

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-12-06</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> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Pasta jajeczna 50g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ryba smażona 80g morszczuk ( <b>GLU, JAJ, RYB, OZI, ORZ</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z białej kapusty 130g, Kompot owocowy b/c 250 ml,	Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ), Sałatka makaronowa z szynką, ciecierzycą i olejem 200g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Papryka św. 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2288.31 kcal; Energia: 9451.26 kJ; Białko ogółem: 91.73 g; białko zwierzęce: 79.14 g; białko roślinne: 23.93 g; Tłuszcz: 69.65 g; Węglowodany ogółem: 324.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.67 g; Sód: 1755.29 mg; Potas: 4373.13 mg; Wapń: 1631.09 mg; Fosfor: 1675.92 mg; Błonnik pokarmowy: 26.55 g; suma cukrów prostych: 61.47 g; Woda: 1504.96 g; Popiół: 61.35 g;		
<b>piątek 2024-12-06</b>		
<b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C3)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta jajeczna 50g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Połędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor 90g, Pomarańcza 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 1 szt. 330ml ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z białej kapusty 130g, Buraczki z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka filet pieczony 60g (*), Papryka św. 90g, Sałata ziel. 10g, Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 40g, Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2220.44 kcal; Energia: 8217.39 kJ; Białko ogółem: 94.49 g; białko zwierzęce: 55.32 g; białko roślinne: 23.07 g; Tłuszcz: 67.71 g; Węglowodany ogółem: 291.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.22 g; Sód: 1905.00 mg; Potas: 4474.50 mg; Wapń: 1140.46 mg; Fosfor: 1507.75 mg; Błonnik pokarmowy: 32.82 g; suma cukrów prostych: 29.06 g; Woda: 1496.16 g; Popiół: 17.73 g;		
<b>piątek 2024-12-06</b>		
<b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>		
Połędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ),		Ser żółty 30g ( <b>MLE</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>piątek 2024-12-06</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</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta jajeczna 50g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor 50g, Banan 1 szt. ,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w sosie pomid. duszona 80/120 morszczuk ( <b>GLU, RYB, SEL, *</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml ,	Szynka filet pieczony 60g (*), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2233.49 kcal; Energia: 9510.15 kJ; Białko ogółem: 97.24 g; białko zwierzęce: 69.92 g; białko roślinne: 16.84 g; Tłuszcz: 64.19 g; Węglowodany ogółem: 331.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.83 g; Sód: 1596.93 mg; Potas: 4527.17 mg; Wapń: 1127.19 mg; Fosfor: 1474.29 mg; Błonnik pokarmowy: 20.02 g; suma cukrów prostych: 56.49 g; Woda: 1443.29 g; Popiół: 16.27 g;		
<b>piątek 2024-12-06</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 Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-12-06</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Pasta z białka jaja 50g ( <b>JAJ</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Jabłko gotowane 1 szt., Pomidor b/skórki 50g,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyнка filet pieczony 60g (*), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2220.79 kcal; Energia: 9503.81 kJ; Białko ogółem: 107.52 g; białko zwierzęce: 83.37 g; białko roślinne: 14.28 g; Tłuszcz: 58.23 g; Węglowodany ogółem: 352.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.44 g; Sód: 1764.62 mg; Potas: 4519.65 mg; Wapń: 1257.05 mg; Fosfor: 1620.65 mg; Błonnik pokarmowy: 21.25 g; suma cukrów prostych: 61.45 g; Woda: 1686.79 g; Popiół: 17.42 g;		
<b>piątek 2024-12-06</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Pasta z białka jaja 50g ( <b>JAJ</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Jabłko gotowane 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z białej kapusty 130g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Szyнка filet pieczony 60g (*), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2222.91 kcal; Energia: 9023.96 kJ; Białko ogółem: 95.95 g; białko zwierzęce: 68.63 g; białko roślinne: 16.22 g; Tłuszcz: 62.12 g; Węglowodany ogółem: 352.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.18 g; Sód: 1546.00 mg; Potas: 4594.42 mg; Wapń: 1099.97 mg; Fosfor: 1455.91 mg; Błonnik pokarmowy: 25.17 g; suma cukrów prostych: 58.11 g; Woda: 1695.27 g; Popiół: 16.71 g;		
<b>piątek 2024-12-06</b>		
<b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ (6)</b>		
Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta jajeczna 50g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 90g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 1 szt. 330ml,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z białej kapusty 130g, Buraczki z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Herbata 250ml, Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyнка filet pieczony 60g (*), Papryka św. 90g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 40g, Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2221.26 kcal; Energia: 8861.89 kJ; Białko ogółem: 107.26 g; białko zwierzęce: 83.94 g; białko roślinne: 17.13 g; Tłuszcz: 74.49 g; Węglowodany ogółem: 287.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.86 g; Sód: 1800.36 mg; Potas: 4892.38 mg; Wapń: 1599.05 mg; Fosfor: 1721.65 mg; Błonnik pokarmowy: 28.35 g; suma cukrów prostych: 58.95 g; Woda: 1829.30 g; Popiół: 19.28 g;		
<b>piątek 2024-12-06</b>		
