

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-10-18</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> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 30g (*), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,	Pomidorowa z ryżem 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, Surówka coleslaw 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> ), Ogórek św. 50g, Sałata ziel. 10g, Jajka gotowane 2szt. ( <b>JAJ</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2244.36 kcal; Energia: 9417.63 kJ; Białko ogółem: 97.82 g; białko zwierzęce: 71.79 g; białko roślinne: 21.11 g; Tłuszcz: 67.98 g; Węglowodany ogółem: 349.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.97 g; Sód: 1997.58 mg; Potas: 4264.76 mg; Wapń: 1306.46 mg; Fosfor: 1759.60 mg; Błonnik pokarmowy: 27.04 g; suma cukrów prostych: 44.17 g; Woda: 1601.99 g; Popiół: 18.12 g;		
<b>piątek 2024-10-18</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> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 30g (*), Pasztet sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ), 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, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka coleslaw 130g, Sałatka z ogórka kiszzonego 130g, Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Jajka gotowane 2szt. ( <b>JAJ</b> ), Buraczki talarki 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 , Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2257.04 kcal; Energia: 8288.88 kJ; Białko ogółem: 109.58 g; białko zwierzęce: 66.59 g; białko roślinne: 19.41 g; Tłuszcz: 71.24 g; Węglowodany ogółem: 310.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.42 g; Sód: 3078.00 mg; Potas: 4748.72 mg; Wapń: 1196.65 mg; Fosfor: 1651.89 mg; Błonnik pokarmowy: 31.61 g; suma cukrów prostych: 45.51 g; Woda: 1903.38 g; Popiół: 21.67 g;		
<b>piątek 2024-10-18</b>		
<b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BŁOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>		
Pasztet sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ),		Szynka filet pieczony 30g (*),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 150.95 kcal; Energia: 138.30 kJ; Białko ogółem: 10.21 g; białko zwierzęce: 0.00 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 4.69 g; Węglowodany ogółem: 3.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.00 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 2024-10-18</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, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 30g (*), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,	Pomidorowa z ryżem 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, Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Jajka gotowane 2szt. ( <b>JAJ</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2248.86 kcal; Energia: 9527.10 kJ; Białko ogółem: 101.00 g; białko zwierzęce: 78.28 g; białko roślinne: 17.80 g; Tłuszcz: 68.37 g; Węglowodany ogółem: 346.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.11 g; Sód: 1992.46 mg; Potas: 4740.96 mg; Wapń: 1294.85 mg; Fosfor: 1801.27 mg; Błonnik pokarmowy: 28.69 g; suma cukrów prostych: 51.33 g; Woda: 1675.67 g; Popiół: 18.02 g;		
<b>piątek 2024-10-18</b>		
<b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ VII/ (9)</b>		
Szynka gotowana 50g (*),	Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 215.23 kcal; Energia: 458.00 kJ; Białko ogółem: 24.84 g; białko zwierzęce: 18.92 g; białko roślinne: 0.62 g; Tłuszcz: 10.36 g; Węglowodany ogółem: 4.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.29 g; Sód: 559.70 mg; Potas: 425.30 mg; Wapń: 60.60 mg; Fosfor: 178.30 mg; Błonnik pokarmowy: 1.70 g; suma cukrów prostych: 1.42 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 2024-10-18</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 30g (*), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Pomidorowa z ryżem 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, Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z białka jaja i wędliny 100g ( <b>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: 2226.79 kcal; Energia: 9194.72 kJ; Białko ogółem: 105.60 g; białko zwierzęce: 69.82 g; białko roślinne: 19.81 g; Tłuszcz: 57.89 g; Węglowodany ogółem: 359.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.68 g; Sód: 1936.54 mg; Potas: 4654.91 mg; Wapń: 1161.41 mg; Fosfor: 1543.41 mg; Błonnik pokarmowy: 29.35 g; suma cukrów prostych: 59.31 g; Woda: 1623.41 g; Popiół: 17.31 g;		
<b>piątek 2024-10-18</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 30g (*), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*),	Pomidorowa z ryżem 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, Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z białka jaja i wędliny 100g ( <b>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: 2218.73 kcal; Energia: 9136.11 kJ; Białko ogółem: 105.65 g; białko zwierzęce: 69.02 g; białko roślinne: 19.20 g; Tłuszcz: 69.21 g; Węglowodany ogółem: 337.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.69 g; Sód: 1723.10 mg; Potas: 4654.03 mg; Wapń: 1120.69 mg; Fosfor: 1482.82 mg; Błonnik pokarmowy: 30.02 g; suma cukrów prostych: 61.67 g; Woda: 1653.35 g; Popiół: 16.66 g;		
<b>piątek 2024-10-18</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> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 30g (*), 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, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka coleslaw 130g, Sałatka z ogórka kiszzonego 130g, Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Papryka św. 90g, Sałata ziel. 10g, Jajka gotowane 2szt. ( <b>JAJ</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Szynka filet pieczony 30g (*), Ogórek św. 40g, Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2237.41 kcal; Energia: 8802.91 kJ; Białko ogółem: 113.73 g; białko zwierzęce: 75.79 g; białko roślinne: 18.86 g; Tłuszcz: 76.60 g; Węglowodany ogółem: 310.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.58 g; Sód: 3099.26 mg; Potas: 4829.47 mg; Wapń: 1318.21 mg; Fosfor: 1753.28 mg; Błonnik pokarmowy: 31.49 g; suma cukrów prostych: 47.82 g; Woda: 1971.26 g; Popiół: 22.12 g;		
<b>piątek 2024-10-18</b>		
<b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 30g (*), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g , <b>II Śniadanie:</b> Pomarańcza 1 szt. ,	Pomidorowa z ryżem 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, Surówka coleslaw 130g, Kompot owocowy b/c 250ml , <b>Podwieczerek:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajka gotowane 2szt. ( <b>JAJ</b> ), Sałata ziel. 35g , Pomidor 40g , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2260.51 kcal; Energia: 9894.09 kJ; Białko ogółem: 96.11 g; białko zwierzęce: 70.17 g; białko roślinne: 19.57 g; Tłuszcz: 70.89 g; Węglowodany ogółem: 356.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.13 g; Sód: 1892.92 mg; Potas: 4414.96 mg; Wapń: 1315.22 mg; Fosfor: 1729.87 mg; Błonnik pokarmowy: 26.53 g; suma cukrów prostych: 50.64 g; Woda: 1687.75 g; Popiół: 18.08 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-10-18</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Szyńka delikatesowa 30g (*), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>II Śniadanie:</b> Pomarańcza 1 szt. ,	Pomidorowa z ryżem 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, Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml , <b>Podwieczerek:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajka gotowane 2szt. ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2233.59 kcal; Energia: 9501.35 kJ; Białko ogółem: 109.39 g; białko zwierzęce: 85.20 g; białko roślinne: 17.81 g; Tłuszcz: 68.91 g; Węglowodany ogółem: 339.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.92 g; Sód: 1878.24 mg; Potas: 4966.93 mg; Wapń: 1424.20 mg; Fosfor: 1874.20 mg; Błonnik pokarmowy: 30.27 g; suma cukrów prostych: 60.24 g; Woda: 1862.94 g; Popiół: 18.94 g;		
<b>piątek 2024-10-18</b>		
<b>Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI/ (7, 8)</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Szyńka delikatesowa 30g (*), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,	Pomidorowa z ryżem 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, Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z białka jaja i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2156.09 kcal; Energia: 8752.17 kJ; Białko ogółem: 109.89 g; białko zwierzęce: 74.16 g; białko roślinne: 19.76 g; Tłuszcz: 55.56 g; Węglowodany ogółem: 360.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.57 g; Sód: 1720.08 mg; Potas: 4762.35 mg; Wapń: 1436.32 mg; Fosfor: 1572.31 mg; Błonnik pokarmowy: 28.85 g; suma cukrów prostych: 60.46 g; Woda: 1691.16 g; Popiół: 17.25 g;		
<b>piątek 2024-10-18</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, MLE, *</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. ,	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 40/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka ryżowa z jarzynką 7-skl niskobiałkowa 200g ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2233.48 kcal; Energia: 8468.85 kJ; Białko ogółem: 54.33 g; białko zwierzęce: 40.09 g; białko roślinne: 15.74 g; Tłuszcz: 74.26 g; Węglowodany ogółem: 349.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.72 g; Sód: 1219.61 mg; Potas: 4034.33 mg; Wapń: 720.91 mg; Fosfor: 1044.99 mg; Błonnik pokarmowy: 30.11 g; suma cukrów prostych: 76.24 g; Woda: 1240.86 g; Popiół: 40.34 g;		
<b>piątek 2024-10-18</b>		
<b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,	Pomidorowa z ryżem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Leczo wegetariańskie 300g ( <b>GLU, *</b> ) , Ziemniaki gotowane 200g, Surówka coleslaw 130g, Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata 250ml b/c, Jajka gotowane 2szt. ( <b>JAJ</b> ), Ogórek św. 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2207.32 kcal; Energia: 10301.41 kJ; Białko ogółem: 85.96 g; białko zwierzęce: 65.48 g; białko roślinne: 22.21 g; Tłuszcz: 71.05 g; Węglowodany ogółem: 355.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.01 g; Sód: 1631.11 mg; Potas: 4697.16 mg; Wapń: 1443.05 mg; Fosfor: 1714.85 mg; Błonnik pokarmowy: 27.06 g; suma cukrów prostych: 53.12 g; Woda: 1779.26 g; Popiół: 18.13 g;		
