: 2.42 g; suma cukrów prostych: 0.21 g; Woda: 0.00 g; Popiół: 0.00 g;		
<b>sobota 2024-12-14</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA /III/ (2, 9, C2)</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt., Szynka delikatesowa 30g (*),	Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Risotto z mięsem drob. i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka filet pieczony 50g (*), Galaretką drobiowa 100g ( <b>SKR, JAJ, SEL</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2288.39 kcal; Energia: 7837.47 kJ; Białko ogółem: 98.42 g; białko zwierzęce: 33.76 g; białko roślinne: 23.54 g; Tłuszcz: 54.44 g; Węglowodany ogółem: 322.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.63 g; Sód: 1325.85 mg; Potas: 3328.73 mg; Wapń: 684.21 mg; Fosfor: 1134.89 mg; Błonnik pokarmowy: 27.69 g; suma cukrów prostych: 38.20 g; Woda: 1206.51 g; Popiół: 13.38 g;		
<b>sobota 2024-12-14</b> <b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ /VI/ (9)</b>		
Twaróg krojony 100g ( <b>MLE</b> ),	Bitka schab.w jarzyn gotowana 80/50 ( <b>SEL</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 272.20 kcal; Energia: 2094.05 kJ; Białko ogółem: 19.95 g; białko zwierzęce: 19.00 g; białko roślinne: 0.95 g; Tłuszcz: 14.49 g; Węglowodany ogółem: 10.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.25 g; Sód: 162.45 mg; Potas: 936.20 mg; Wapń: 149.30 mg; Fosfor: 622.30 mg; Błonnik pokarmowy: 3.09 g; suma cukrów prostych: 5.08 g; Woda: 192.86 g; Popiół: 3.03 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-12-14</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, Szynka delikatesowa 30g (*), <b>II Śniadanie:</b> Pomarańcza 1 szt. ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Risotto z mięsem drob. i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml , <b>Podwieczorek:</b> herbatniki 2opak ( <b>GLU, MLE, S02, *</b> ), Herbata owocowa b/c 250ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka filet pieczony 50g (*), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, Paszтет drobiowy 50g - 1/5 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2220.43 kcal; Energia: 8381.41 kJ; Białko ogółem: 103.95 g; białko zwierzęce: 44.51 g; białko roślinne: 28.21 g; Tłuszcz: 52.82 g; Węglowodany ogółem: 329.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.12 g; Sód: 1350.20 mg; Potas: 4293.20 mg; Wapń: 924.20 mg; Fosfor: 1375.57 mg; Błonnik pokarmowy: 27.41 g; suma cukrów prostych: 54.81 g; Woda: 1514.81 g; Popiół: 16.25 g;		
<b>sobota 2024-12-14</b>		
<b>Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI (7, 8)</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z białka jaja 50g ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. , Szynka delikatesowa 30g (*),	Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Risotto z mięsem drob. i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka filet pieczony 50g (*), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Pasta z kurczaka i warzyw 50g ( <b>SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2203.72 kcal; Energia: 7912.33 kJ; Białko ogółem: 96.86 g; białko zwierzęce: 42.51 g; białko roślinne: 26.26 g; Tłuszcz: 47.56 g; Węglowodany ogółem: 337.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.10 g; Sód: 1133.30 mg; Potas: 4350.83 mg; Wapń: 879.11 mg; Fosfor: 1285.51 mg; Błonnik pokarmowy: 28.41 g; suma cukrów prostych: 46.86 g; Woda: 1472.05 g; Popiół: 15.23 g;		
<b>sobota 2024-12-14</b>		
<b>Dieta: K. DIETA NISKOBIAŁKOWA /VIII (10)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Dżem 2 szt. 50g, Sałata ziel. 10g, Pomidor 50g, Pomarańcza 1 szt. ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Naleśniki z jabłkiem i polewą jogurtową 3 szt niskobiałkowe ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Banan 1 szt. , Kompot owocowy b/c 250ml, Ziemniaki gotowane 200g ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka filet pieczony 30g (*), Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2265.17 kcal; Energia: 8627.31 kJ; Białko ogółem: 50.94 g; białko zwierzęce: 17.52 g; białko roślinne: 18.39 g; Tłuszcz: 69.97 g; Węglowodany ogółem: 357.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.17 g; Sód: 702.17 mg; Potas: 3758.04 mg; Wapń: 441.98 mg; Fosfor: 779.82 mg; Błonnik pokarmowy: 26.62 g; suma cukrów prostych: 89.08 g; Woda: 1220.75 g; Popiół: 10.70 g;		
<b>sobota 2024-12-14</b>		
<b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajka gotowane 2szt. ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Naleśniki z serem i polewą jogurtową smażone 2szt./100ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Banan 1 szt. , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Wędlina wegetariańska 50g, Papryka św. 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2301.27 kcal; Energia: 9955.95 kJ; Białko ogółem: 87.82 g; białko zwierzęce: 79.69 g; białko roślinne: 16.56 g; Tłuszcz: 70.75 g; Węglowodany ogółem: 300.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.08 g; Sód: 1750.95 mg; Potas: 3781.55 mg; Wapń: 1598.96 mg; Fosfor: 1927.04 mg; Błonnik pokarmowy: 19.88 g; suma cukrów prostych: 83.66 g; Woda: 1556.46 g; Popiół: 16.78 g;		
<b>sobota 2024-12-14</b>		
<b>Dieta: K. DIETA PŁYNNNA /III/ (13)</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Gospodarska mikсовana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),	Jarzynowa mikсовana z masłem, mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, *</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty z herbatą 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1221.06 kcal; Energia: 5742.42 kJ; Białko ogółem: 43.90 g; białko zwierzęce: 26.92 g; białko roślinne: 16.99 g; Tłuszcz: 52.79 g; Węglowodany ogółem: 168.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.68 g; Sód: 801.68 mg; Potas: 2686.09 mg; Wapń: 783.61 mg; Fosfor: 1346.85 mg; Błonnik pokarmowy: 11.14 g; suma cukrów prostych: 34.13 g; Woda: 556.84 g; Popiół: 9.75 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-12-15</b> <b>Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA II/ (1, C1)</b>		
Kasza manna 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, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasztet drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Polędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ), Papryka św. 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Udko opiekane 130g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Sałatka z ogórka kiszzonego z papryką i ciecierzycą 130g, 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> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2268.03 kcal; Energia: 8902.88 kJ; Białko ogółem: 85.53 g; białko zwierzęce: 70.00 g; białko roślinne: 17.77 g; Tłuszcz: 69.09 g; Węglowodany ogółem: 315.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.58 g; Sód: 2880.61 mg; Potas: 3589.49 mg; Wapń: 715.01 mg; Fosfor: 1336.48 mg; Błonnik pokarmowy: 23.19 g; suma cukrów prostych: 33.88 g; Woda: 1346.78 g; Popiół: 17.21 g;		