<b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta jajeczna 50g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 35g, Pomidor 40g, <b>II Śniadanie:</b> Banan 1 szt., Paczka Mikołajkowa,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ryba smażona 80g morszczuk ( <b>GLU, JAJ, RYB, OZI, ORZ</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z białej kapusty 130g, Kompot owocowy b/c 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Mus owocowy 200g,	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Szyнка filet pieczony 60g (*), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 35g, Pomidor 40g, <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2252.45 kcal; Energia: 9294.64 kJ; Białko ogółem: 93.16 g; białko zwierzęce: 70.36 g; białko roślinne: 19.14 g; Tłuszcz: 65.05 g; Węglowodany ogółem: 307.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.35 g; Sód: 1643.58 mg; Potas: 4525.92 mg; Wapń: 1457.49 mg; Fosfor: 1562.65 mg; Błonnik pokarmowy: 22.40 g; suma cukrów prostych: 55.19 g; Woda: 1529.69 g; Popiół: 17.40 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-12-06</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Pasta jajeczna 50g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 35g, Pomidor 40g, <b>II Śniadanie:</b> Banan 1 szt., Paczka Mikołajkowa,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w sosie pomid. duszona 80/120 morszczuk ( <b>GLU, RYB, SEL, *</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Mus owocowy 200g,	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyńka filet pieczony 60g (*), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2280.31 kcal; Energia: 9278.12 kJ; Białko ogółem: 101.24 g; białko zwierzęce: 73.36 g; białko roślinne: 16.60 g; Tłuszcz: 64.27 g; Węglowodany ogółem: 316.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.11 g; Sód: 1498.84 mg; Potas: 4574.97 mg; Wapń: 1191.96 mg; Fosfor: 1501.28 mg; Błonnik pokarmowy: 19.94 g; suma cukrów prostych: 58.35 g; Woda: 1507.47 g; Popiół: 16.63 g;		
<b>piątek 2024-12-06</b>		
<b>Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI/ (7, 8)</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z białka jaja 50g ( <b>JAJ</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt.,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Szyńka filet pieczony 60g (*), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2259.51 kcal; Energia: 9687.88 kJ; Białko ogółem: 95.38 g; białko zwierzęce: 70.57 g; białko roślinne: 14.95 g; Tłuszcz: 58.24 g; Węglowodany ogółem: 358.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.84 g; Sód: 1751.84 mg; Potas: 4496.16 mg; Wapń: 1274.06 mg; Fosfor: 1471.28 mg; Błonnik pokarmowy: 20.41 g; suma cukrów prostych: 65.17 g; Woda: 1524.14 g; Popiół: 16.75 g;		
<b>piątek 2024-12-06</b>		
<b>Dieta: K. DIETA NISKOBIAŁKOWA /VIII/ (10)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z jajkiem 1/2 szt. 200g ( <b>JAJ</b> ), Miód 50g /2szt./, Sałata ziel. 10g, Pomidor 50g, Banan 1 szt.,	Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 40/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Buraczki z olejem gotowane 130g, Ziemniaki gotowane 200g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka niskobiałkowa makaronowa z brokułem 200g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2229.03 kcal; Energia: 9521.34 kJ; Białko ogółem: 56.00 g; białko zwierzęce: 39.05 g; białko roślinne: 19.95 g; Tłuszcz: 70.64 g; Węglowodany ogółem: 355.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.64 g; Sód: 1354.30 mg; Potas: 4136.12 mg; Wapń: 502.66 mg; Fosfor: 1101.11 mg; Błonnik pokarmowy: 21.85 g; suma cukrów prostych: 39.46 g; Woda: 1136.42 g; Popiół: 13.46 g;		
<b>piątek 2024-12-06</b>		
<b>Dieta: K. DIETA WEGETARIANŚKA (1 WE)</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta jajeczna 50g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Ser wegański 30g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt.,	Barszcz biały z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Papryka faszerowana 300g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z białej kapusty 130g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka wege makaronowa z brokułem 200g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Papryka św. 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2267.69 kcal; Energia: 9900.12 kJ; Białko ogółem: 94.28 g; białko zwierzęce: 72.08 g; białko roślinne: 28.26 g; Tłuszcz: 65.60 g; Węglowodany ogółem: 349.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.66 g; Sód: 1160.36 mg; Potas: 5526.34 mg; Wapń: 1647.54 mg; Fosfor: 1713.86 mg; Błonnik pokarmowy: 28.25 g; suma cukrów prostych: 72.57 g; Woda: 1973.02 g; Popiół: 18.70 g;		
<b>piątek 2024-12-06</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> Biszkopty z herbatą 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1281.42 kcal; Energia: 5806.54 kJ; Białko ogółem: 42.47 g; białko zwierzęce: 22.97 g; białko roślinne: 19.50 g; Tłuszcz: 53.36 g; Węglowodany ogółem: 193.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.71 g; Sód: 700.70 mg; Potas: 3436.59 mg; Wapń: 778.14 mg; Fosfor: 1290.89 mg; Błonnik pokarmowy: 15.18 g; suma cukrów prostych: 36.77 g; Woda: 669.64 g; Popiół: 10.61 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-12-07</b> <b>Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA II/ (1, C1)</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <b>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> ), Szyunka got Delika z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g , Ogórek św. 50g , Jabłko des. 1 szt. ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Risotto z mięsem drob. i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Surówka z selera, papryki i kukurydzy z ziel. pietruszką 130g ( <b>MLE, SEL, *</b> ), Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ), Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Pasta z sera i wędliny z ciecierzycą 100g ( <b>SOJ, MLE, *</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: 2317.49 kcal; Energia: 7981.07 kJ; Białko ogółem: 94.15 g; białko zwierzęce: 55.93 g; białko roślinne: 23.85 g; Tłuszcz: 68.34 g; Węglowodany ogółem: 320.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.83 g; Sód: 1521.15 mg; Potas: 3460.76 mg; Wapń: 1066.02 mg; Fosfor: 1327.33 mg; Błonnik pokarmowy: 26.20 g; suma cukrów prostych: 56.20 g; Woda: 1431.66 g; Popiół: 12.77 g;		
<b>sobota 2024-12-07</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 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Ogórek św. 90g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 200g (1szt) ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab.w jarzyn gotowana 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g , Surówka z marchwi i jabłka 130g ( <b>MLE</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> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Kalafor z wody gotowany 40g , Pomidor 90g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Szyunka delikatesowa 30g (*), Papryka św. 40g , Sok pomidorowy 1 szt. 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2249.77 kcal; Energia: 9344.50 kJ; Białko ogółem: 96.56 g; białko zwierzęce: 64.39 g; białko roślinne: 20.34 g; Tłuszcz: 73.77 g; Węglowodany ogółem: 291.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.78 g; Sód: 2540.98 mg; Potas: 4643.57 mg; Wapń: 1012.77 mg; Fosfor: 1764.76 mg; Błonnik pokarmowy: 32.21 g; suma cukrów prostych: 42.54 g; Woda: 1735.62 g; Popiół: 19.11 g;		