<b>piątek 2024-10-18</b>		
<b>Dieta: K. DIETA PŁYNNA /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> Biszkopty z herbatą 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1196.16 kcal; Energia: 5517.62 kJ; Białko ogółem: 40.64 g; białko zwierzęce: 26.78 g; białko roślinne: 15.25 g; Tłuszcz: 52.63 g; Węglowodany ogółem: 156.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.65 g; Sód: 801.08 mg; Potas: 2490.59 mg; Wapń: 787.81 mg; Fosfor: 1320.65 mg; Błonnik pokarmowy: 10.37 g; suma cukrów prostych: 33.77 g; Woda: 500.81 g; Popiół: 9.56 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-10-19</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> ), Szyunka got Delika z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Ogórek św. 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Makaron z mięsem drobiowym i jarzynami 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Surówka z marchwi i chrzanu 130g ( <b>MLE, SO2</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> ), Pasta z tuńczyka i twarogu z ciecierzycą 100g ( <b>JAJ, MLE, GOR, MCK</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2272.49 kcal; Energia: 8021.54 kJ; Białko ogółem: 85.82 g; białko zwierzęce: 45.44 g; białko roślinne: 22.68 g; Tłuszcz: 68.67 g; Węglowodany ogółem: 305.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.29 g; Sód: 2117.33 mg; Potas: 3603.95 mg; Wapń: 789.18 mg; Fosfor: 1232.51 mg; Błonnik pokarmowy: 32.93 g; suma cukrów prostych: 39.74 g; Woda: 1205.19 g; Popiół: 13.35 g;		
<b>sobota 2024-10-19</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> ), Szyunka got Delika z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 90g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 200g (1szt) ( <b>MLE</b> ),	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Pulpet dr.w jarzynach gotowany 80/50 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki z olejem gotowane 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 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Kalafior z wody gotowany 40g, Pomidor 90g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Polędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ), Papryka św. 40g, Sok pomidorowy 1 szt. 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2244.08 kcal; Energia: 8256.07 kJ; Białko ogółem: 90.03 g; białko zwierzęce: 46.56 g; białko roślinne: 21.44 g; Tłuszcz: 70.65 g; Węglowodany ogółem: 307.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.11 g; Sód: 2160.84 mg; Potas: 5006.47 mg; Wapń: 1138.28 mg; Fosfor: 1387.95 mg; Błonnik pokarmowy: 39.06 g; suma cukrów prostych: 53.72 g; Woda: 1659.87 g; Popiół: 17.63 g;		
<b>sobota 2024-10-19</b> <b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>		
Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ),		Polędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 114.10 kcal; Energia: 553.26 kJ; Białko ogółem: 7.32 g; białko zwierzęce: 8.93 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 4.39 g; Węglowodany ogółem: 0.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.88 g; Sód: 287.36 mg; Potas: 26.56 mg; Wapń: 258.24 mg; Fosfor: 165.12 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 0.03 g; Woda: 14.37 g; Popiół: 1.34 g;		
<b>sobota 2024-10-19</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, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka got Delika z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z mięsem drobiowym i jarzynami 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Buraczki z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2234.51 kcal; Energia: 8165.29 kJ; Białko ogółem: 84.65 g; białko zwierzęce: 46.16 g; białko roślinne: 21.37 g; Tłuszcz: 60.87 g; Węglowodany ogółem: 320.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.12 g; Sód: 1985.03 mg; Potas: 3619.92 mg; Wapń: 931.46 mg; Fosfor: 1185.09 mg; Błonnik pokarmowy: 25.66 g; suma cukrów prostych: 55.13 g; Woda: 1298.38 g; Popiół: 13.28 g;		
<b>sobota 2024-10-19</b> <b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ /VII (9)</b>		
Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ),	Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 250.75 kcal; Energia: 823.20 kJ; Białko ogółem: 20.59 g; białko zwierzęce: 8.83 g; białko roślinne: 1.26 g; Tłuszcz: 7.33 g; Węglowodany ogółem: 15.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.49 g; Sód: 260.70 mg; Potas: 391.35 mg; Wapń: 81.35 mg; Fosfor: 276.35 mg; Błonnik pokarmowy: 3.31 g; suma cukrów prostych: 2.19 g; Woda: 150.15 g; Popiół: 1.82 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-10-19</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyunka got Delika z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z mięsem drobiowym i jarzynami 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Buraczki z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2255.91 kcal; Energia: 8270.42 kJ; Białko ogółem: 86.25 g; białko zwierzęce: 47.15 g; białko roślinne: 21.97 g; Tłuszcz: 51.47 g; Węglowodany ogółem: 346.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.33 g; Sód: 2142.54 mg; Potas: 3778.79 mg; Wapń: 976.29 mg; Fosfor: 1249.81 mg; Błonnik pokarmowy: 26.96 g; suma cukrów prostych: 57.58 g; Woda: 1362.18 g; Popiół: 14.10 g;		
<b>sobota 2024-10-19</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <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 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Biszkopty 30g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Herbata owocowa b/c 250ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ),	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z mięsem drobiowym i jarzynami 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Buraczki z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2291.91 kcal; Energia: 8405.70 kJ; Białko ogółem: 86.40 g; białko zwierzęce: 46.28 g; białko roślinne: 23.00 g; Tłuszcz: 64.75 g; Węglowodany ogółem: 329.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.01 g; Sód: 1905.29 mg; Potas: 3685.60 mg; Wapń: 940.59 mg; Fosfor: 1194.10 mg; Błonnik pokarmowy: 26.04 g; suma cukrów prostych: 61.37 g; Woda: 1319.14 g; Popiół: 13.11 g;		
<b>sobota 2024-10-19</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> ), Szyunka 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) ( <b>MLE</b> ),	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Pulpet dr.w jarzynach gotowany 80/50 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki z olejem gotowane 130g, Surówka z marchwi i chrzanu 130g ( <b>MLE, S02</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> ), Polędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ), Papryka św. 40g, Sok pomidorowy 1 szt. 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2217.84 kcal; Energia: 8346.30 kJ; Białko ogółem: 102.14 g; białko zwierzęce: 52.38 g; białko roślinne: 20.73 g; Tłuszcz: 74.92 g; Węglowodany ogółem: 309.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.07 g; Sód: 1928.73 mg; Potas: 5278.15 mg; Wapń: 1121.78 mg; Fosfor: 1387.13 mg; Błonnik pokarmowy: 38.89 g; suma cukrów prostych: 62.96 g; Woda: 1775.14 g; Popiół: 17.26 g;		
<b>sobota 2024-10-19</b>		
<b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <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 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 35g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko des. 1 szt. ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Makaron z mięsem drobiowym i jarzynami 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Surówka z marchwi i jabłka 130g ( <b>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, MLE, *</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> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2278.96 kcal; Energia: 8366.60 kJ; Białko ogółem: 87.27 g; białko zwierzęce: 40.75 g; białko roślinne: 21.79 g; Tłuszcz: 65.46 g; Węglowodany ogółem: 327.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.28 g; Sód: 1858.67 mg; Potas: 3601.94 mg; Wapń: 877.79 mg; Fosfor: 1220.05 mg; Błonnik pokarmowy: 30.07 g; suma cukrów prostych: 51.14 g; Woda: 1272.26 g; Popiół: 12.75 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-10-19</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, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka got Delika z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor 50g, <b>II Śniadanie:</b> Jabłko des. 1 szt. ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z mięsem drobiowym i jarzynami 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Buraczki z olejem gotowane 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, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2230.01 kcal; Energia: 8110.67 kJ; Białko ogółem: 81.04 g; białko zwierzęce: 41.61 g; białko roślinne: 22.30 g; Tłuszcz: 63.14 g; Węglowodany ogółem: 315.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.16 g; Sód: 1831.15 mg; Potas: 3509.27 mg; Wapń: 863.95 mg; Fosfor: 1114.40 mg; Błonnik pokarmowy: 25.26 g; suma cukrów prostych: 57.79 g; Woda: 1251.38 g; Popiół: 12.60 g;		
<b>sobota 2024-10-19</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, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyunka got Delika z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pulpet dr.w jarzynach gotowany 80/50 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2238.47 kcal; Energia: 8551.12 kJ; Białko ogółem: 85.22 g; białko zwierzęce: 50.29 g; białko roślinne: 18.10 g; Tłuszcz: 53.37 g; Węglowodany ogółem: 349.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.02 g; Sód: 2336.53 mg; Potas: 4410.16 mg; Wapń: 995.93 mg; Fosfor: 1328.90 mg; Błonnik pokarmowy: 26.31 g; suma cukrów prostych: 59.00 g; Woda: 1486.15 g; Popiół: 16.02 g;		