<b>niedziela 2024-12-15</b> <b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C3)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ), Szyńka gotowana 30g (*), Sałata ziel. 10g, Papryka św. 90g, Jabłko des. 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy B/C 200ml (*),	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Udko w jarzynach 130/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Sałatka z ogórka kiszzonego z papryką i ciecierzycą 130g, Surówka z marchwi i jabłka 130g ( <b>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> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ), Buraczki talarki 40g, Pomidor 90g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Szyńka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Ogórek św. 40g, Sok pomidorowy 1 szt. 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2257.83 kcal; Energia: 8050.70 kJ; Białko ogółem: 95.21 g; białko zwierzęce: 80.46 g; białko roślinne: 18.46 g; Tłuszcz: 67.29 g; Węglowodany ogółem: 279.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.77 g; Sód: 3218.55 mg; Potas: 4352.74 mg; Wapń: 1103.26 mg; Fosfor: 1528.64 mg; Błonnik pokarmowy: 28.32 g; suma cukrów prostych: 45.55 g; Woda: 1684.71 g; Popiół: 18.45 g;		
<b>niedziela 2024-12-15</b> <b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>		
Szyńka gotowana 30g (*),		Szyńka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 55.97 kcal; Energia: 0.00 kJ; Białko ogółem: 3.92 g; białko zwierzęce: 0.00 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 1.58 g; Węglowodany ogółem: 1.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.39 g; Sód: 570.93 mg; Potas: 0.00 mg; Wapń: 0.00 mg; Fosfor: 0.00 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 0.21 g; Woda: 0.00 g; Popiół: 0.00 g;		
<b>niedziela 2024-12-15</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA III/ (2, 9, C2)</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasztet drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Polędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Udko w sosie koperkowym duszone 130/120 ( <b>GLU, 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</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2264.14 kcal; Energia: 9263.35 kJ; Białko ogółem: 88.14 g; białko zwierzęce: 75.81 g; białko roślinne: 17.83 g; Tłuszcz: 62.83 g; Węglowodany ogółem: 329.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.19 g; Sód: 1932.53 mg; Potas: 4169.47 mg; Wapń: 995.24 mg; Fosfor: 1449.62 mg; Błonnik pokarmowy: 26.09 g; suma cukrów prostych: 50.74 g; Woda: 1511.69 g; Popiół: 15.65 g;		
<b>niedziela 2024-12-15</b> <b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ /VII/ (9)</b>		
Szyńka gotowana 50g (*),	Udko w jarzynach 130/50 ( <b>SEL</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 493.43 kcal; Energia: 1230.15 kJ; Białko ogółem: 21.99 g; białko zwierzęce: 30.24 g; białko roślinne: 0.49 g; Tłuszcz: 19.21 g; Węglowodany ogółem: 3.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 5.88 g; Sód: 595.35 mg; Potas: 638.20 mg; Wapń: 27.90 mg; Fosfor: 369.30 mg; Błonnik pokarmowy: 1.28 g; suma cukrów prostych: 1.24 g; Woda: 156.06 g; Popiół: 2.02 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-12-15</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU,</b> <b>SOJ, MLE</b> ), Połędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>II Śniadanie:</b> Jabłko des. 1 szt. ,	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU,</b> <b>SEL, *</b> ), Udko w sosie koperkowym duszone 130/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Galaretką z pomarańczą 200g (*),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2220.56 kcal; Energia: 9032.29 kJ; Białko ogółem: 82.26 g; białko zwierzęce: 69.56 g; białko roślinne: 17.80 g; Tłuszcz: 62.42 g; Węglowodany ogółem: 319.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.20 g; Sód: 1809.47 mg; Potas: 4072.50 mg; Wapń: 894.67 mg; Fosfor: 1363.41 mg; Błonnik pokarmowy: 27.16 g; suma cukrów prostych: 56.11 g; Woda: 1516.26 g; Popiół: 15.24 g;		
<b>niedziela 2024-12-15</b> <b>Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI/ (7, 8)</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Połędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ), Pasta z kurczaka i warzyw 50g ( <b>SEL</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Bulion warzywny z makaronem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Udko w jarzynach 130/50 ( <b>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</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2258.59 kcal; Energia: 8387.15 kJ; Białko ogółem: 75.16 g; białko zwierzęce: 68.87 g; białko roślinne: 16.47 g; Tłuszcz: 55.74 g; Węglowodany ogółem: 312.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.05 g; Sód: 1605.94 mg; Potas: 4087.84 mg; Wapń: 751.15 mg; Fosfor: 1356.09 mg; Błonnik pokarmowy: 26.92 g; suma cukrów prostych: 41.97 g; Woda: 1362.44 g; Popiół: 14.00 g;		
<b>niedziela 2024-12-15</b> <b>Dieta: K. DIETA NISKOBIAŁKOWA /VIII/ (10)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ,</b> <b>GOR, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Rosół z makaronem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU,</b> <b>SEL, *</b> ), Zapiekanka z warzywami niskobiałkowa 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Sałatka z ogórka kiszzonego z papryką i ciecierzycą 130g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka ryżowa z jarzynką 7-skl niskobiałkowa 200g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2221.59 kcal; Energia: 8996.98 kJ; Białko ogółem: 56.12 g; białko zwierzęce: 27.63 g; białko roślinne: 16.10 g; Tłuszcz: 71.33 g; Węglowodany ogółem: 351.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.76 g; Sód: 2592.48 mg; Potas: 3125.25 mg; Wapń: 571.35 mg; Fosfor: 932.89 mg; Błonnik pokarmowy: 22.93 g; suma cukrów prostych: 32.79 g; Woda: 1090.55 g; Popiół: 63.42 g;		