<b>sobota 2024-12-07</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> ),		Szyunka delikatesowa 30g (*),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 107.10 kcal; Energia: 681.46 kJ; Białko ogółem: 14.30 g; białko zwierzęce: 8.00 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 3.84 g; Węglowodany ogółem: 1.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.91 g; Sód: 383.24 mg; Potas: 234.12 mg; Wapń: 50.47 mg; Fosfor: 267.63 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 0.00 g; Woda: 99.76 g; Popiół: 1.85 g;		
<b>sobota 2024-12-07</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA III/ (2, 9, C2)</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka got Delika z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Risotto z mięsem drob. i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2276.73 kcal; Energia: 7981.89 kJ; Białko ogółem: 95.11 g; białko zwierzęce: 49.21 g; białko roślinne: 27.53 g; Tłuszcz: 61.25 g; Węglowodany ogółem: 327.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.75 g; Sód: 1200.35 mg; Potas: 3269.09 mg; Wapń: 1000.82 mg; Fosfor: 1252.50 mg; Błonnik pokarmowy: 23.24 g; suma cukrów prostych: 50.29 g; Woda: 1330.49 g; Popiół: 12.50 g;		
<b>sobota 2024-12-07</b> <b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ /VII/ (9)</b>		
Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ),	Bitka schab.w jarzyn gotowana 80/50 ( <b>SEL</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 210.70 kcal; Energia: 2045.05 kJ; Białko ogółem: 20.95 g; białko zwierzęce: 20.00 g; białko roślinne: 0.95 g; Tłuszcz: 12.09 g; Węglowodany ogółem: 7.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.46 g; Sód: 259.45 mg; Potas: 956.20 mg; Wapń: 102.30 mg; Fosfor: 599.30 mg; Błonnik pokarmowy: 3.09 g; suma cukrów prostych: 1.88 g; Woda: 196.96 g; Popiół: 3.23 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-12-07</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>		
Kasza kukurydz.na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka got Delika z indyka 50g ( <b>GLU</b> , <b>SOJ, MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE</b> , <b>SEL, *</b> ), Risotto z mięsem drob. i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2255.07 kcal; Energia: 7951.48 kJ; Białko ogółem: 95.27 g; białko zwierzęce: 50.14 g; białko roślinne: 26.76 g; Tłuszcz: 59.83 g; Węglowodany ogółem: 337.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.74 g; Sód: 1264.06 mg; Potas: 3687.00 mg; Wapń: 987.72 mg; Fosfor: 1322.81 mg; Błonnik pokarmowy: 28.29 g; suma cukrów prostych: 55.41 g; Woda: 1410.40 g; Popiół: 11.97 g;		
<b>sobota 2024-12-07</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>		
Kasza kukurydz.na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka got Delika z indyka 50g ( <b>GLU</b> , <b>SOJ, MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g , Jabłko gotowane 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 200g (1szt) ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE</b> , <b>SEL, *</b> ), Risotto z mięsem drob. i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ),	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2282.45 kcal; Energia: 8047.36 kJ; Białko ogółem: 95.39 g; białko zwierzęce: 50.73 g; białko roślinne: 26.30 g; Tłuszcz: 60.54 g; Węglowodany ogółem: 339.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.16 g; Sód: 1326.95 mg; Potas: 3739.39 mg; Wapń: 1069.50 mg; Fosfor: 1375.03 mg; Błonnik pokarmowy: 27.62 g; suma cukrów prostych: 59.35 g; Woda: 1416.50 g; Popiół: 12.49 g;		
<b>sobota 2024-12-07</b> <b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ (6)</b>		
Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka got Delika z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Ogórek św. 90g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 200g (1szt) ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE</b> , <b>SEL, *</b> ), Bitka schab.w jarzyn gotowana 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g , Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Surówka z selera, papryki i kukurydzy z ziel pietruszką 130g ( <b>MLE, SEL, *</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor 90g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Szynka delikatesowa 30g (*), Papryka św. 40g , Sok pomidorowy 1 szt. 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2233.07 kcal; Energia: 9488.74 kJ; Białko ogółem: 100.75 g; białko zwierzęce: 64.58 g; białko roślinne: 24.34 g; Tłuszcz: 72.12 g; Węglowodany ogółem: 314.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.00 g; Sód: 2298.07 mg; Potas: 5630.57 mg; Wapń: 1131.25 mg; Fosfor: 1817.26 mg; Błonnik pokarmowy: 34.08 g; suma cukrów prostych: 48.59 g; Woda: 1875.51 g; Popiół: 20.33 g;		
<b>sobota 2024-12-07</b> <b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>		
Kasza kukurydz.na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka got Delika z indyka 50g ( <b>GLU</b> , <b>SOJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 35g , Pomidor 40g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko des. 1 szt. ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE</b> , <b>SEL, *</b> ), Risotto z mięsem drob. i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Surówka z marchwi i jabłka 130g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150g (1 szt) ( <b>MLE</b> ),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Sałata ziel. 35g , Pomidor 40g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2313.94 kcal; Energia: 8091.95 kJ; Białko ogółem: 92.73 g; białko zwierzęce: 51.68 g; białko roślinne: 24.49 g; Tłuszcz: 60.90 g; Węglowodany ogółem: 336.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.39 g; Sód: 1263.91 mg; Potas: 3632.31 mg; Wapń: 1104.95 mg; Fosfor: 1350.26 mg; Błonnik pokarmowy: 25.25 g; suma cukrów prostych: 64.11 g; Woda: 1449.90 g; Popiół: 12.51 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-12-07</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka got Delika z indyka 50g ( <b>GLU</b> , <b>SOJ, MLE</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>II Śniadanie:</b> Jabłko des. 1 szt. ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE</b> , <b>SEL, *</b> ), Risotto z mięsem drob. i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150g (1 szt) ( <b>MLE</b> ),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2268.18 kcal; Energia: 7834.92 kJ; Białko ogółem: 97.82 g; białko zwierzęce: 54.69 g; białko roślinne: 26.57 g; Tłuszcz: 60.70 g; Węglowodany ogółem: 318.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.64 g; Sód: 1144.33 mg; Potas: 3527.89 mg; Wapń: 1183.78 mg; Fosfor: 1348.08 mg; Błonnik pokarmowy: 23.19 g; suma cukrów prostych: 61.83 g; Woda: 1459.76 g; Popiół: 13.66 g;		
<b>sobota 2024-12-07</b>		