<b>sobota 2024-10-19</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, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pasta z zielonego groszku 40g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z jarzynami i kurczakiem (30g) 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Buraczki z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasztet sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2242.00 kcal; Energia: 8498.76 kJ; Białko ogółem: 53.52 g; białko zwierzęce: 25.38 g; białko roślinne: 24.81 g; Tłuszcz: 70.92 g; Węglowodany ogółem: 344.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.37 g; Sód: 1669.53 mg; Potas: 3203.20 mg; Wapń: 568.15 mg; Fosfor: 813.15 mg; Błonnik pokarmowy: 26.59 g; suma cukrów prostych: 41.54 g; Woda: 1053.86 g; Popiół: 11.16 g;		
<b>sobota 2024-10-19</b> <b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>		
Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Wędlina wegetariańska 60g, Ogórek św. 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Makaron z jarzynami i serem 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Surówka z marchwi i chrzanu 130g ( <b>MLE, S02</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasztet sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2229.59 kcal; Energia: 8541.94 kJ; Białko ogółem: 83.05 g; białko zwierzęce: 52.01 g; białko roślinne: 22.33 g; Tłuszcz: 68.66 g; Węglowodany ogółem: 323.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.14 g; Sód: 1481.61 mg; Potas: 3756.30 mg; Wapń: 1050.07 mg; Fosfor: 1276.08 mg; Błonnik pokarmowy: 30.31 g; suma cukrów prostych: 51.93 g; Woda: 1353.04 g; Popiół: 13.57 g;		
<b>sobota 2024-10-19</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> ),	Ziemniaczanka mikсовana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ),	Jarzynowa mikсовana z masłem, mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, *</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Suchary z herbatą 150ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1059.89 kcal; Energia: 4337.13 kJ; Białko ogółem: 42.42 g; białko zwierzęce: 20.22 g; białko roślinne: 13.01 g; Tłuszcz: 47.20 g; Węglowodany ogółem: 158.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.21 g; Sód: 593.41 mg; Potas: 2645.95 mg; Wapń: 719.15 mg; Fosfor: 1122.89 mg; Błonnik pokarmowy: 12.14 g; suma cukrów prostych: 26.05 g; Woda: 507.16 g; Popiół: 8.85 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-10-20</b> <b>Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA II/ (1, C1)</b>		
Ryż 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. ,	Grysikowa z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. po parysku 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z jarzyn mieszanych z ciecierzycą 130g ( <b>SEL, *</b> ), Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ), Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 50g (*), Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2298.87 kcal; Energia: 9422.52 kJ; Białko ogółem: 86.65 g; białko zwierzęce: 69.93 g; białko roślinne: 17.71 g; Tłuszcz: 70.45 g; Węglowodany ogółem: 319.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.32 g; Sód: 3024.13 mg; Potas: 4218.37 mg; Wapń: 1209.45 mg; Fosfor: 1717.97 mg; Błonnik pokarmowy: 24.69 g; suma cukrów prostych: 55.52 g; Woda: 1370.91 g; Popiół: 18.83 g;		
<b>niedziela 2024-10-20</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> ), 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> Sok wielowarzynowy 1szt. 300ml ,	Grysikowa z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. po parysku 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z jarzyn mieszanych z ciecierzycą 130g ( <b>SEL, *</b> ), Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 50g (*), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Pasztet sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ), Ogórek św. 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, Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2262.83 kcal; Energia: 8569.72 kJ; Białko ogółem: 102.70 g; białko zwierzęce: 76.78 g; białko roślinne: 17.31 g; Tłuszcz: 69.12 g; Węglowodany ogółem: 300.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.52 g; Sód: 3028.17 mg; Potas: 3818.53 mg; Wapń: 1071.27 mg; Fosfor: 1818.45 mg; Błonnik pokarmowy: 27.85 g; suma cukrów prostych: 34.06 g; Woda: 1531.26 g; Popiół: 18.70 g;		
<b>niedziela 2024-10-20</b> <b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BŁOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>		
Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ),		Pasztet sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 189.75 kcal; Energia: 506.00 kJ; Białko ogółem: 12.51 g; białko zwierzęce: 8.00 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 6.15 g; Węglowodany ogółem: 3.66 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>niedziela 2024-10-20</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA /III/ (2, 9, C2)</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Pomidor 40g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Grysikowa z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w sosie potrawkowym 80/120 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 50g (*), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2231.28 kcal; Energia: 9534.16 kJ; Białko ogółem: 91.67 g; białko zwierzęce: 65.22 g; białko roślinne: 16.87 g; Tłuszcz: 66.71 g; Węglowodany ogółem: 323.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.66 g; Sód: 2341.89 mg; Potas: 4322.16 mg; Wapń: 1062.68 mg; Fosfor: 1534.55 mg; Błonnik pokarmowy: 21.38 g; suma cukrów prostych: 61.48 g; Woda: 1499.88 g; Popiół: 17.93 g;		
<b>niedziela 2024-10-20</b> <b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ /VI/ (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>niedziela 2024-10-20</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, MLE, *</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 200g,	Grycikowa z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <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, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 50g (*), Pasta z białka jaja 50g, Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2226.81 kcal; Energia: 9353.48 kJ; Białko ogółem: 110.33 g; białko zwierzęce: 79.98 g; białko roślinne: 15.32 g; Tłuszcz: 57.47 g; Węglowodany ogółem: 355.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.01 g; Sód: 2485.29 mg; Potas: 4852.65 mg; Wapń: 1285.65 mg; Fosfor: 1768.61 mg; Błonnik pokarmowy: 27.15 g; suma cukrów prostych: 66.02 g; Woda: 1792.74 g; Popiół: 18.21 g;		
<b>niedziela 2024-10-20</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, MLE, *</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 200g, <b>II Śniadanie:</b> Sok wielowarzywny 1szt. 300ml,	Grycikowa z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <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, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 50g (*), Pasta z białka jaja 50g, Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2223.71 kcal; Energia: 9335.21 kJ; Białko ogółem: 101.02 g; białko zwierzęce: 70.60 g; białko roślinne: 15.39 g; Tłuszcz: 65.11 g; Węglowodany ogółem: 353.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.01 g; Sód: 2580.26 mg; Potas: 4444.70 mg; Wapń: 935.28 mg; Fosfor: 1522.30 mg; Błonnik pokarmowy: 27.83 g; suma cukrów prostych: 51.91 g; Woda: 1529.50 g; Popiół: 16.25 g;		
<b>niedziela 2024-10-20</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> Sok wielowarzywny 1szt. 300ml,	Grycikowa z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z jarzyn mieszanych z ciecierzycą 130g ( <b>SEL, *</b> ), Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 50g (*), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Ogórek św. 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, Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2210.14 kcal; Energia: 8796.76 kJ; Białko ogółem: 111.58 g; białko zwierzęce: 88.76 g; białko roślinne: 18.73 g; Tłuszcz: 72.80 g; Węglowodany ogółem: 308.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.63 g; Sód: 2756.01 mg; Potas: 4904.56 mg; Wapń: 1374.62 mg; Fosfor: 1889.93 mg; Błonnik pokarmowy: 30.20 g; suma cukrów prostych: 50.02 g; Woda: 1856.68 g; Popiół: 20.32 g;		
<b>niedziela 2024-10-20</b> <b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <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 (*), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>II Śniadanie:</b> Banan 1 szt.,	Grycikowa z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. po parysku 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z jarzyn mieszanych z ciecierzycą 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, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 50g (*), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Sałata ziel. 35g, Pomidor 40g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2263.73 kcal; Energia: 9679.36 kJ; Białko ogółem: 92.68 g; białko zwierzęce: 68.56 g; białko roślinne: 15.74 g; Tłuszcz: 68.82 g; Węglowodany ogółem: 321.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.06 g; Sód: 2440.68 mg; Potas: 4641.79 mg; Wapń: 1039.94 mg; Fosfor: 1752.07 mg; Błonnik pokarmowy: 22.11 g; suma cukrów prostych: 67.31 g; Woda: 1553.52 g; Popiół: 17.91 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-10-20</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <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 (*), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>II Śniadanie:</b> Banan 1 szt. ,	Grysikowa z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w sosie potrawkowym 80/120 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150g (1 szt) ( <b>MLE</b> ),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 50g (*), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2261.25 kcal; Energia: 9438.61 kJ; Białko ogółem: 84.40 g; białko zwierzęce: 61.36 g; białko roślinne: 15.26 g; Tłuszcz: 65.01 g; Węglowodany ogółem: 324.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.08 g; Sód: 2422.25 mg; Potas: 4061.81 mg; Wapń: 1095.17 mg; Fosfor: 1520.77 mg; Błonnik pokarmowy: 21.25 g; suma cukrów prostych: 67.09 g; Woda: 1464.18 g; Popiół: 18.13 g;		