<b>niedziela 2024-12-15</b> <b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ,</b> <b>GOR, *</b> ), Papryka św. 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Bulion warzywny z makaronem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Zapiekanka z warzywami wege 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Sałatka z ogórka kiszzonego z papryką i ciecierzycą 130g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka ryżowa z jarzynką 7-skl i serem wege 200g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2258.30 kcal; Energia: 9385.90 kJ; Białko ogółem: 91.93 g; białko zwierzęce: 61.29 g; białko roślinne: 18.25 g; Tłuszcz: 70.36 g; Węglowodany ogółem: 347.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.40 g; Sód: 2528.96 mg; Potas: 3785.04 mg; Wapń: 1158.39 mg; Fosfor: 1334.42 mg; Błonnik pokarmowy: 22.89 g; suma cukrów prostych: 55.42 g; Woda: 1522.87 g; Popiół: 66.20 g;		
<b>niedziela 2024-12-15</b> <b>Dieta: K. DIETA PŁYNNĄ /III/ (13)</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Rosół mixowany 1000ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ),	Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, *</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Suchary z herbatą 150ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1036.74 kcal; Energia: 4734.27 kJ; Białko ogółem: 35.00 g; białko zwierzęce: 18.30 g; białko roślinne: 16.70 g; Tłuszcz: 43.79 g; Węglowodany ogółem: 153.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.47 g; Sód: 750.43 mg; Potas: 2176.62 mg; Wapń: 710.95 mg; Fosfor: 1102.07 mg; Błonnik pokarmowy: 10.84 g; suma cukrów prostych: 25.29 g; Woda: 410.20 g; Popiół: 8.38 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-12-16</b>		
<b>Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA II (1, C1)</b>		
Zacierka 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, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Pasta jajeczna 50g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Kotlet pożarski smażony 80g ( <b>GLU, JAJ, OZI, ORZ</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z białej kapusty 130g, Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ), Sałatka makaronowa z szynką, ciecierzycą i olejem 200g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Papryka św. 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2240.76 kcal; Energia: 9137.07 kJ; Białko ogółem: 85.95 g; białko zwierzęce: 61.48 g; białko roślinne: 23.19 g; Tłuszcz: 68.19 g; Węglowodany ogółem: 325.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.64 g; Sód: 1754.05 mg; Potas: 4111.06 mg; Wapń: 1513.71 mg; Fosfor: 1505.68 mg; Błonnik pokarmowy: 27.17 g; suma cukrów prostych: 57.88 g; Woda: 1387.18 g; Popiół: 60.25 g;		
<b>poniedziałek 2024-12-16</b>		
<b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C3)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta jajeczna 50g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Połędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor 90g, Pomarańcza 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Sok wielowarzywny 1szt. 300ml ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Pulpet dr.w jarzynach gotowany 80/50 ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z białej kapusty 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 filet pieczony 60g (*), Papryka św. 90g , Sałata ziel. 10g, Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 40g, Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2220.09 kcal; Energia: 8176.09 kJ; Białko ogółem: 97.02 g; białko zwierzęce: 47.23 g; białko roślinne: 23.19 g; Tłuszcz: 63.39 g; Węglowodany ogółem: 307.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.10 g; Sód: 2055.40 mg; Potas: 4207.45 mg; Wapń: 1102.31 mg; Fosfor: 1382.90 mg; Błonnik pokarmowy: 33.59 g; suma cukrów prostych: 29.35 g; Woda: 1420.89 g; Popiół: 16.71 g;		
<b>poniedziałek 2024-12-16</b>		
<b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>		
Polędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ),		Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 149.15 kcal; Energia: 129.90 kJ; Białko ogółem: 9.91 g; białko zwierzęce: 0.00 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 4.72 g; Węglowodany ogółem: 3.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.27 g; Sód: 0.00 mg; Potas: 0.00 mg; Wapń: 0.00 mg; Fosfor: 0.00 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 0.00 g; Woda: 0.00 g; Popiół: 0.00 g;		
<b>poniedziałek 2024-12-16</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA III (2, 9, C2)</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta jajeczna 50g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor 50g, Banan 1 szt. ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Pulpet dr.w sosie potrawk. duszony 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml ,	Szynka filet pieczony 60g (*), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2250.09 kcal; Energia: 9381.15 kJ; Białko ogółem: 90.10 g; białko zwierzęce: 50.56 g; białko roślinne: 17.64 g; Tłuszcz: 62.69 g; Węglowodany ogółem: 336.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.04 g; Sód: 1512.23 mg; Potas: 4138.47 mg; Wapń: 1082.79 mg; Fosfor: 1327.64 mg; Błonnik pokarmowy: 20.02 g; suma cukrów prostych: 56.58 g; Woda: 1350.07 g; Popiół: 14.73 g;		
<b>poniedziałek 2024-12-16</b>		
<b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ VII (9)</b>		
Polędwica Premium 50g ( <b>SOJ, *</b> ),	Pulpet dr.w jarzynach gotowany 80/50 ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 218.15 kcal; Energia: 498.20 kJ; Białko ogółem: 21.07 g; białko zwierzęce: 0.83 g; białko roślinne: 0.74 g; Tłuszcz: 6.38 g; Węglowodany ogółem: 12.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.93 g; Sód: 100.10 mg; Potas: 158.25 mg; Wapń: 22.45 mg; Fosfor: 53.45 mg; Błonnik pokarmowy: 1.97 g; suma cukrów prostych: 1.34 g; Woda: 47.50 g; Popiół: 0.58 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-12-16</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</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g , Pasta z białka jaja 50g ( <b>JAJ</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Jabłko gotowane 1 szt. , Pomidor b/skórki 50g ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pulpet dr.w jarzynach gotowany 80/50 ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Buraczki z olejem gotowane 130g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyнка filet pieczony 60g (*), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2218.56 kcal; Energia: 9400.38 kJ; Białko ogółem: 91.91 g; białko zwierzęce: 54.67 g; białko roślinne: 15.34 g; Tłuszcz: 65.64 g; Węglowodany ogółem: 349.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.66 g; Sód: 1652.96 mg; Potas: 4016.16 mg; Wapń: 1009.24 mg; Fosfor: 1335.14 mg; Błonnik pokarmowy: 21.50 g; suma cukrów prostych: 53.06 g; Woda: 1450.37 g; Popiół: 15.05 g;		