<b>Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI (7, 8)</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka got Delika z indyka 50g ( <b>GLU</b> , <b>SOJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor 50g, Jabłko des. 1 szt. ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE</b> , <b>SEL, *</b> ), Risotto z mięsem drob. i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120 ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2223.77 kcal; Energia: 7792.00 kJ; Białko ogółem: 94.41 g; białko zwierzęce: 52.40 g; białko roślinne: 23.65 g; Tłuszcz: 50.81 g; Węglowodany ogółem: 335.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.48 g; Sód: 1467.96 mg; Potas: 3330.70 mg; Wapń: 1080.54 mg; Fosfor: 1250.18 mg; Błonnik pokarmowy: 22.88 g; suma cukrów prostych: 54.49 g; Woda: 1397.86 g; Popiół: 13.25 g;		
<b>sobota 2024-12-07</b>		
<b>Dieta: K. DIETA NISKOBIAŁKOWA /VIII (10)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU</b> , <b>SOJ, MLE</b> ), Pasta jarzynowa 50g ( <b>SEL</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor 50g, Jabłko des. 1 szt. ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE</b> , <b>SEL, *</b> ), Kluski śląskie z sosem potrawkowym z kurczakiem (30g) 300/100 ( <b>GLU, JAJ</b> ), Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Dżem 2 szt. 50g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2245.66 kcal; Energia: 8384.85 kJ; Białko ogółem: 57.44 g; białko zwierzęce: 39.13 g; białko roślinne: 24.26 g; Tłuszcz: 66.93 g; Węglowodany ogółem: 337.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.87 g; Sód: 913.34 mg; Potas: 3816.04 mg; Wapń: 573.43 mg; Fosfor: 1007.37 mg; Błonnik pokarmowy: 23.93 g; suma cukrów prostych: 68.84 g; Woda: 1268.45 g; Popiół: 11.83 g;		
<b>sobota 2024-12-07</b>		
<b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Wędlina wegetariańska 30g, Pasta jarzynowa z majonezem i pietruszką 50g ( <b>JAJ</b> , <b>SEL, GOR</b> ), Sałata ziel. 10g, Ogórek św. 50g, Jabłko des. 1 szt. ,	Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE</b> , <b>SEL, *</b> ), Kluski śląskie w sosie jarzynowym 300/200g H ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Surówka z selera, papryki i kukurydzy z ziel pietruszką 130g ( <b>MLE, SEL, *</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Paprykarz wegetariański 100g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2230.68 kcal; Energia: 9241.48 kJ; Białko ogółem: 93.07 g; białko zwierzęce: 66.97 g; białko roślinne: 25.16 g; Tłuszcz: 69.01 g; Węglowodany ogółem: 352.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.84 g; Sód: 1584.80 mg; Potas: 4831.88 mg; Wapń: 1216.39 mg; Fosfor: 1525.79 mg; Błonnik pokarmowy: 29.00 g; suma cukrów prostych: 64.63 g; Woda: 1719.91 g; Popiół: 58.10 g;		
<b>sobota 2024-12-07</b>		
<b>Dieta: K. DIETA PŁYNNNA /III/ (13)</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Gospodarska miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),	Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, *</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Suchary z herbatą 150ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1139.48 kcal; Energia: 5400.90 kJ; Białko ogółem: 44.02 g; białko zwierzęce: 26.72 g; białko roślinne: 17.31 g; Tłuszcz: 46.51 g; Węglowodany ogółem: 162.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.85 g; Sód: 923.29 mg; Potas: 2701.70 mg; Wapń: 774.82 mg; Fosfor: 1348.85 mg; Błonnik pokarmowy: 11.82 g; suma cukrów prostych: 26.39 g; Woda: 568.84 g; Popiół: 10.27 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-12-08</b>		
<b>Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA II/ (1, C1)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ), Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (* ) , Ketchup 20g , Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Banan 1 szt. ,	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Filet dr. smażony 100g ( <b>GLU, JAJ, OZI, ORZ</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Surówka meksykańska 130g (*), Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ), Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2287.91 kcal; Energia: 9173.53 kJ; Białko ogółem: 82.84 g; białko zwierzęce: 52.99 g; białko roślinne: 22.87 g; Tłuszcz: 65.43 g; Węglowodany ogółem: 341.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.46 g; Sód: 2171.26 mg; Potas: 4150.46 mg; Wapń: 738.11 mg; Fosfor: 1382.95 mg; Błonnik pokarmowy: 25.52 g; suma cukrów prostych: 49.26 g; Woda: 1263.42 g; Popiół: 15.73 g;		
<b>niedziela 2024-12-08</b>		
<b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C3)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło 10g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (* ) , Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Sałata ziel. 10g , Pomidor 90g , Pomarańcza 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem b/c 200g (*),	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Surówka meksykańska 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> ), Polędwica Premium 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</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 , Sok pomidorowy 1 szt. 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2328.05 kcal; Energia: 8818.91 kJ; Białko ogółem: 97.83 g; białko zwierzęce: 58.41 g; białko roślinne: 22.47 g; Tłuszcz: 61.52 g; Węglowodany ogółem: 325.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.97 g; Sód: 2102.05 mg; Potas: 4888.67 mg; Wapń: 792.68 mg; Fosfor: 1603.99 mg; Błonnik pokarmowy: 32.48 g; suma cukrów prostych: 39.78 g; Woda: 1704.18 g; Popiół: 17.48 g;		
<b>niedziela 2024-12-08</b>		
<b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>		
Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ),		Szynka filet pieczony 30g (*),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 104.20 kcal; Energia: 644.30 kJ; Białko ogółem: 13.70 g; białko zwierzęce: 8.00 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 3.14 g; Węglowodany ogółem: 0.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.00 g; Sód: 141.00 mg; Potas: 133.00 mg; Wapń: 47.00 mg; Fosfor: 204.00 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 0.00 g; Woda: 76.20 g; Popiół: 1.00 g;		
<b>niedziela 2024-12-08</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</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Pomidor 40g , Sałata ziel. 10g , Banan 1 szt. ,	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2242.61 kcal; Energia: 9319.94 kJ; Białko ogółem: 89.90 g; białko zwierzęce: 65.42 g; białko roślinne: 18.30 g; Tłuszcz: 63.10 g; Węglowodany ogółem: 329.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.25 g; Sód: 1781.56 mg; Potas: 4522.95 mg; Wapń: 914.53 mg; Fosfor: 1509.16 mg; Błonnik pokarmowy: 23.50 g; suma cukrów prostych: 58.78 g; Woda: 1417.07 g; Popiół: 15.08 g;		