<b>niedziela 2024-10-20</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, MLE, *</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. ,	Grysikowa z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 50g (*), Pasta z białka jaja 50g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2245.05 kcal; Energia: 9200.76 kJ; Białko ogółem: 88.51 g; białko zwierzęce: 56.30 g; białko roślinne: 17.19 g; Tłuszcz: 54.73 g; Węglowodany ogółem: 351.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.10 g; Sód: 2411.63 mg; Potas: 4367.55 mg; Wapń: 903.38 mg; Fosfor: 1446.15 mg; Błonnik pokarmowy: 22.10 g; suma cukrów prostych: 57.29 g; Woda: 1400.65 g; Popiół: 17.44 g;		
<b>niedziela 2024-10-20</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, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka gotowana z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Miód 50g /2szt./, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Grysikowa z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn. gotowany 40/50 ( <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, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z jajkiem 1/2 szt. 60g ( <b>JAJ</b> ), Pasta brokułowa 50g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2227.11 kcal; Energia: 9316.83 kJ; Białko ogółem: 56.97 g; białko zwierzęce: 39.75 g; białko roślinne: 16.30 g; Tłuszcz: 72.28 g; Węglowodany ogółem: 363.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.93 g; Sód: 1866.56 mg; Potas: 4287.08 mg; Wapń: 741.40 mg; Fosfor: 1164.10 mg; Błonnik pokarmowy: 27.76 g; suma cukrów prostych: 55.66 g; Woda: 1314.38 g; Popiół: 14.03 g;		
<b>niedziela 2024-10-20</b>		
<b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Wędlina wegetariańska 50g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Grysikowa z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kotlety sojowe 3 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z jarzyn mieszanych z ciecierzycą 130g ( <b>SEL, *</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z jajkiem 1/2 szt. 200g ( <b>JAJ</b> ), Ogórek św. 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2247.44 kcal; Energia: 10386.98 kJ; Białko ogółem: 83.37 g; białko zwierzęce: 51.08 g; białko roślinne: 15.51 g; Tłuszcz: 68.00 g; Węglowodany ogółem: 336.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.93 g; Sód: 1728.53 mg; Potas: 3748.33 mg; Wapń: 926.40 mg; Fosfor: 1253.50 mg; Błonnik pokarmowy: 21.70 g; suma cukrów prostych: 60.42 g; Woda: 1326.62 g; Popiół: 14.29 g;		
<b>niedziela 2024-10-20</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> ),	Grysikowa 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> Biszkopty z mlekiem 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1323.76 kcal; Energia: 6212.25 kJ; Białko ogółem: 53.04 g; białko zwierzęce: 37.44 g; białko roślinne: 15.60 g; Tłuszcz: 65.89 g; Węglowodany ogółem: 166.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.63 g; Sód: 854.97 mg; Potas: 2480.12 mg; Wapń: 942.10 mg; Fosfor: 1418.95 mg; Błonnik pokarmowy: 10.09 g; suma cukrów prostych: 39.17 g; Woda: 608.16 g; Popiół: 9.89 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-10-21</b>		
<b>Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA II (1, C1)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka filet pieczony 30g (*), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Papryka św. 50g, Pomarańcza 1 szt. ,	Barszcz czerwony z fasolą i jarzynką 7-skt. 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR, S02, ŁUB, *</b> ), Paprykarz drobiowy duszony 80/120 K ( <b>GLU, GOR, *</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Mizeria z sosem winegret 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, Sałatka żydowska 200g K ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2204.99 kcal; Energia: 8275.31 kJ; Białko ogółem: 90.06 g; białko zwierzęce: 39.81 g; białko roślinne: 25.08 g; Tłuszcz: 69.12 g; Węglowodany ogółem: 346.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.03 g; Sód: 1447.20 mg; Potas: 4310.51 mg; Wapń: 827.77 mg; Fosfor: 1350.23 mg; Błonnik pokarmowy: 32.88 g; suma cukrów prostych: 46.16 g; Woda: 1502.55 g; Popiół: 37.39 g;		
<b>poniedziałek 2024-10-21</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> ), Szynka filet pieczony 30g (*), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Galaretko drobiowa 100g ( <b>SKR, JAJ, SEL</b> ), Papryka św. 90g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy B/C 200ml (*),	Barszcz czerwony z fasolą i jarzynką 7-skt. 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR, S02, ŁUB, *</b> ), Pulpet dr.w jarzynach gotowany 80/50 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ) , Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Mizeria z sosem winegret 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> ), Połędwica Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Buraczki tałarki 40g, Pomidor 90g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 40g, Sok pomidorowy 1 szt. 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2160.36 kcal; Energia: 8218.97 kJ; Białko ogółem: 116.42 g; białko zwierzęce: 55.96 g; białko roślinne: 20.35 g; Tłuszcz: 74.55 g; Węglowodany ogółem: 313.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.72 g; Sód: 1016.88 mg; Potas: 4478.41 mg; Wapń: 1177.92 mg; Fosfor: 1395.81 mg; Błonnik pokarmowy: 41.01 g; suma cukrów prostych: 64.33 g; Woda: 1791.62 g; Popiół: 37.07 g;		
<b>poniedziałek 2024-10-21</b>		
<b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>		
Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ),		Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 123.10 kcal; Energia: 589.86 kJ; Białko ogółem: 4.02 g; białko zwierzęce: 11.03 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 4.93 g; Węglowodany ogółem: 1.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.45 g; Sód: 300.56 mg; Potas: 60.46 mg; Wapń: 286.44 mg; Fosfor: 233.22 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 0.99 g; Woda: 36.00 g; Popiół: 1.58 g;		
<b>poniedziałek 2024-10-21</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA III (2, 9, C2)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka filet pieczony 30g (*), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Pulpet dr.w sosie potrawk. duszony 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Połędwica Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2198.81 kcal; Energia: 8272.65 kJ; Białko ogółem: 88.46 g; białko zwierzęce: 40.35 g; białko roślinne: 20.51 g; Tłuszcz: 64.61 g; Węglowodany ogółem: 349.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.43 g; Sód: 1217.81 mg; Potas: 3354.41 mg; Wapń: 858.70 mg; Fosfor: 1160.93 mg; Błonnik pokarmowy: 29.85 g; suma cukrów prostych: 52.00 g; Woda: 1284.42 g; Popiół: 12.21 g;		
<b>poniedziałek 2024-10-21</b>		
<b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ VII (9)</b>		
Twaróg krojony 100g ( <b>MLE</b> ),	Pulpet dr.w jarzynach gotowany 80/50 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 299.65 kcal; Energia: 836.70 kJ; Białko ogółem: 19.07 g; białko zwierzęce: 7.83 g; białko roślinne: 0.74 g; Tłuszcz: 9.63 g; Węglowodany ogółem: 15.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.27 g; Sód: 144.10 mg; Potas: 271.25 mg; Wapń: 116.45 mg; Fosfor: 280.45 mg; Błonnik pokarmowy: 1.97 g; suma cukrów prostych: 4.54 g; Woda: 119.60 g; Popiół: 1.38 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-10-21</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyunka filet pieczony 30g (*), Pasta z kurczaka i warzyw 50g ( <b>SEL</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> ), Pulpet dr.w sosie potrawk. duszony 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ryż na sypko gotowany 200g, Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2197.63 kcal; Energia: 7780.95 kJ; Białko ogółem: 83.70 g; białko zwierzęce: 43.04 g; białko roślinne: 19.76 g; Tłuszcz: 52.67 g; Węglowodany ogółem: 327.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.67 g; Sód: 1017.77 mg; Potas: 3256.37 mg; Wapń: 790.95 mg; Fosfor: 1064.81 mg; Błonnik pokarmowy: 24.87 g; suma cukrów prostych: 49.97 g; Woda: 1286.96 g; Popiół: 11.07 g;		
<b>poniedziałek 2024-10-21</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka filet pieczony 30g (*), Pasta z kurczaka i warzyw 50g ( <b>SEL</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 200ml (*),	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pulpet dr.w sosie potrawk. duszony 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Ryż na sypko gotowany 200g ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2188.81 kcal; Energia: 7721.01 kJ; Białko ogółem: 83.60 g; białko zwierzęce: 40.88 g; białko roślinne: 19.40 g; Tłuszcz: 61.73 g; Węglowodany ogółem: 308.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.28 g; Sód: 875.57 mg; Potas: 3108.31 mg; Wapń: 730.62 mg; Fosfor: 1001.25 mg; Błonnik pokarmowy: 23.83 g; suma cukrów prostych: 49.96 g; Woda: 1210.52 g; Popiół: 10.24 g;		
<b>poniedziałek 2024-10-21</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> ), Szyunka filet pieczony 30g (*), Galaretką drobiowa 100g ( <b>SKR, JAJ, SEL</b> ), Papryka św. 90g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy B/C 200ml (*),	Barszcz czerwony z fasolą i jarzynką 7-skt. 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR, S02, ŁUB, *</b> ), Pulpet dr.w jarzynach gotowany 80/50 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ) , Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Surówka z marchwi i jabłka 130g ( <b>MLE</b> ), Mizeria z sosem winegret 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 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor 90g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 40g , Sok pomidorowy 1 szt. 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2192.81 kcal; Energia: 8279.84 kJ; Białko ogółem: 109.54 g; białko zwierzęce: 49.66 g; białko roślinne: 19.77 g; Tłuszcz: 81.03 g; Węglowodany ogółem: 314.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.62 g; Sód: 1027.92 mg; Potas: 4173.48 mg; Wapń: 1037.87 mg; Fosfor: 1269.79 mg; Błonnik pokarmowy: 40.48 g; suma cukrów prostych: 56.28 g; Woda: 1659.63 g; Popiół: 36.06 g;		