<b>poniedziałek 2024-12-16</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</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g , Pasta z białka jaja 50g ( <b>JAJ</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g , Jabłko gotowane 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pulpet dr.w jarzynach gotowany 80/50 ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Buraczki z olejem gotowane 130g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Szyнка filet pieczony 60g (*), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2216.65 kcal; Energia: 8987.42 kJ; Białko ogółem: 89.41 g; białko zwierzęce: 51.29 g; białko roślinne: 15.29 g; Tłuszcz: 65.13 g; Węglowodany ogółem: 351.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.61 g; Sód: 1473.23 mg; Potas: 3981.17 mg; Wapń: 953.31 mg; Fosfor: 1271.53 mg; Błonnik pokarmowy: 21.66 g; suma cukrów prostych: 56.89 g; Woda: 1472.81 g; Popiół: 14.27 g;		
<b>poniedziałek 2024-12-16</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, MLE</b> ), Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta jajeczna 50g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 90g , Sałata ziel. 10g , Pomarańcza 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Sok wielowarzywny 1szt. 300ml ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Pulpet dr.w jarzynach gotowany 80/50 ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Surówka z białej kapusty 130g , Buraczki z olejem gotowane 130g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata 250ml , Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyнка filet pieczony 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> ), Ogórek św. 40g , Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2262.90 kcal; Energia: 8777.10 kJ; Białko ogółem: 97.49 g; białko zwierzęce: 62.95 g; białko roślinne: 17.84 g; Tłuszcz: 72.25 g; Węglowodany ogółem: 309.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.72 g; Sód: 1992.96 mg; Potas: 4385.35 mg; Wapń: 1330.21 mg; Fosfor: 1454.35 mg; Błonnik pokarmowy: 30.11 g; suma cukrów prostych: 49.96 g; Woda: 1586.18 g; Popiół: 17.34 g;		
<b>poniedziałek 2024-12-16</b> <b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta jajeczna 50g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 35g , Pomidor 40g , <b>II Śniadanie:</b> Banan 1 szt. ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Kotlec pożarski smażony 80g ( <b>GLU, JAJ, OZI, ORZ</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Surówka z białej kapusty 130g , Kompot owocowy b/c 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Surówka z marchwi z brzoskwinia 150g ,	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Szyнка filet pieczony 60g (*), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 35g , Pomidor 40g , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2233.91 kcal; Energia: 9422.75 kJ; Białko ogółem: 92.36 g; białko zwierzęce: 56.71 g; białko roślinne: 20.76 g; Tłuszcz: 69.56 g; Węglowodany ogółem: 320.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.40 g; Sód: 1715.28 mg; Potas: 4826.66 mg; Wapń: 1459.12 mg; Fosfor: 1481.06 mg; Błonnik pokarmowy: 28.73 g; suma cukrów prostych: 58.67 g; Woda: 1620.70 g; Popiół: 17.24 g;		





## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-12-17</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka got Delika z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Udko w jarzynach 130/50 ( <b>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</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2225.47 kcal; Energia: 8170.12 kJ; Białko ogółem: 77.47 g; białko zwierzęce: 70.17 g; białko roślinne: 15.80 g; Tłuszcz: 62.24 g; Węglowodany ogółem: 309.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.34 g; Sód: 1864.94 mg; Potas: 4690.95 mg; Wapń: 842.36 mg; Fosfor: 1454.64 mg; Błonnik pokarmowy: 27.68 g; suma cukrów prostych: 53.52 g; Woda: 1594.17 g; Popiół: 14.79 g;		
<b>wtorek 2024-12-17</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka got Delika z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 200g (1szt) ,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Udko w jarzynach 130/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ),	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2250.12 kcal; Energia: 8270.40 kJ; Białko ogółem: 81.37 g; białko zwierzęce: 74.49 g; białko roślinne: 15.38 g; Tłuszcz: 73.95 g; Węglowodany ogółem: 288.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.66 g; Sód: 1747.07 mg; Potas: 4748.20 mg; Wapń: 958.94 mg; Fosfor: 1511.22 mg; Błonnik pokarmowy: 26.26 g; suma cukrów prostych: 58.22 g; Woda: 1618.03 g; Popiół: 14.97 g;		
<b>wtorek 2024-12-17</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, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka got Delika z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Ogórek św. 90g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 200g (1szt) ,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Udko w jarzynach 130/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem 130g, Surówka z selera, papryki i kukurydzy z ziel pietruszką 130g ( <b>MLE, SEL, *</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor 90g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Szynka delikatesowa 30g (*), Papryka św. 40g, Sok pomidorowy 1 szt. 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2290.00 kcal; Energia: 8129.11 kJ; Białko ogółem: 91.73 g; białko zwierzęce: 74.83 g; białko roślinne: 19.11 g; Tłuszcz: 68.58 g; Węglowodany ogółem: 286.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.17 g; Sód: 2329.46 mg; Potas: 5251.49 mg; Wapń: 944.74 mg; Fosfor: 1652.90 mg; Błonnik pokarmowy: 33.81 g; suma cukrów prostych: 48.46 g; Woda: 1825.04 g; Popiół: 17.73 g;		
<b>wtorek 2024-12-17</b>		
<b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Dżem 50g (*), Sałata ziel. 35g, Pomidor 40g, Jabłko des. 1 szt. ,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Naleśniki z serem i polewą jogurtową smażone 2szt./100ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Banan 1 szt. , Kompot owocowy b/c 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150g (1 szt) ( <b>MLE</b> ),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Sałata ziel. 35g, Pomidor 40g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2249.86 kcal; Energia: 8920.73 kJ; Białko ogółem: 82.74 g; białko zwierzęce: 64.86 g; białko roślinne: 14.75 g; Tłuszcz: 68.26 g; Węglowodany ogółem: 315.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.19 g; Sód: 1120.29 mg; Potas: 3915.20 mg; Wapń: 1378.17 mg; Fosfor: 1488.20 mg; Błonnik pokarmowy: 17.75 g; suma cukrów prostych: 129.18 g; Woda: 1631.50 g; Popiół: 14.27 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-12-17</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Dżem 50g (*), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>II Śniadanie:</b> Jabłko des. 1 szt. ,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Udko w sosie własnym duszone 130/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150g (1 szt) ( <b>MLE</b> ),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2273.12 kcal; Energia: 8238.04 kJ; Białko ogółem: 85.64 g; białko zwierzęce: 79.68 g; białko roślinne: 16.87 g; Tłuszcz: 64.07 g; Węglowodany ogółem: 301.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.58 g; Sód: 1275.64 mg; Potas: 4866.01 mg; Wapń: 1080.07 mg; Fosfor: 1567.37 mg; Błonnik pokarmowy: 25.88 g; suma cukrów prostych: 95.10 g; Woda: 1723.27 g; Popiół: 15.38 g;		