<b>niedziela 2024-12-08</b>		
<b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ VII/ (9)</b>		
Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ),	Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 308.90 kcal; Energia: 1436.05 kJ; Białko ogółem: 21.97 g; białko zwierzęce: 21.20 g; białko roślinne: 0.77 g; Tłuszcz: 14.01 g; Węglowodany ogółem: 23.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.07 g; Sód: 241.85 mg; Potas: 765.60 mg; Wapń: 73.90 mg; Fosfor: 518.90 mg; Błonnik pokarmowy: 2.24 g; suma cukrów prostych: 1.35 g; Woda: 216.64 g; Popiół: 2.42 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-12-08</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Mus z jabłka 200g,	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2221.74 kcal; Energia: 9204.68 kJ; Białko ogółem: 89.99 g; białko zwierzęce: 67.58 g; białko roślinne: 16.23 g; Tłuszcz: 59.99 g; Węglowodany ogółem: 339.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.82 g; Sód: 1918.59 mg; Potas: 4026.53 mg; Wapń: 965.54 mg; Fosfor: 1509.09 mg; Błonnik pokarmowy: 25.83 g; suma cukrów prostych: 52.63 g; Woda: 1536.99 g; Popiół: 14.61 g;		
<b>niedziela 2024-12-08</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Mus z jabłka 200g, <b>II Śniadanie:</b> Biszkopty 30g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Herbata owocowa b/c 250ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ),	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2243.54 kcal; Energia: 9295.12 kJ; Białko ogółem: 86.61 g; białko zwierzęce: 60.86 g; białko roślinne: 19.57 g; Tłuszcz: 62.71 g; Węglowodany ogółem: 345.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.23 g; Sód: 1719.64 mg; Potas: 4304.67 mg; Wapń: 855.97 mg; Fosfor: 1469.71 mg; Błonnik pokarmowy: 26.93 g; suma cukrów prostych: 53.87 g; Woda: 1514.15 g; Popiół: 14.26 g;		
<b>niedziela 2024-12-08</b>		
<b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ (6)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło 10g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (* , Sałata ziel. 10g, Pomidor 90g, Pomarańcza 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy z jabłkiem b/c 200g (*),	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka meksykańska 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> ), Polędwica Premium 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 90g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Szynka filet pieczony 30g (*), Papryka św. 40g , Sok pomidorowy 1 szt. 330ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2231.63 kcal; Energia: 8423.45 kJ; Białko ogółem: 98.78 g; białko zwierzęce: 61.11 g; białko roślinne: 20.72 g; Tłuszcz: 67.82 g; Węglowodany ogółem: 301.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.39 g; Sód: 1851.17 mg; Potas: 4692.81 mg; Wapń: 915.94 mg; Fosfor: 1464.42 mg; Błonnik pokarmowy: 30.40 g; suma cukrów prostych: 46.39 g; Woda: 1710.31 g; Popiół: 16.44 g;		
<b>niedziela 2024-12-08</b>		
<b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Ketchup 20g, Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>II Śniadanie:</b> Banan 1 szt.,	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Filet dr. smażony 100g ( <b>GLU, JAJ, OZI, ORZ</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka meksykańska 130g (*), Kompot owocowy b/c 250ml, <b>Podwieczerek:</b> Biszkopty 30g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Herbata owocowa b/c 250ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 35g, Pomidor 40g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2273.24 kcal; Energia: 9639.08 kJ; Białko ogółem: 97.42 g; białko zwierzęce: 68.13 g; białko roślinne: 22.31 g; Tłuszcz: 69.18 g; Węglowodany ogółem: 331.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.42 g; Sód: 1949.04 mg; Potas: 4486.98 mg; Wapń: 1035.52 mg; Fosfor: 1531.11 mg; Błonnik pokarmowy: 22.33 g; suma cukrów prostych: 68.18 g; Woda: 1472.80 g; Popiół: 16.31 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-12-08</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>II Śniadanie:</b> Banan 1 szt. ,	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Biszkopty 30g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ), Herbata owocowa b/c 250ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2235.54 kcal; Energia: 9185.31 kJ; Białko ogółem: 81.89 g; białko zwierzęce: 57.50 g; białko roślinne: 18.21 g; Tłuszcz: 62.66 g; Węglowodany ogółem: 326.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.28 g; Sód: 1765.78 mg; Potas: 3989.84 mg; Wapń: 802.13 mg; Fosfor: 1392.94 mg; Błonnik pokarmowy: 23.04 g; suma cukrów prostych: 59.49 g; Woda: 1278.44 g; Popiół: 13.93 g;		
<b>niedziela 2024-12-08</b> <b>Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI/ (7, 8)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Pomidor 40g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 50g ( <b>SOJ, *</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2307.22 kcal; Energia: 9084.05 kJ; Białko ogółem: 83.20 g; białko zwierzęce: 57.76 g; białko roślinne: 18.46 g; Tłuszcz: 55.76 g; Węglowodany ogółem: 335.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.38 g; Sód: 1870.51 mg; Potas: 4399.79 mg; Wapń: 786.63 mg; Fosfor: 1435.69 mg; Błonnik pokarmowy: 23.86 g; suma cukrów prostych: 53.83 g; Woda: 1328.45 g; Popiół: 14.64 g;		
<b>niedziela 2024-12-08</b> <b>Dieta: K. DIETA NISKOBIĄŁKOWA /VIII/ (10)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ), Miód 50g /2szt./ , Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2268.46 kcal; Energia: 8783.50 kJ; Białko ogółem: 49.48 g; białko zwierzęce: 23.13 g; białko roślinne: 16.15 g; Tłuszcz: 72.55 g; Węglowodany ogółem: 352.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.80 g; Sód: 1255.36 mg; Potas: 3683.50 mg; Wapń: 263.68 mg; Fosfor: 863.72 mg; Błonnik pokarmowy: 25.20 g; suma cukrów prostych: 34.28 g; Woda: 920.47 g; Popiół: 10.79 g;		
<b>niedziela 2024-12-08</b> <b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>		
Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Wędlina wegetariańska 50g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,	Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Kotlety sojowe 3 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka meksykańska 130g (*), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Miód 50g /2szt./ , Ogórek św. 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2259.66 kcal; Energia: 10364.00 kJ; Białko ogółem: 91.17 g; białko zwierzęce: 58.73 g; białko roślinne: 17.36 g; Tłuszcz: 69.29 g; Węglowodany ogółem: 336.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.01 g; Sód: 1258.85 mg; Potas: 3957.86 mg; Wapń: 1062.87 mg; Fosfor: 1253.39 mg; Błonnik pokarmowy: 19.08 g; suma cukrów prostych: 63.09 g; Woda: 1394.86 g; Popiół: 14.26 g;		