<b>poniedziałek 2024-10-21</b> <b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka filet pieczony 30g (*), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU, SOJ,</b> <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 35g, Pomidor 40g , <b>II Śniadanie:</b> Pomarańcza 1 szt. ,	Barszcz czerwony z fasolą i jarzynką 7-skt. 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR, S02, ŁUB, *</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Paprykarz drobiowy duszony 80/120 K ( <b>GLU, GOR, *</b> ), Mizeria z sosem winegret 130g (*), Kompot owocowy b/c 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Sałata ziel. 35g, Pomidor 40g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2166.41 kcal; Energia: 8294.19 kJ; Białko ogółem: 96.01 g; białko zwierzęce: 41.27 g; białko roślinne: 21.02 g; Tłuszcz: 70.26 g; Węglowodany ogółem: 341.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.68 g; Sód: 1225.16 mg; Potas: 3590.27 mg; Wapń: 931.84 mg; Fosfor: 1176.07 mg; Błonnik pokarmowy: 30.19 g; suma cukrów prostych: 57.09 g; Woda: 1467.63 g; Popiół: 35.71 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-10-21</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, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyńka filet pieczony 30g (*), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>II Śniadanie:</b> Pomarańcza 1 szt. ,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pulpet dr.w sosie potrawk. duszony 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ryż brązowy na sytko gotowany 200g, Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml , <b>Podwieczerek:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Połędwica Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2156.13 kcal; Energia: 8105.49 kJ; Białko ogółem: 90.88 g; białko zwierzęce: 41.46 g; białko roślinne: 20.20 g; Tłuszcz: 63.68 g; Węglowodany ogółem: 341.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.31 g; Sód: 1106.84 mg; Potas: 3462.01 mg; Wapń: 889.34 mg; Fosfor: 1155.80 mg; Błonnik pokarmowy: 31.38 g; suma cukrów prostych: 57.06 g; Woda: 1400.19 g; Popiół: 12.63 g;		
<b>poniedziałek 2024-10-21</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, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyńka filet pieczony 30g (*), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor 50g, Pomarańcza 1 szt. ,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pulpet dr.w jarzynach gotowany 80/50 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ryż brązowy na sytko gotowany 200g, Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Połędwica Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2187.47 kcal; Energia: 8527.76 kJ; Białko ogółem: 96.95 g; białko zwierzęce: 50.69 g; białko roślinne: 18.50 g; Tłuszcz: 54.80 g; Węglowodany ogółem: 373.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.02 g; Sód: 1530.47 mg; Potas: 3605.93 mg; Wapń: 1055.02 mg; Fosfor: 1310.58 mg; Błonnik pokarmowy: 30.19 g; suma cukrów prostych: 60.87 g; Woda: 1440.69 g; Popiół: 13.95 g;		
<b>poniedziałek 2024-10-21</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, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyńka filet pieczony 30g (*), Pasta jarzynowa z koperkiem 50g ( <b>SEL</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor 50g, Pomarańcza 1 szt. ,	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Udko w jarzynach 40/50 ( <b>SEL</b> ), Ryż brązowy na sytko gotowany 200g , Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka żydowska niskobiałkowa 200g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2189.05 kcal; Energia: 8564.24 kJ; Białko ogółem: 55.97 g; białko zwierzęce: 36.11 g; białko roślinne: 17.91 g; Tłuszcz: 69.93 g; Węglowodany ogółem: 356.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.51 g; Sód: 1241.51 mg; Potas: 3755.32 mg; Wapń: 591.30 mg; Fosfor: 1189.16 mg; Błonnik pokarmowy: 32.84 g; suma cukrów prostych: 42.04 g; Woda: 1257.72 g; Popiół: 12.31 g;		
<b>poniedziałek 2024-10-21</b>		
<b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Wędlina wegetariańska 50g, Sałata ziel. 10g, Papryka św. 50g, Pomarańcza 1 szt. ,	Barszcz czerwony z fasolą i jarzynką 7-skt. 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR, S02, ŁUB, *</b> ), Papryka faszerowana 300g ( <b>SEL</b> ), Mizeria z sosem winegret 130g (*), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka żydowska 200g K ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2212.46 kcal; Energia: 8835.99 kJ; Białko ogółem: 74.99 g; białko zwierzęce: 52.25 g; białko roślinne: 22.27 g; Tłuszcz: 70.94 g; Węglowodany ogółem: 359.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.52 g; Sód: 1318.73 mg; Potas: 4735.96 mg; Wapń: 1069.60 mg; Fosfor: 1449.47 mg; Błonnik pokarmowy: 29.72 g; suma cukrów prostych: 57.57 g; Woda: 1792.42 g; Popiół: 38.26 g;		
<b>poniedziałek 2024-10-21</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> Biszkopty z herbatą 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1186.36 kcal; Energia: 5571.92 kJ; Białko ogółem: 43.97 g; białko zwierzęce: 28.46 g; białko roślinne: 15.51 g; Tłuszcz: 53.43 g; Węglowodany ogółem: 157.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.89 g; Sód: 824.23 mg; Potas: 2811.74 mg; Wapń: 792.71 mg; Fosfor: 1352.45 mg; Błonnik pokarmowy: 11.39 g; suma cukrów prostych: 36.02 g; Woda: 592.00 g; Popiół: 10.10 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-10-22</b>		
<b>Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA II/ (1, C1)</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, 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 delikatesowa 30g (*), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Sałata ziel. 10g , Pomidor 50g , Jabłko des. 1 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ) , Kotlet pożarski smażony 80g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, *</b> ), Ziemniaki gotowane 200g , Surówka wielowarzywna z olejem 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 , serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2300.31 kcal; Energia: 8851.28 kJ; Białko ogółem: 88.76 g; białko zwierzęce: 49.40 g; białko roślinne: 20.43 g; Tłuszcz: 69.00 g; Węglowodany ogółem: 344.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.78 g; Sód: 2102.33 mg; Potas: 3754.80 mg; Wapń: 850.57 mg; Fosfor: 1358.40 mg; Błonnik pokarmowy: 28.78 g; suma cukrów prostych: 37.94 g; Woda: 1370.86 g; Popiół: 15.83 g;		
<b>wtorek 2024-10-22</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 H 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyunka delikatesowa 30g (*), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Pasztet sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ), Sałata ziel. 10g , Pomidor 90g , Jabłko des. 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 200g (1szt) ( <b>MLE</b> ),	Krupnik z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ) , Udko w jarzynach 130/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g , Surówka wielowarzywna z olejem i ciecierzycą 130g (*), 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> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ), Buraczki talarki 40g , Ogórek św. 90g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Szyunka gotowana 30g (*), Papryka św. 40g , Sok wielowarzywny 1szt. 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2269.77 kcal; Energia: 8165.89 kJ; Białko ogółem: 101.87 g; białko zwierzęce: 70.67 g; białko roślinne: 28.91 g; Tłuszcz: 67.73 g; Węglowodany ogółem: 300.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.73 g; Sód: 2367.32 mg; Potas: 4982.08 mg; Wapń: 727.25 mg; Fosfor: 1648.71 mg; Błonnik pokarmowy: 36.48 g; suma cukrów prostych: 34.89 g; Woda: 1624.52 g; Popiół: 18.23 g;		
<b>wtorek 2024-10-22</b>		
<b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BŁOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>		
Pasztet sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ),		Szyunka gotowana 30g (*),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 145.55 kcal; Energia: 0.00 kJ; Białko ogółem: 7.51 g; białko zwierzęce: 0.00 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 4.48 g; Węglowodany ogółem: 3.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.39 g; Sód: 240.00 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>wtorek 2024-10-22</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, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka delikatesowa 30g (*), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ) , Udko w sosie koperkowym duszone 130/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g , Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2247.60 kcal; Energia: 8915.99 kJ; Białko ogółem: 87.24 g; białko zwierzęce: 75.14 g; białko roślinne: 17.91 g; Tłuszcz: 65.60 g; Węglowodany ogółem: 301.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.96 g; Sód: 1771.74 mg; Potas: 4535.69 mg; Wapń: 903.98 mg; Fosfor: 1613.76 mg; Błonnik pokarmowy: 26.82 g; suma cukrów prostych: 45.58 g; Woda: 1534.23 g; Popiół: 15.96 g;		
<b>wtorek 2024-10-22</b>		
<b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ /VII/ (9)</b>		