<b>wtorek 2024-12-17</b>		
<b>Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI (7, 8)</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka got Delika z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor 50g, Jabłko des. 1 szt. ,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Udko w jarzynach 130/50 ( <b>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</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2254.50 kcal; Energia: 8334.68 kJ; Białko ogółem: 83.03 g; białko zwierzęce: 75.61 g; białko roślinne: 15.92 g; Tłuszcz: 57.45 g; Węglowodany ogółem: 320.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.42 g; Sód: 1982.23 mg; Potas: 4757.96 mg; Wapń: 946.25 mg; Fosfor: 1538.14 mg; Błonnik pokarmowy: 27.50 g; suma cukrów prostych: 57.82 g; Woda: 1644.57 g; Popiół: 15.47 g;		
<b>wtorek 2024-12-17</b>		
<b>Dieta: K. DIETA NISKOBIALKOWA /VIII (10)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pasta jarzynowa 50g ( <b>SEL</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor 50g, Jabłko des. 1 szt. ,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kluski śląskie z sosem potrawkowym z kurczakiem (30g) 300/100 ( <b>GLU, JAJ</b> ), Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Dżem 2 szt. 50g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2236.56 kcal; Energia: 8373.88 kJ; Białko ogółem: 56.75 g; białko zwierzęce: 39.92 g; białko roślinne: 22.78 g; Tłuszcz: 70.69 g; Węglowodany ogółem: 336.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.93 g; Sód: 988.52 mg; Potas: 4379.41 mg; Wapń: 562.69 mg; Fosfor: 1065.75 mg; Błonnik pokarmowy: 29.39 g; suma cukrów prostych: 75.83 g; Woda: 1366.20 g; Popiół: 11.66 g;		
<b>wtorek 2024-12-17</b>		
<b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Wędlina wegetariańska 50g, Sałata ziel. 10g, Ogórek św. 50g, Jabłko des. 1 szt. ,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kluski śląskie w sosie jarzynowym 300/200g H ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Surówka z selera, papryki i kukurydzy z ziel pietruszką 130g ( <b>MLE, SEL, *</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Paprykarz wegetariański 100g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2220.34 kcal; Energia: 9115.29 kJ; Białko ogółem: 84.80 g; białko zwierzęce: 63.15 g; białko roślinne: 21.63 g; Tłuszcz: 71.76 g; Węglowodany ogółem: 347.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.36 g; Sód: 1628.41 mg; Potas: 4757.38 mg; Wapń: 1132.76 mg; Fosfor: 1406.11 mg; Błonnik pokarmowy: 27.30 g; suma cukrów prostych: 62.97 g; Woda: 1668.46 g; Popiół: 57.90 g;		
<b>wtorek 2024-12-17</b>		
<b>Dieta: K. DIETA PŁYNNNA /III/ (13)</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Barszcz czerwony miskowany z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),	Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, *</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Suchary z herbatą 150ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1104.78 kcal; Energia: 5230.40 kJ; Białko ogółem: 44.09 g; białko zwierzęce: 28.26 g; białko roślinne: 15.83 g; Tłuszcz: 47.15 g; Węglowodany ogółem: 151.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.06 g; Sód: 945.84 mg; Potas: 2827.35 mg; Wapń: 783.92 mg; Fosfor: 1354.45 mg; Błonnik pokarmowy: 12.07 g; suma cukrów prostych: 28.28 g; Woda: 604.00 g; Popiół: 10.62 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-12-18</b>		
<b>Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA II (1, C1)</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <b>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, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (* ) , Ketchup 20g , Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Banan 1 szt. ,	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet dr. smażony 100g ( <b>GLU, JAJ, OZI, ORZ</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Surówka wielowarzywna z olejem 130g (*), 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> ), Polędwica Premium 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2327.71 kcal; Energia: 9322.64 kJ; Białko ogółem: 83.03 g; białko zwierzęce: 52.33 g; białko roślinne: 22.48 g; Tłuszcz: 63.49 g; Węglowodany ogółem: 354.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.93 g; Sód: 2257.00 mg; Potas: 4234.56 mg; Wapń: 775.37 mg; Fosfor: 1399.77 mg; Błonnik pokarmowy: 27.41 g; suma cukrów prostych: 50.35 g; Woda: 1308.02 g; Popiół: 16.48 g;		
<b>środa 2024-12-18</b>		
<b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C3)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło 10g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (* ) , Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Sałata ziel. 10g , Pomidor 90g , Pomarańcza 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*),	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Surówka wielowarzywna z olejem 130g (*), Kalafior z wody gotowany 130g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pasta z zielonego groszku 40g , Ogórek św. 90g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Szynka filet pieczony 30g (*), Papryka św. 40g , Sok wielowarzywny 1szt. 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2248.55 kcal; Energia: 8716.21 kJ; Białko ogółem: 106.56 g; białko zwierzęce: 67.13 g; białko roślinne: 22.26 g; Tłuszcz: 65.22 g; Węglowodany ogółem: 307.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.63 g; Sód: 2162.21 mg; Potas: 4821.88 mg; Wapń: 811.11 mg; Fosfor: 1578.60 mg; Błonnik pokarmowy: 35.81 g; suma cukrów prostych: 41.59 g; Woda: 1779.47 g; Popiół: 17.73 g;		
<b>środa 2024-12-18</b>		
<b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>		
Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ),		Szynka filet pieczony 30g (*),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 104.20 kcal; Energia: 644.30 kJ; Białko ogółem: 13.70 g; białko zwierzęce: 8.00 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 3.14 g; Węglowodany ogółem: 0.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.00 g; Sód: 141.00 mg; Potas: 133.00 mg; Wapń: 47.00 mg; Fosfor: 204.00 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 0.00 g; Woda: 76.20 g; Popiół: 1.00 g;		
<b>środa 2024-12-18</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA III (2, 9, C2)</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Pomidor 40g , Sałata ziel. 10g , Banan 1 szt. ,	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2232.96 kcal; Energia: 9258.79 kJ; Białko ogółem: 89.60 g; białko zwierzęce: 65.13 g; białko roślinne: 16.84 g; Tłuszcz: 62.36 g; Węglowodany ogółem: 329.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.36 g; Sód: 1799.91 mg; Potas: 4576.30 mg; Wapń: 917.33 mg; Fosfor: 1498.46 mg; Błonnik pokarmowy: 23.98 g; suma cukrów prostych: 59.59 g; Woda: 1449.08 g; Popiół: 15.30 g;		
<b>środa 2024-12-18</b>		
<b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ VII (9)</b>		
Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ),	Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 308.90 kcal; Energia: 1436.05 kJ; Białko ogółem: 21.97 g; białko zwierzęce: 21.20 g; białko roślinne: 0.77 g; Tłuszcz: 14.01 g; Węglowodany ogółem: 23.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.07 g; Sód: 241.85 mg; Potas: 765.60 mg; Wapń: 73.90 mg; Fosfor: 518.90 mg; Błonnik pokarmowy: 2.24 g; suma cukrów prostych: 1.35 g; Woda: 216.64 g; Popiół: 2.42 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-12-18</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Mus z jabłka 150g,	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2213.39 kcal; Energia: 9148.28 kJ; Białko ogółem: 89.39 g; białko zwierzęce: 67.33 g; białko roślinne: 14.43 g; Tłuszcz: 59.63 g; Węglowodany ogółem: 335.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.11 g; Sód: 2014.84 mg; Potas: 3934.58 mg; Wapń: 966.34 mg; Fosfor: 1501.74 mg; Błonnik pokarmowy: 24.17 g; suma cukrów prostych: 49.95 g; Woda: 1466.44 g; Popiół: 14.71 g;		
<b>środa 2024-12-18</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Mus z jabłka 150g, <b>II Śniadanie:</b> Biszkopty 30g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Herbata owocowa b/c 250ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ),	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2213.14 kcal; Energia: 9146.52 kJ; Białko ogółem: 86.31 g; białko zwierzęce: 61.07 g; białko roślinne: 17.61 g; Tłuszcz: 65.59 g; Węglowodany ogółem: 330.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.63 g; Sód: 1735.94 mg; Potas: 4191.77 mg; Wapń: 854.57 mg; Fosfor: 1448.36 mg; Błonnik pokarmowy: 24.91 g; suma cukrów prostych: 50.84 g; Woda: 1438.46 g; Popiół: 14.11 g;		
<b>środa 2024-12-18</b>		
<b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ (6)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło 10g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (* ) , Sałata ziel. 10g, Pomidor 90g, Pomarańcza 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem b/c 200g (*),	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka wielowarzywna z olejem 130g (*), Kalafior z wody gotowany 130g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 90g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Szynka filet pieczony 30g (*), Papryka św. 40g , Sok wielowarzywny 1szt. 300ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2250.43 kcal; Energia: 8460.15 kJ; Białko ogółem: 107.49 g; białko zwierzęce: 70.23 g; białko roślinne: 20.09 g; Tłuszcz: 62.73 g; Węglowodany ogółem: 315.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.10 g; Sód: 2145.82 mg; Potas: 4650.11 mg; Wapń: 926.34 mg; Fosfor: 1472.72 mg; Błonnik pokarmowy: 33.68 g; suma cukrów prostych: 47.38 g; Woda: 1772.08 g; Popiół: 17.42 g;		
<b>środa 2024-12-18</b>		
<b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>II Śniadanie:</b> Banan 1 szt. ,	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU</b> , <b>MLE, SEL, *</b> ), Filet dr. smażony 100g ( <b>GLU, JAJ,</b> <b>OZI, ORZ</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka wielowarzywna z olejem 130g (*), Kompot owocowy b/c 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Biszkopty 30g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Herbata owocowa b/c 250ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 35g, Pomidor 40g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2320.58 kcal; Energia: 9725.75 kJ; Białko ogółem: 83.94 g; białko zwierzęce: 53.95 g; białko roślinne: 21.78 g; Tłuszcz: 68.54 g; Węglowodany ogółem: 345.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.82 g; Sód: 1868.49 mg; Potas: 4251.35 mg; Wapń: 836.03 mg; Fosfor: 1384.56 mg; Błonnik pokarmowy: 23.82 g; suma cukrów prostych: 57.91 g; Woda: 1332.49 g; Popiół: 15.20 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-12-18</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>II Śniadanie:</b> Banan 1 szt. ,	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Biszkopty 30g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Herbata owocowa b/c 250ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2225.89 kcal; Energia: 9124.16 kJ; Białko ogółem: 81.59 g; białko zwierzęce: 57.21 g; białko roślinne: 16.76 g; Tłuszcz: 61.91 g; Węglowodany ogółem: 327.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.39 g; Sód: 1784.13 mg; Potas: 4043.19 mg; Wapń: 804.93 mg; Fosfor: 1382.24 mg; Błonnik pokarmowy: 23.52 g; suma cukrów prostych: 60.30 g; Woda: 1310.45 g; Popiół: 14.15 g;		
<b>środa 2024-12-18</b>		
<b>Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI (7, 8)</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Pomidor 40g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2326.97 kcal; Energia: 9145.90 kJ; Białko ogółem: 83.00 g; białko zwierzęce: 57.49 g; białko roślinne: 17.08 g; Tłuszcz: 55.45 g; Węglowodany ogółem: 341.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.61 g; Sód: 1929.06 mg; Potas: 4464.24 mg; Wapń: 790.93 mg; Fosfor: 1432.29 mg; Błonnik pokarmowy: 24.52 g; suma cukrów prostych: 54.83 g; Woda: 1363.43 g; Popiół: 14.99 g;		
<b>środa 2024-12-18</b>		
<b>Dieta: K. DIETA NISKOBIĄŁKOWA /VIII (10)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn. gotowany 40/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ), Pasta z zielonego groszku 40g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2214.68 kcal; Energia: 8558.49 kJ; Białko ogółem: 55.49 g; białko zwierzęce: 28.11 g; białko roślinne: 16.75 g; Tłuszcz: 65.09 g; Węglowodany ogółem: 349.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.85 g; Sód: 1628.61 mg; Potas: 3879.90 mg; Wapń: 530.09 mg; Fosfor: 945.38 mg; Błonnik pokarmowy: 29.70 g; suma cukrów prostych: 46.38 g; Woda: 1119.46 g; Popiół: 12.92 g;		