<b>niedziela 2024-12-08</b> <b>Dieta: K. DIETA PŁYNNNA /III/ (13)</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Pomidorowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),	Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, *</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> 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 Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-12-09</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> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Szynka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ,</b> <b>MLE</b> ), Papryka św. 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt., Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ),	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w sosie duszony 80/120 ( <b>GLU, JAJ,</b> <b>MLE</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250 ml,	Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ), Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Szynka gotowana 50g (*), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU, SOJ,</b> <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2262.59 kcal; Energia: 9041.29 kJ; Białko ogółem: 95.78 g; białko zwierzęce: 44.73 g; białko roślinne: 25.94 g; Tłuszcz: 67.17 g; Węglowodany ogółem: 346.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.22 g; Sód: 2493.37 mg; Potas: 3227.19 mg; Wapń: 938.97 mg; Fosfor: 1407.86 mg; Błonnik pokarmowy: 28.19 g; suma cukrów prostych: 35.29 g; Woda: 1134.20 g; Popiół: 14.29 g;		
<b>poniedziałek 2024-12-09</b>		
<b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BŁOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C3)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Szynka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ,</b> <b>MLE</b> ), Papryka św. 90g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt., Szynka gotowana 30g (*), <b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 1 szt. 330ml,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Mizeria z sosem winogret 130g (*), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka gotowana 50g (*), Galaretka drobiowa 100g ( <b>SKR, JAJ, SEL</b> ), Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ), Pomidor 90g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 40g, Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2239.69 kcal; Energia: 7341.96 kJ; Białko ogółem: 91.63 g; białko zwierzęce: 32.75 g; białko roślinne: 24.64 g; Tłuszcz: 71.62 g; Węglowodany ogółem: 285.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.27 g; Sód: 2537.93 mg; Potas: 3406.62 mg; Wapń: 857.00 mg; Fosfor: 1301.01 mg; Błonnik pokarmowy: 32.76 g; suma cukrów prostych: 22.04 g; Woda: 1191.51 g; Popiół: 13.98 g;		
<b>poniedziałek 2024-12-09</b>		
<b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BŁOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>		
Szynka gotowana 30g (*),		Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 110.50 kcal; Energia: 423.36 kJ; Białko ogółem: 4.92 g; białko zwierzęce: 8.93 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 4.15 g; Węglowodany ogółem: 0.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.00 g; Sód: 527.36 mg; Potas: 26.56 mg; Wapń: 258.24 mg; Fosfor: 165.12 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 0.24 g; Woda: 14.37 g; Popiół: 1.34 g;		
<b>poniedziałek 2024-12-09</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA III/ (2, 9, C2)</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Szynka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt.,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w sosie duszony 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka gotowana 50g (*), Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2264.23 kcal; Energia: 9468.97 kJ; Białko ogółem: 90.44 g; białko zwierzęce: 50.68 g; białko roślinne: 22.25 g; Tłuszcz: 69.62 g; Węglowodany ogółem: 342.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.98 g; Sód: 2522.22 mg; Potas: 2973.60 mg; Wapń: 1050.33 mg; Fosfor: 1373.61 mg; Błonnik pokarmowy: 21.38 g; suma cukrów prostych: 42.79 g; Woda: 1196.54 g; Popiół: 13.47 g;		
<b>poniedziałek 2024-12-09</b>		
<b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ /VI/ (9)</b>		
Twaróg krojony 100g ( <b>MLE</b> ),	Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 312.25 kcal; Energia: 872.20 kJ; Białko ogółem: 19.59 g; białko zwierzęce: 7.83 g; białko roślinne: 1.26 g; Tłuszcz: 9.73 g; Węglowodany ogółem: 18.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.28 g; Sód: 163.70 mg; Potas: 371.35 mg; Wapń: 128.35 mg; Fosfor: 299.35 mg; Błonnik pokarmowy: 3.31 g; suma cukrów prostych: 5.39 g; Woda: 146.05 g; Popiół: 1.62 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-12-09</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z białka jaja 50g ( <b>JAJ</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Mus z jabłka 150g,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyunka gotowana 50g (*), Pasta z kurczaka i warzyw 50g ( <b>SEL</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2213.04 kcal; Energia: 8900.93 kJ; Białko ogółem: 90.15 g; białko zwierzęce: 60.00 g; białko roślinne: 15.78 g; Tłuszcz: 64.29 g; Węglowodany ogółem: 342.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.61 g; Sód: 2400.93 mg; Potas: 4214.18 mg; Wapń: 1056.58 mg; Fosfor: 1366.43 mg; Błonnik pokarmowy: 24.29 g; suma cukrów prostych: 56.84 g; Woda: 1538.83 g; Popiół: 15.43 g;		
<b>poniedziałek 2024-12-09</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z białka jaja 50g ( <b>JAJ</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Mus z jabłka 150g, <b>II Śniadanie:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka gotowana 50g (*), Pasta z kurczaka i warzyw 50g ( <b>SEL</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2269.10 kcal; Energia: 8847.31 kJ; Białko ogółem: 104.66 g; białko zwierzęce: 73.90 g; białko roślinne: 15.45 g; Tłuszcz: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 345.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.49 g; Sód: 2290.38 mg; Potas: 4453.12 mg; Wapń: 1292.20 mg; Fosfor: 1503.73 mg; Błonnik pokarmowy: 23.27 g; suma cukrów prostych: 70.91 g; Woda: 1738.56 g; Popiół: 16.12 g;		
<b>poniedziałek 2024-12-09</b> <b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ (6)</b>		
Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ</b> , <b>MLE</b> ), Papryka św. 90g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Sok pomidorowy 1 szt. 330ml,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Mizeria z sosem winegret 130g (*), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyunka gotowana 50g (*), Pomidor 90g, Sałata ziel. 10g, Galaretką drobiowa 100g ( <b>SKR, JAJ</b> , <b>SEL</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 40g, Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2229.35 kcal; Energia: 7907.35 kJ; Białko ogółem: 96.02 g; białko zwierzęce: 46.45 g; białko roślinne: 24.11 g; Tłuszcz: 72.14 g; Węglowodany ogółem: 295.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.18 g; Sód: 2461.02 mg; Potas: 3524.30 mg; Wapń: 1074.85 mg; Fosfor: 1448.14 mg; Błonnik pokarmowy: 32.17 g; suma cukrów prostych: 30.71 g; Woda: 1340.51 g; Popiół: 15.22 g;		
<b>poniedziałek 2024-12-09</b> <b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 35g, Pomidor 50g, <b>II Śniadanie:</b> Jabłko des. 1 szt.,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w sosie duszony 80/120 ( <b>GLU, JAJ</b> , <b>MLE</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml, <b>Podwieczerek:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml,	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka gotowana 50g (*), Pasztet drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU</b> , <b>SOJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 35g, Pomidor 40g, <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2207.62 kcal; Energia: 8886.20 kJ; Białko ogółem: 99.17 g; białko zwierzęce: 49.71 g; białko roślinne: 23.42 g; Tłuszcz: 67.87 g; Węglowodany ogółem: 336.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.72 g; Sód: 2192.51 mg; Potas: 3343.92 mg; Wapń: 1060.32 mg; Fosfor: 1409.34 mg; Błonnik pokarmowy: 24.41 g; suma cukrów prostych: 47.73 g; Woda: 1300.54 g; Popiół: 13.84 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-12-09</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Szyńska got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 35g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko des. 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w sosie duszony 80/120 ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g , Kompot owocowy b/c 250ml , <b>Podwieczerek:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyńska gotowana 50g (*), Pasztet drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU</b> , <b>SOJ, MLE</b> ), Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2238.72 kcal; Energia: 8963.53 kJ; Białko ogółem: 89.74 g; białko zwierzęce: 49.18 g; białko roślinne: 22.12 g; Tłuszcz: 67.62 g; Węglowodany ogółem: 340.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.27 g; Sód: 2316.58 mg; Potas: 3008.10 mg; Wapń: 1039.12 mg; Fosfor: 1336.42 mg; Błonnik pokarmowy: 21.95 g; suma cukrów prostych: 47.89 g; Woda: 1280.33 g; Popiół: 13.22 g;		
<b>poniedziałek 2024-12-09</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</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z białka jaja 50g ( <b>JAJ</b> ), Szyńska got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g , Pomidor 50g , Jabłko des. 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyńska gotowana 50g (*), Pasta z kurczaka i warzyw 50g ( <b>SEL</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2223.72 kcal; Energia: 9019.31 kJ; Białko ogółem: 95.52 g; białko zwierzęce: 65.26 g; białko roślinne: 15.88 g; Tłuszcz: 56.02 g; Węglowodany ogółem: 355.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.89 g; Sód: 2553.39 mg; Potas: 4248.15 mg; Wapń: 1331.99 mg; Fosfor: 1442.16 mg; Błonnik pokarmowy: 23.98 g; suma cukrów prostych: 58.49 g; Woda: 1603.97 g; Popiół: 16.01 g;		
<b>poniedziałek 2024-12-09</b> <b>Dieta: K. DIETA NISKOBIĄTKOWA /VIII/ (10)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Dżem 2 szt. 50g , Sałatka z jajkiem 1/2 szt. 200g ( <b>JAJ</b> ), Sałata ziel. 10g , Pomidor 50g , Jabłko des. 1 szt. ,	Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Pierogi leniwe 300g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ, OZI, MLE, ORZ</b> ), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa niskobiałkowa 200g ( <b>JAJ, MLE</b> , <b>SEL, *</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2213.88 kcal; Energia: 9715.59 kJ; Białko ogółem: 56.96 g; białko zwierzęce: 37.34 g; białko roślinne: 19.03 g; Tłuszcz: 72.88 g; Węglowodany ogółem: 342.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.09 g; Sód: 1241.80 mg; Potas: 3620.73 mg; Wapń: 548.87 mg; Fosfor: 1336.05 mg; Błonnik pokarmowy: 24.08 g; suma cukrów prostych: 63.37 g; Woda: 1224.36 g; Popiół: 12.56 g;		
<b>poniedziałek 2024-12-09</b> <b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>		
Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z jaja z ziel.pietruszką 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Sałata ziel. 10g , Papryka św. 50g , Jabłko des. 1 szt. ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Pierogi leniwe 300g ( <b>GLU, JAJ, OZI, MLE, ORZ</b> ), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa 200g ( <b>JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2289.92 kcal; Energia: 10536.35 kJ; Białko ogółem: 102.65 g; białko zwierzęce: 69.70 g; białko roślinne: 24.75 g; Tłuszcz: 65.25 g; Węglowodany ogółem: 344.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.42 g; Sód: 1504.93 mg; Potas: 4764.72 mg; Wapń: 1319.41 mg; Fosfor: 2020.56 mg; Błonnik pokarmowy: 27.98 g; suma cukrów prostych: 47.62 g; Woda: 1696.43 g; Popiół: 17.45 g;		
<b>poniedziałek 2024-12-09</b> <b>Dieta: K. DIETA PŁYNNNA /III/ (13)</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, *</b> ),	Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 400ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, *</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Suchary z herbatą 150ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1125.33 kcal; Energia: 5332.00 kJ; Białko ogółem: 42.93 g; białko zwierzęce: 25.74 g; białko roślinne: 17.19 g; Tłuszcz: 45.51 g; Węglowodany ogółem: 163.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.31 g; Sód: 907.50 mg; Potas: 2945.47 mg; Wapń: 764.43 mg; Fosfor: 1360.08 mg; Błonnik pokarmowy: 13.09 g; suma cukrów prostych: 26.44 g; Woda: 611.84 g; Popiół: 10.64 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-12-10 <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> ), Szyunka filet pieczony 30g (*), Pasta z tuńczyka i twarogu z ciecierzycą 50g ( <b>JAJ, MLE, GOR, MCK</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor 50g, Pomarańcza 1 szt. ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z mięsem drobiowym i jarzynami 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Surówka z kapusty czerwonej 130g, Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ), Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Szyunka got Delika z indyka 60g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Papryka św. 50g, Sałata ziel. 10g, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2308.03 kcal; Energia: 8728.61 kJ; Białko ogółem: 92.61 g; białko zwierzęce: 50.79 g; białko roślinne: 22.00 g; Tłuszcz: 66.39 g; Węglowodany ogółem: 349.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.50 g; Sód: 2837.09 mg; Potas: 3698.35 mg; Wapń: 1063.90 mg; Fosfor: 1263.37 mg; Błonnik pokarmowy: 30.38 g; suma cukrów prostych: 52.57 g; Woda: 1442.14 g; Popiół: 16.61 g;		