Szyunka 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 Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-10-22</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, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 30g (*), Pasta z białka jaja 50g, Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ) , Udko w jarzynach 130/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2229.26 kcal; Energia: 9082.75 kJ; Białko ogółem: 99.44 g; białko zwierzęce: 74.82 g; białko roślinne: 18.76 g; Tłuszcz: 55.44 g; Węglowodany ogółem: 353.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.26 g; Sód: 1905.63 mg; Potas: 4736.62 mg; Wapń: 1251.08 mg; Fosfor: 1566.32 mg; Błonnik pokarmowy: 28.37 g; suma cukrów prostych: 63.18 g; Woda: 1729.70 g; Popiół: 17.17 g;		
<b>wtorek 2024-10-22</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, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 30g (*), Pasta z białka jaja 50g, Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Budyń waniliowy 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),	Krupnik z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ) , Udko w jarzynach 130/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ),	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2221.45 kcal; Energia: 8531.02 kJ; Białko ogółem: 92.15 g; białko zwierzęce: 78.06 g; białko roślinne: 16.78 g; Tłuszcz: 57.57 g; Węglowodany ogółem: 312.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.86 g; Sód: 1700.26 mg; Potas: 4621.45 mg; Wapń: 976.84 mg; Fosfor: 1550.15 mg; Błonnik pokarmowy: 26.15 g; suma cukrów prostych: 56.68 g; Woda: 1547.70 g; Popiół: 15.90 g;		
<b>wtorek 2024-10-22</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 delikatesowa 30g (*), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 90g, Jabłko des. 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 200g (1szt) ( <b>MLE</b> ),	Krupnik z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ) , Udko w jarzynach 130/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka wielowarzywna z olejem i ciecierzą 130g (*), 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> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 90g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Szynka gotowana 30g (*), Pomidor 40g, Sok wielowarzywny 1szt. 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2259.22 kcal; Energia: 8116.69 kJ; Białko ogółem: 93.66 g; białko zwierzęce: 76.48 g; białko roślinne: 19.39 g; Tłuszcz: 70.67 g; Węglowodany ogółem: 293.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.18 g; Sód: 2483.00 mg; Potas: 4157.22 mg; Wapń: 752.53 mg; Fosfor: 1534.87 mg; Błonnik pokarmowy: 30.61 g; suma cukrów prostych: 33.94 g; Woda: 1498.37 g; Popiół: 16.72 g;		
<b>wtorek 2024-10-22</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, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 30g (*), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko des. 1 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ) , Kotlec pożarski smażony 80g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ, *</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka wielowarzywna z olejem i ciecierzycą 130g (*), Kompot owocowy b/c 250ml , <b>Podwieczerek:</b> Budyń z sokiem 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 35g , Pomidor 40g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2234.44 kcal; Energia: 8957.76 kJ; Białko ogółem: 91.24 g; białko zwierzęce: 54.14 g; białko roślinne: 18.15 g; Tłuszcz: 69.15 g; Węglowodany ogółem: 330.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.23 g; Sód: 1819.90 mg; Potas: 3868.18 mg; Wapń: 967.58 mg; Fosfor: 1362.88 mg; Błonnik pokarmowy: 24.80 g; suma cukrów prostych: 51.19 g; Woda: 1455.27 g; Popiół: 15.45 g;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-10-22</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, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyńska delikatesowa 30g (*), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>II Śniadanie:</b> Jabłko des. 1 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ) , Udko w sosie koperkowym duszone 130/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g , Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Budyń z sokiem 200ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL,</b> <b>GOR, *</b> ),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</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: 2237.60 kcal; Energia: 8791.76 kJ; Białko ogółem: 86.92 g; białko zwierzęce: 74.98 g; białko roślinne: 17.71 g; Tłuszcz: 63.50 g; Węglowodany ogółem: 302.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.19 g; Sód: 1652.14 mg; Potas: 4525.65 mg; Wapń: 915.68 mg; Fosfor: 1605.74 mg; Błonnik pokarmowy: 26.91 g; suma cukrów prostych: 52.31 g; Woda: 1562.82 g; Popiół: 16.10 g;		
<b>wtorek 2024-10-22</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, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyńska delikatesowa 30g (*), Pasta z białka jaja 50g , Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ) , Udko w jarzynach 130/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g , Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2256.67 kcal; Energia: 8647.46 kJ; Białko ogółem: 88.39 g; białko zwierzęce: 73.34 g; białko roślinne: 18.55 g; Tłuszcz: 55.57 g; Węglowodany ogółem: 323.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.08 g; Sód: 1792.22 mg; Potas: 4580.07 mg; Wapń: 901.29 mg; Fosfor: 1525.58 mg; Błonnik pokarmowy: 27.57 g; suma cukrów prostych: 48.03 g; Woda: 1512.79 g; Popiół: 15.87 g;		
<b>wtorek 2024-10-22</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, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ) , Zapiekanka z warzywami 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> <b>SEL, *</b> ), Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Dżem 50g (*), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2255.92 kcal; Energia: 8795.94 kJ; Białko ogółem: 49.76 g; białko zwierzęce: 28.84 g; białko roślinne: 15.61 g; Tłuszcz: 65.25 g; Węglowodany ogółem: 363.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.36 g; Sód: 1619.87 mg; Potas: 3675.71 mg; Wapń: 574.07 mg; Fosfor: 1016.84 mg; Błonnik pokarmowy: 28.80 g; suma cukrów prostych: 65.08 g; Woda: 1161.62 g; Popiół: 34.52 g;		
<b>wtorek 2024-10-22</b>		
<b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>		
Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <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> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. ,	Krupnik z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ) , Zapiekanka z warzywami 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> <b>SEL, *</b> ), Surówka wielowarzywna z olejem i ciecierzą 130g (*), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2244.03 kcal; Energia: 9683.10 kJ; Białko ogółem: 85.87 g; białko zwierzęce: 73.74 g; białko roślinne: 16.40 g; Tłuszcz: 66.83 g; Węglowodany ogółem: 335.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.62 g; Sód: 2171.06 mg; Potas: 4023.52 mg; Wapń: 1378.06 mg; Fosfor: 1643.13 mg; Błonnik pokarmowy: 25.07 g; suma cukrów prostych: 51.65 g; Woda: 1573.08 g; Popiół: 39.34 g;		
<b>wtorek 2024-10-22</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> ),	Krupnik miksowany z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),	Gospodarska miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty z herbatą 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ,</b> <b>MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1028.15 kcal; Energia: 4954.81 kJ; Białko ogółem: 36.20 g; białko zwierzęce: 22.56 g; białko roślinne: 13.64 g; Tłuszcz: 51.50 g; Węglowodany ogółem: 139.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.25 g; Sód: 682.35 mg; Potas: 2081.92 mg; Wapń: 733.60 mg; Fosfor: 1178.38 mg; Błonnik pokarmowy: 8.42 g; suma cukrów prostych: 32.33 g; Woda: 404.20 g; Popiół: 8.14 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-10-23</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> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Papryka św. 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Kapuśniak z kap. kw. z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Naleśniki z serem i polewą jogurtową smażone 2szt./100ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Jabłko des. 1 szt. , 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 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2310.32 kcal; Energia: 9416.46 kJ; Białko ogółem: 86.28 g; białko zwierzęce: 63.39 g; białko roślinne: 18.18 g; Tłuszcz: 69.32 g; Węglowodany ogółem: 326.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.10 g; Sód: 2518.16 mg; Potas: 3897.34 mg; Wapń: 1445.12 mg; Fosfor: 1538.11 mg; Błonnik pokarmowy: 22.99 g; suma cukrów prostych: 80.42 g; Woda: 1488.00 g; Popiół: 18.33 g;		
<b>środa 2024-10-23</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> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 50g ( <b>MLE</b> ), Szyunka filet pieczony 30g (*), Sałata ziel. 10g, Papryka św. 90g, Pomarańcza 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem b/c 200g (*),	Kapuśniak z kap. kw. z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Surówka z jarzyn mieszanych 130g ( <b>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> ), Polędwica Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Pasta kalafiorowa 40g, 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, Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2258.20 kcal; Energia: 8218.91 kJ; Białko ogółem: 100.00 g; białko zwierzęce: 55.56 g; białko roślinne: 20.87 g; Tłuszcz: 76.71 g; Węglowodany ogółem: 313.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.86 g; Sód: 2756.48 mg; Potas: 4878.53 mg; Wapń: 1401.37 mg; Fosfor: 1427.63 mg; Błonnik pokarmowy: 36.89 g; suma cukrów prostych: 57.67 g; Woda: 1905.23 g; Popiół: 21.22 g;		
<b>środa 2024-10-23</b> <b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BŁOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>		
Szyunka filet pieczony 30g (*),		Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ),