<b>środa 2024-12-18</b>		
<b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kotlety sojowe 3 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka wielowarzywna z olejem 130g (*), Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Wędlina wegetariańska 50g, Ogórek św. 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2219.36 kcal; Energia: 9547.83 kJ; Białko ogółem: 86.90 g; białko zwierzęce: 46.87 g; białko roślinne: 17.11 g; Tłuszcz: 66.11 g; Węglowodany ogółem: 318.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.52 g; Sód: 1348.50 mg; Potas: 3823.13 mg; Wapń: 922.25 mg; Fosfor: 1144.73 mg; Błonnik pokarmowy: 23.45 g; suma cukrów prostych: 56.51 g; Woda: 1298.98 g; Popiół: 14.05 g;		
<b>środa 2024-12-18</b>		
<b>Dieta: K. DIETA PŁYNNNA /III/ (13)</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Pomidorowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),	Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, *</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Suchary z herbatą 150ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1114.58 kcal; Energia: 5176.10 kJ; Białko ogółem: 40.76 g; białko zwierzęce: 26.58 g; białko roślinne: 15.57 g; Tłuszcz: 46.35 g; Węglowodany ogółem: 151.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.82 g; Sód: 922.69 mg; Potas: 2506.20 mg; Wapń: 779.02 mg; Fosfor: 1322.65 mg; Błonnik pokarmowy: 11.05 g; suma cukrów prostych: 26.03 g; Woda: 512.81 g; Popiół: 10.08 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-12-19</b> <b>Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA II/ (1, C1)</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Papryka św. 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt., Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ),	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w sosie duszony 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g, 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, Szyunka delikatesowa 50g (*), Pasztet drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2238.08 kcal; Energia: 9270.82 kJ; Białko ogółem: 98.50 g; białko zwierzęce: 44.60 g; białko roślinne: 24.79 g; Tłuszcz: 68.10 g; Węglowodany ogółem: 347.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.97 g; Sód: 2514.49 mg; Potas: 3338.32 mg; Wapń: 942.45 mg; Fosfor: 1434.41 mg; Błonnik pokarmowy: 28.35 g; suma cukrów prostych: 34.93 g; Woda: 1176.77 g; Popiół: 15.49 g;		
<b>czwartek 2024-12-19</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, MLE</b> ), Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Szyunka gotowana 30g (*), Papryka św. 90g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 1 szt. 330ml,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Mizeria z jogurtem 130g ( <b>MLE</b> ), Buraczki z jabłkiem 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> ), Szyunka delikatesowa 50g (*), Galaretki drobiowa 100g ( <b>SKR, JAJ, SEL</b> ), Pasztet sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ), Pomidor 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, Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2270.83 kcal; Energia: 7762.76 kJ; Białko ogółem: 98.02 g; białko zwierzęce: 33.85 g; białko roślinne: 24.74 g; Tłuszcz: 68.84 g; Węglowodany ogółem: 304.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.01 g; Sód: 2641.47 mg; Potas: 3559.54 mg; Wapń: 897.68 mg; Fosfor: 1381.88 mg; Błonnik pokarmowy: 33.52 g; suma cukrów prostych: 23.07 g; Woda: 1249.11 g; Popiół: 15.58 g;		
<b>czwartek 2024-12-19</b> <b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BŁOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>		
Szyunka gotowana 30g (*),		Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 110.50 kcal; Energia: 423.36 kJ; Białko ogółem: 4.92 g; białko zwierzęce: 8.93 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 4.15 g; Węglowodany ogółem: 0.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.00 g; Sód: 527.36 mg; Potas: 26.56 mg; Wapń: 258.24 mg; Fosfor: 165.12 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 0.24 g; Woda: 14.37 g; Popiół: 1.34 g;		
<b>czwartek 2024-12-19</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA III/ (2, 9, C2)</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt.,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w sosie duszony 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka delikatesowa 50g (*), Pasztet drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2266.08 kcal; Energia: 9808.69 kJ; Białko ogółem: 92.86 g; białko zwierzęce: 50.10 g; białko roślinne: 21.25 g; Tłuszcz: 67.75 g; Węglowodany ogółem: 353.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.69 g; Sód: 2620.10 mg; Potas: 3103.17 mg; Wapń: 1055.90 mg; Fosfor: 1412.36 mg; Błonnik pokarmowy: 21.75 g; suma cukrów prostych: 42.87 g; Woda: 1243.71 g; Popiół: 14.89 g;		
<b>czwartek 2024-12-19</b> <b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ VII/ (9)</b>		
Twaróg krojony 100g ( <b>MLE</b> ),	Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 312.25 kcal; Energia: 872.20 kJ; Białko ogółem: 19.59 g; białko zwierzęce: 7.83 g; białko roślinne: 1.26 g; Tłuszcz: 9.73 g; Węglowodany ogółem: 18.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.28 g; Sód: 163.70 mg; Potas: 371.35 mg; Wapń: 128.35 mg; Fosfor: 299.35 mg; Błonnik pokarmowy: 3.31 g; suma cukrów prostych: 5.39 g; Woda: 146.05 g; Popiół: 1.62 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-12-19</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z białka jaja 50g ( <b>JAJ</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Mus z jabłka 150g,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w sosie duszony 80/120 ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyunka delikatesowa 50g (*), Pasta z kurczaka i warzyw 50g ( <b>SEL</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2212.97 kcal; Energia: 9062.89 kJ; Białko ogółem: 89.95 g; białko zwierzęce: 56.86 g; białko roślinne: 14.72 g; Tłuszcz: 68.62 g; Węglowodany ogółem: 332.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.13 g; Sód: 2357.29 mg; Potas: 4296.15 mg; Wapń: 1001.69 mg; Fosfor: 1417.80 mg; Błonnik pokarmowy: 24.03 g; suma cukrów prostych: 54.07 g; Woda: 1533.30 g; Popiół: 16.46 g;		