<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 2024-10-23</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, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 50g ( <b>MLE</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w sosie duszony 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2223.54 kcal; Energia: 8601.64 kJ; Białko ogółem: 82.92 g; białko zwierzęce: 42.56 g; białko roślinne: 18.14 g; Tłuszcz: 62.95 g; Węglowodany ogółem: 324.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.47 g; Sód: 1706.91 mg; Potas: 3833.82 mg; Wapń: 943.51 mg; Fosfor: 1092.95 mg; Błonnik pokarmowy: 20.88 g; suma cukrów prostych: 58.67 g; Woda: 1287.34 g; Popiół: 14.69 g;		
<b>środa 2024-10-23</b> <b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ VII/ (9)</b>		
Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ),	Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 250.75 kcal; Energia: 823.20 kJ; Białko ogółem: 20.59 g; białko zwierzęce: 8.83 g; białko roślinne: 1.26 g; Tłuszcz: 7.33 g; Węglowodany ogółem: 15.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.49 g; Sód: 260.70 mg; Potas: 391.35 mg; Wapń: 81.35 mg; Fosfor: 276.35 mg; Błonnik pokarmowy: 3.31 g; suma cukrów prostych: 2.19 g; Woda: 150.15 g; Popiół: 1.82 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-10-23</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</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, SOJ, MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Mus z jabłka 200g,	Kapuśniak z kap. kw. z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2276.50 kcal; Energia: 9245.03 kJ; Białko ogółem: 113.08 g; białko zwierzęce: 71.40 g; białko roślinne: 19.47 g; Tłuszcz: 57.72 g; Węglowodany ogółem: 367.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.70 g; Sód: 2531.64 mg; Potas: 4833.97 mg; Wapń: 1498.06 mg; Fosfor: 1525.42 mg; Błonnik pokarmowy: 28.63 g; suma cukrów prostych: 72.81 g; Woda: 1971.16 g; Popiół: 20.82 g;		
<b>środa 2024-10-23</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <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> ), Pasta z sera i wędliny 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Mus owocowy 200g, <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*),	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2236.64 kcal; Energia: 8416.54 kJ; Białko ogółem: 85.91 g; białko zwierzęce: 43.01 g; białko roślinne: 18.43 g; Tłuszcz: 63.72 g; Węglowodany ogółem: 325.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.35 g; Sód: 1760.71 mg; Potas: 4054.57 mg; Wapń: 969.66 mg; Fosfor: 1158.90 mg; Błonnik pokarmowy: 24.48 g; suma cukrów prostych: 49.17 g; Woda: 1404.61 g; Popiół: 15.18 g;		
<b>środa 2024-10-23</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> ), Pasta z sera i wędliny 50g ( <b>MLE</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Papryka św. 90g, Pomarańcza 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem b/c 200g (*),	Kapuśniak z kap. kw. z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Surówka z jarzyn mieszanych 130g ( <b>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> ), Polędwica Premium 60g ( <b>SOJ, *</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, Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2237.01 kcal; Energia: 8299.18 kJ; Białko ogółem: 108.32 g; białko zwierzęce: 70.66 g; białko roślinne: 19.80 g; Tłuszcz: 74.87 g; Węglowodany ogółem: 315.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.26 g; Sód: 2794.30 mg; Potas: 5081.01 mg; Wapń: 1633.73 mg; Fosfor: 1581.24 mg; Błonnik pokarmowy: 35.68 g; suma cukrów prostych: 67.17 g; Woda: 2046.06 g; Popiół: 22.16 g;		
<b>środa 2024-10-23</b>		
<b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <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> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>II Śniadanie:</b> Banan 1 szt.,	Kapuśniak z kap. kw. z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Naleśniki z serem i polewą jogurtową smażone 3szt./100ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Jabłko des. 1 szt., Kompot owocowy b/c 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Sałata ziel. 35g, Pomidor 40g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2230.82 kcal; Energia: 9492.50 kJ; Białko ogółem: 83.35 g; białko zwierzęce: 61.04 g; białko roślinne: 16.15 g; Tłuszcz: 65.30 g; Węglowodany ogółem: 325.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.81 g; Sód: 2381.47 mg; Potas: 3946.19 mg; Wapń: 1452.76 mg; Fosfor: 1496.44 mg; Błonnik pokarmowy: 21.40 g; suma cukrów prostych: 86.57 g; Woda: 1573.58 g; Popiół: 18.12 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-10-23</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, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 50g ( <b>MLE</b> ), Szynka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ,</b> <b>MLE</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>II Śniadanie:</b> Banan 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w sosie duszony 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2246.44 kcal; Energia: 8688.74 kJ; Białko ogółem: 84.60 g; białko zwierzęce: 42.54 g; białko roślinne: 18.39 g; Tłuszcz: 62.80 g; Węglowodany ogółem: 330.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.41 g; Sód: 1669.06 mg; Potas: 3952.07 mg; Wapń: 959.21 mg; Fosfor: 1102.60 mg; Błonnik pokarmowy: 23.00 g; suma cukrów prostych: 63.35 g; Woda: 1393.93 g; Popiół: 15.30 g;		
<b>środa 2024-10-23</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, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2251.22 kcal; Energia: 8969.28 kJ; Białko ogółem: 90.63 g; białko zwierzęce: 48.57 g; białko roślinne: 19.85 g; Tłuszcz: 54.42 g; Węglowodany ogółem: 359.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.89 g; Sód: 1922.54 mg; Potas: 4655.88 mg; Wapń: 1092.50 mg; Fosfor: 1281.43 mg; Błonnik pokarmowy: 25.63 g; suma cukrów prostych: 66.26 g; Woda: 1521.54 g; Popiół: 17.12 g;		
<b>środa 2024-10-23</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, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pasta jarzynowa z pietruszką 50g ( <b>SEL</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Naleśniki z jabłkiem i polewą jogurtową 3 szt niskobiałkowe ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Jabłko des. 1 szt. , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa niskobiałkowa 200g ( <b>JAJ,</b> <b>MLE, SEL, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus z jabłka 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2253.93 kcal; Energia: 9430.14 kJ; Białko ogółem: 52.04 g; białko zwierzęce: 27.97 g; białko roślinne: 22.56 g; Tłuszcz: 72.07 g; Węglowodany ogółem: 363.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.76 g; Sód: 1746.86 mg; Potas: 4541.39 mg; Wapń: 634.04 mg; Fosfor: 1083.70 mg; Błonnik pokarmowy: 36.82 g; suma cukrów prostych: 63.95 g; Woda: 1623.78 g; Popiół: 14.11 g;		
<b>środa 2024-10-23</b> <b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</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, GOR, *</b> ), Papryka św. 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 400ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Naleśniki z serem z polewą jogurtową b/c 2szt. (250g)/100ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Surówka z marchwi i jabłka 130g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa wegetariańska 200g ( <b>JAJ,</b> <b>MLE, SEL, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2289.72 kcal; Energia: 9470.70 kJ; Białko ogółem: 94.84 g; białko zwierzęce: 66.17 g; białko roślinne: 23.56 g; Tłuszcz: 67.81 g; Węglowodany ogółem: 313.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.67 g; Sód: 1513.10 mg; Potas: 4818.08 mg; Wapń: 1378.15 mg; Fosfor: 1810.12 mg; Błonnik pokarmowy: 27.23 g; suma cukrów prostych: 76.44 g; Woda: 1739.39 g; Popiół: 17.03 g;		
<b>środa 2024-10-23</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> Biszkopty z herbatą 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ,</b> <b>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

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-10-24</b> <b>Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA II/ (1, C1)</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyńka filet pieczony 30g (*), Pasta z tuńczyka i twarogu 50g ( <b>JAJ, MLE, GOR, MCK</b> ), Ogórek św. 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. ,	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab. w sosie własnym duszona 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Sałatka z ogórka kiszzonego z marchewką i czerwoną fasolą 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 , Jajka gotowane 2szt. ( <b>JAJ</b> ), Papryka św. 50g , Sałata ziel. 10g , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2292.36 kcal; Energia: 10756.07 kJ; Białko ogółem: 95.45 g; białko zwierzęce: 56.77 g; białko roślinne: 29.99 g; Tłuszcz: 70.43 g; Węglowodany ogółem: 336.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.71 g; Sód: 2823.89 mg; Potas: 3578.70 mg; Wapń: 840.51 mg; Fosfor: 1903.29 mg; Błonnik pokarmowy: 29.39 g; suma cukrów prostych: 26.63 g; Woda: 1204.98 g; Popiół: 18.30 g;		
<b>czwartek 2024-10-24</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> ), Szyńka filet pieczony 30g (*), Pasta z tuńczyka i twarogu 50g ( <b>JAJ, MLE, GOR, MCK</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Sok wielowarzywny 1szt. 300ml ,	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab.w jarzyn gotowana 80/50 ( <b>SEL</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Surówka z selera i marchwi z papryką 130g ( <b>MLE, SEL</b> ), Sałatka z ogórka kiszzonego z marchewką i czerwoną fasolą 130g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Jajka gotowane 2szt. ( <b>JAJ</b> ), Pasta z zielonego groszku 40g , Papryka św. 90g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Szyńka gotowana 30g (*), Pomidor 40g , Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2249.76 kcal; Energia: 10186.46 kJ; Białko ogółem: 108.68 g; białko zwierzęce: 64.78 g; białko roślinne: 32.22 g; Tłuszcz: 70.57 g; Węglowodany ogółem: 312.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.47 g; Sód: 3298.72 mg; Potas: 4538.43 mg; Wapń: 892.87 mg; Fosfor: 2077.77 mg; Błonnik pokarmowy: 41.14 g; suma cukrów prostych: 29.65 g; Woda: 1486.03 g; Popiół: 20.03 g;		
<b>czwartek 2024-10-24</b> <b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>		
Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ),		Szyńka gotowana 30g (*),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 67.20 kcal; Energia: 166.50 kJ; Białko ogółem: 5.10 g; białko zwierzęce: 2.10 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 2.04 g; Węglowodany ogółem: 1.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.23 g; Sód: 253.20 mg; Potas: 33.90 mg; Wapń: 28.20 mg; Fosfor: 68.10 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 1.17 g; Woda: 21.63 g; Popiół: 0.24 g;		
<b>czwartek 2024-10-24</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, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyńka filet pieczony 30g (*), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. ,	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab. w sosie własnym duszona 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajka gotowane 2szt. ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2266.56 kcal; Energia: 11141.57 kJ; Białko ogółem: 100.01 g; białko zwierzęce: 70.24 g; białko roślinne: 23.22 g; Tłuszcz: 65.69 g; Węglowodany ogółem: 352.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.86 g; Sód: 2088.96 mg; Potas: 3835.14 mg; Wapń: 1197.01 mg; Fosfor: 1919.16 mg; Błonnik pokarmowy: 24.37 g; suma cukrów prostych: 45.82 g; Woda: 1429.84 g; Popiół: 16.51 g;		
<b>czwartek 2024-10-24</b> <b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ VII/ (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>czwartek 2024-10-24</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyunka filet pieczony 30g (*), Pasta z kurczaka i warzyw 50g ( <b>SEL</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sytko gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z białka jaja i wędliny 100g ( <b>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: 2231.34 kcal; Energia: 9633.54 kJ; Białko ogółem: 100.76 g; białko zwierzęce: 62.33 g; białko roślinne: 24.02 g; Tłuszcz: 62.17 g; Węglowodany ogółem: 377.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.67 g; Sód: 1474.49 mg; Potas: 4093.42 mg; Wapń: 989.62 mg; Fosfor: 1547.32 mg; Błonnik pokarmowy: 28.10 g; suma cukrów prostych: 52.57 g; Woda: 1451.59 g; Popiół: 14.22 g;		
<b>czwartek 2024-10-24</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka filet pieczony 30g (*), Pasta z kurczaka i warzyw 50g ( <b>SEL</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Biszkopty 30g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Herbata owocowa b/c 250ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ),	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sytko gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ),	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z białka jaja i wędliny 100g ( <b>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: 2229.06 kcal; Energia: 9572.53 kJ; Białko ogółem: 97.21 g; białko zwierzęce: 58.52 g; białko roślinne: 24.27 g; Tłuszcz: 71.20 g; Węglowodany ogółem: 359.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.78 g; Sód: 1321.52 mg; Potas: 3903.49 mg; Wapń: 913.42 mg; Fosfor: 1471.14 mg; Błonnik pokarmowy: 26.60 g; suma cukrów prostych: 53.57 g; Woda: 1340.30 g; Popiół: 13.13 g;		
<b>czwartek 2024-10-24</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 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka filet pieczony 30g (*), Pasta z tuńczyka i twarogu 50g ( <b>JAJ, MLE, GOR, MCK</b> ), Ogórek św. 90g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Sok wielowarzywny 1szt. 300ml ,	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab.w jarzyn gotowana 80/50 ( <b>SEL</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Surówka z selera i jabłka z papryką 130g ( <b>MLE, SEL</b> ), Sałatka z ogórka kiszzonego z marchewką i czerwoną fasolą 130g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Jajka gotowane 2szt. ( <b>JAJ</b> ), Papryka św. 90g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Szyunka gotowana 30g (*), Pomidor 40g, Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2248.28 kcal; Energia: 10192.65 kJ; Białko ogółem: 108.03 g; białko zwierzęce: 65.58 g; białko roślinne: 30.76 g; Tłuszcz: 69.40 g; Węglowodany ogółem: 318.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.56 g; Sód: 3278.23 mg; Potas: 4464.63 mg; Wapń: 873.50 mg; Fosfor: 2016.08 mg; Błonnik pokarmowy: 38.12 g; suma cukrów prostych: 28.85 g; Woda: 1496.81 g; Popiół: 20.05 g;		
<b>czwartek 2024-10-24</b> <b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka filet pieczony 30g (*), Sałata ziel. 35g, Ogórek św. 50g, Pasta z tuńczyka i twarogu 50g ( <b>JAJ, MLE, GOR, MCK</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jabłko des. 1 szt. ,	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob.w sosie duszony 80/120 ( <b>GLU, SEL</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Sałatka z ogórka kiszzonego z marchewką i czerwoną fasolą 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, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajka gotowane 2szt. ( <b>JAJ</b> ), Sałata ziel. 35g , Pomidor 40g , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2246.49 kcal; Energia: 10282.21 kJ; Białko ogółem: 98.81 g; białko zwierzęce: 61.57 g; białko roślinne: 28.55 g; Tłuszcz: 66.92 g; Węglowodany ogółem: 339.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.17 g; Sód: 2614.65 mg; Potas: 3512.20 mg; Wapń: 934.31 mg; Fosfor: 1854.62 mg; Błonnik pokarmowy: 24.71 g; suma cukrów prostych: 38.38 g; Woda: 1319.93 g; Popiół: 17.36 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-10-24</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyńka filet pieczony 30g (*), Pasztecik drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 35g, <b>II Śniadanie:</b> Jabłko des. 1 szt. ,	Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), 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, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajka gotowane 2szt. ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2270.23 kcal; Energia: 10271.50 kJ; Białko ogółem: 87.14 g; białko zwierzęce: 57.64 g; białko roślinne: 22.95 g; Tłuszcz: 69.46 g; Węglowodany ogółem: 354.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.51 g; Sód: 1980.67 mg; Potas: 3640.50 mg; Wapń: 939.66 mg; Fosfor: 1727.57 mg; Błonnik pokarmowy: 26.43 g; suma cukrów prostych: 41.72 g; Woda: 1348.67 g; Popiół: 15.02 g;		
<b>czwartek 2024-10-24</b>		
<b>Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI/ (7, 8)</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyńka filet pieczony 30g (*), Pasta z kurczaka i warzyw 50g ( <b>SEL</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor 50g, Jabłko des. 1 szt. ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z białka jaja i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2213.47 kcal; Energia: 9483.38 kJ; Białko ogółem: 106.98 g; białko zwierzęce: 69.03 g; białko roślinne: 23.54 g; Tłuszcz: 56.35 g; Węglowodany ogółem: 369.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.72 g; Sód: 1513.71 mg; Potas: 4167.66 mg; Wapń: 1281.81 mg; Fosfor: 1685.95 mg; Błonnik pokarmowy: 27.07 g; suma cukrów prostych: 54.52 g; Woda: 1525.27 g; Popiół: 14.86 g;		
<b>czwartek 2024-10-24</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, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Pasta jarzynowa 50g ( <b>SEL</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor 50g, Jabłko des. 1 szt. ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kasza jęczmienna z jarzynami i kurczakiem (30g) 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyńka gotowana 30g (*), Pasta brokułowa 50g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2207.74 kcal; Energia: 9443.44 kJ; Białko ogółem: 54.55 g; białko zwierzęce: 29.66 g; białko roślinne: 21.88 g; Tłuszcz: 77.59 g; Węglowodany ogółem: 364.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.15 g; Sód: 1885.00 mg; Potas: 3219.14 mg; Wapń: 628.73 mg; Fosfor: 1021.57 mg; Błonnik pokarmowy: 29.34 g; suma cukrów prostych: 37.20 g; Woda: 1122.27 g; Popiół: 11.98 g;		
<b>czwartek 2024-10-24</b>		
<b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Dżem 50g (*), Sałata ziel. 10g, Ogórek św. 50g, Jabłko des. 1 szt. ,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kaszotto z warzywami i serem 300g ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Sałatka z ogórka kiszzonego z marchewką i czerwoną fasolą 130g, Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajka gotowane 2szt. ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2206.41 kcal; Energia: 10678.34 kJ; Białko ogółem: 108.69 g; białko zwierzęce: 66.38 g; białko roślinne: 36.29 g; Tłuszcz: 73.83 g; Węglowodany ogółem: 373.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.73 g; Sód: 2121.74 mg; Potas: 4135.06 mg; Wapń: 1416.62 mg; Fosfor: 1868.17 mg; Błonnik pokarmowy: 31.88 g; suma cukrów prostych: 82.61 g; Woda: 1535.33 g; Popiół: 88.81 g;		
<b>czwartek 2024-10-24</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> ),	Ziemniaczanka miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, 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>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1059.89 kcal; Energia: 4337.13 kJ; Białko ogółem: 42.42 g; białko zwierzęce: 20.22 g; białko roślinne: 13.01 g; Tłuszcz: 47.20 g; Węglowodany ogółem: 158.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.21 g; Sód: 593.41 mg; Potas: 2645.95 mg; Wapń: 719.15 mg; Fosfor: 1122.89 mg; Błonnik pokarmowy: 12.14 g; suma cukrów prostych: 26.05 g; Woda: 507.16 g; Popiół: 8.85 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

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