<b>czwartek 2024-12-19</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z białka jaja 50g ( <b>JAJ</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Mus z jabłka 150g, <b>II Śniadanie:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka delikatesowa 50g (*), Pasta z kurczaka i warzyw 50g ( <b>SEL</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2201.33 kcal; Energia: 8655.85 kJ; Białko ogółem: 94.35 g; białko zwierzęce: 60.74 g; białko roślinne: 14.30 g; Tłuszcz: 71.50 g; Węglowodany ogółem: 322.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.44 g; Sód: 2140.65 mg; Potas: 4313.72 mg; Wapń: 1059.38 mg; Fosfor: 1420.63 mg; Błonnik pokarmowy: 22.83 g; suma cukrów prostych: 60.78 g; Woda: 1596.47 g; Popiół: 15.97 g;		
<b>czwartek 2024-12-19</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, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Papryka św. 90g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 1 szt. 330ml,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Mizeria z jogurtem 130g ( <b>MLE</b> ), Buraczki z jabłkiem 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> ), Szyunka delikatesowa 50g (*), Galaretk drobiowa 100g ( <b>SKR, JAJ, SEL</b> ), Pomidor 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, Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2224.07 kcal; Energia: 8236.17 kJ; Białko ogółem: 98.91 g; białko zwierzęce: 44.45 g; białko roślinne: 23.80 g; Tłuszcz: 73.65 g; Węglowodany ogółem: 300.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.04 g; Sód: 2456.37 mg; Potas: 3581.52 mg; Wapń: 1054.54 mg; Fosfor: 1469.18 mg; Błonnik pokarmowy: 32.26 g; suma cukrów prostych: 29.19 g; Woda: 1347.58 g; Popiół: 16.16 g;		
<b>czwartek 2024-12-19</b> <b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 35g, Pomidor 50g, <b>II Śniadanie:</b> Jabłko des. 1 szt.,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w sosie duszony 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml, <b>Podwieczerek:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml,	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka delikatesowa 50g (*), Pasztet drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 35g, Pomidor 40g, <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2246.22 kcal; Energia: 9379.73 kJ; Białko ogółem: 102.09 g; białko zwierzęce: 49.63 g; białko roślinne: 22.42 g; Tłuszcz: 70.12 g; Węglowodany ogółem: 347.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.77 g; Sód: 2290.84 mg; Potas: 3474.74 mg; Wapń: 1066.70 mg; Fosfor: 1448.69 mg; Błonnik pokarmowy: 24.78 g; suma cukrów prostych: 47.84 g; Woda: 1348.51 g; Popiół: 15.27 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-12-19</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 35g, <b>II Śniadanie:</b> Jabłko des. 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w sosie duszony 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml, <b>Podwieczerek:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka delikatesowa 50g (*), Pasztet drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2224.14 kcal; Energia: 9267.35 kJ; Białko ogółem: 97.26 g; białko zwierzęce: 53.94 g; białko roślinne: 20.88 g; Tłuszcz: 69.95 g; Węglowodany ogółem: 338.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.82 g; Sód: 2325.26 mg; Potas: 3204.34 mg; Wapń: 1123.70 mg; Fosfor: 1413.49 mg; Błonnik pokarmowy: 21.78 g; suma cukrów prostych: 50.79 g; Woda: 1382.11 g; Popiół: 14.75 g;		
<b>czwartek 2024-12-19</b> <b>Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI/ (7, 8)</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z białka jaja 50g ( <b>JAJ</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor 50g, Jabłko des. 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyunka delikatesowa 50g (*), Pasta z kurczaka i warzyw 50g ( <b>SEL</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2197.09 kcal; Energia: 8976.50 kJ; Białko ogółem: 81.71 g; białko zwierzęce: 48.36 g; białko roślinne: 14.97 g; Tłuszcz: 58.88 g; Węglowodany ogółem: 347.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.17 g; Sód: 2501.89 mg; Potas: 4070.78 mg; Wapń: 1044.12 mg; Fosfor: 1338.01 mg; Błonnik pokarmowy: 24.08 g; suma cukrów prostych: 46.51 g; Woda: 1425.51 g; Popiół: 15.89 g;		
<b>czwartek 2024-12-19</b> <b>Dieta: K. DIETA NISKOBIĄTKOWA /VIII/ (10)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Miód 50g /2szt./, Sałatka z jajkiem 1/2 szt. 200g ( <b>JAJ</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor 50g, Jabłko des. 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kopytka z sosem potrawkowym z kurczakiem (30g) 300/120g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa niskobiałkowa 200g ( <b>JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2264.05 kcal; Energia: 9432.28 kJ; Białko ogółem: 59.59 g; białko zwierzęce: 43.23 g; białko roślinne: 23.56 g; Tłuszcz: 69.67 g; Węglowodany ogółem: 335.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.84 g; Sód: 1379.12 mg; Potas: 4245.28 mg; Wapń: 444.01 mg; Fosfor: 1331.54 mg; Błonnik pokarmowy: 26.00 g; suma cukrów prostych: 25.65 g; Woda: 1265.45 g; Popiół: 13.63 g;		
<b>czwartek 2024-12-19</b> <b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajka gotowane 2szt. ( <b>JAJ</b> ), Sałata ziel. 10g, Papryka św. 50g, Jabłko des. 1 szt. ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Kopytka w sosie jarzynowym z serem i koperkiem 300/200 ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa 200g ( <b>JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2211.71 kcal; Energia: 10093.58 kJ; Białko ogółem: 89.93 g; białko zwierzęce: 64.61 g; białko roślinne: 18.32 g; Tłuszcz: 69.80 g; Węglowodany ogółem: 335.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.87 g; Sód: 2106.75 mg; Potas: 4340.55 mg; Wapń: 1290.85 mg; Fosfor: 1740.63 mg; Błonnik pokarmowy: 30.12 g; suma cukrów prostych: 52.59 g; Woda: 1561.53 g; Popiół: 61.15 g;		
<b>czwartek 2024-12-19</b> <b>Dieta: K. DIETA PŁYNNNA /III/ (13)</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, *</b> ),	Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 400ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, *</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty z herbatą 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1206.91 kcal; Energia: 5673.51 kJ; Białko ogółem: 42.81 g; białko zwierzęce: 25.94 g; białko roślinne: 16.87 g; Tłuszcz: 51.79 g; Węglowodany ogółem: 168.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.15 g; Sód: 785.89 mg; Potas: 2929.86 mg; Wapń: 773.22 mg; Fosfor: 1358.08 mg; Błonnik pokarmowy: 12.41 g; suma cukrów prostych: 34.18 g; Woda: 599.84 g; Popiół: 10.12 g;		

**Jadłospisy dla oddziałów**

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