wtorek 2024-12-10 <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 filet pieczony 30g (*), Pasta z sera i wędliny 50g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Szyunka gotowana 30g (*), Sałata ziel. 10g, Pomidor 90g, Pomarańcza 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy B/C 200ml (*),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab.w jarzyn gotowana 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z kapusty czerwonej 130g, Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem i kukurydzą 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> ), Szyunka got Delika z indyka 60g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pasta z zielonego groszku 40g, Papryka św. 90g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Ogórek św. 40g, Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2204.61 kcal; Energia: 9233.94 kJ; Białko ogółem: 90.89 g; białko zwierzęce: 51.42 g; białko roślinne: 21.11 g; Tłuszcz: 69.30 g; Węglowodany ogółem: 311.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.87 g; Sód: 3137.41 mg; Potas: 5512.41 mg; Wapń: 939.56 mg; Fosfor: 1686.95 mg; Błonnik pokarmowy: 38.85 g; suma cukrów prostych: 51.76 g; Woda: 1831.27 g; Popiół: 19.99 g;		
wtorek 2024-12-10 <b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>		
Szyunka gotowana 30g (*),		Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 98.80 kcal; Energia: 506.00 kJ; Białko ogółem: 11.00 g; białko zwierzęce: 8.00 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 2.93 g; Węglowodany ogółem: 0.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.39 g; Sód: 381.00 mg; Potas: 133.00 mg; Wapń: 47.00 mg; Fosfor: 204.00 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 0.21 g; Woda: 76.20 g; Popiół: 1.00 g;		
wtorek 2024-12-10 <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA III/ (2, 9, C2)</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka filet pieczony 30g (*), Pasta z sera i wędliny 50g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,	Zupa koperkowa 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z mięsem drobiowym i jarzynami 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Sałata z olejem, Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka got Delika z indyka 60g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2236.44 kcal; Energia: 8649.06 kJ; Białko ogółem: 85.90 g; białko zwierzęce: 45.55 g; białko roślinne: 17.83 g; Tłuszcz: 65.37 g; Węglowodany ogółem: 333.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.23 g; Sód: 2017.60 mg; Potas: 3270.66 mg; Wapń: 1011.61 mg; Fosfor: 1149.33 mg; Błonnik pokarmowy: 23.01 g; suma cukrów prostych: 53.11 g; Woda: 1312.92 g; Popiół: 13.21 g;		
wtorek 2024-12-10 <b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ VII/ (9)</b>		
Szyunka gotowana 50g (*),	Bitka schab.w jarzyn gotowana 80/50 ( <b>SEL</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 187.43 kcal; Energia: 1539.05 kJ; Białko ogółem: 18.25 g; białko zwierzęce: 12.00 g; białko roślinne: 0.95 g; Tłuszcz: 10.90 g; Węglowodany ogółem: 7.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.15 g; Sód: 542.45 mg; Potas: 823.20 mg; Wapń: 55.30 mg; Fosfor: 395.30 mg; Błonnik pokarmowy: 3.09 g; suma cukrów prostych: 2.25 g; Woda: 120.76 g; Popiół: 2.23 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-12-10</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</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka filet pieczony 30g (*), Pasta z sera i wędliny 50g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,	Zupa koperkowa 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z mięsem drobiowym i jarzynami 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Sałata z olejem, Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka got Delika z indyka 60g ( <b>GLU, 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: 2226.50 kcal; Energia: 8665.23 kJ; Białko ogółem: 93.12 g; białko zwierzęce: 52.59 g; białko roślinne: 19.79 g; Tłuszcz: 60.17 g; Węglowodany ogółem: 348.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.42 g; Sód: 2026.73 mg; Potas: 3328.71 mg; Wapń: 1090.58 mg; Fosfor: 1226.99 mg; Błonnik pokarmowy: 22.68 g; suma cukrów prostych: 55.34 g; Woda: 1387.18 g; Popiół: 13.48 g;		
<b>wtorek 2024-12-10</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</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka filet pieczony 30g (*), Pasta z sera i wędliny 50g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Galaretka z jabłkiem 200g (*),	Zupa koperkowa 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z mięsem drobiowym i jarzynami 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Sałata z olejem, Kompot owocowy 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka got Delika z indyka 60g ( <b>GLU, 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: 2270.20 kcal; Energia: 8815.68 kJ; Białko ogółem: 88.14 g; białko zwierzęce: 48.52 g; białko roślinne: 18.77 g; Tłuszcz: 67.58 g; Węglowodany ogółem: 344.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.33 g; Sód: 1931.35 mg; Potas: 3225.41 mg; Wapń: 991.18 mg; Fosfor: 1137.15 mg; Błonnik pokarmowy: 23.08 g; suma cukrów prostych: 71.37 g; Woda: 1381.80 g; Popiół: 12.77 g;		
<b>wtorek 2024-12-10</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 filet pieczony 30g (*), Pasta z sera i wędliny 50g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor 90g, Pomarańcza 1 szt. , <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy B/C 200ml (*),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab.w jarzyn gotowana 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z kapusty czerwonej 130g, Surówka z selera i jabłka z jogurtem i kukurydzą 130g ( <b>MLE, SEL, *</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka got Delika z indyka 60g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Papryka św. 90g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Ogórek św. 40g, Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2207.25 kcal; Energia: 9353.32 kJ; Białko ogółem: 95.43 g; białko zwierzęce: 61.12 g; białko roślinne: 18.96 g; Tłuszcz: 68.05 g; Węglowodany ogółem: 313.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.75 g; Sód: 3005.64 mg; Potas: 5343.23 mg; Wapń: 1065.12 mg; Fosfor: 1791.72 mg; Błonnik pokarmowy: 36.05 g; suma cukrów prostych: 55.09 g; Woda: 1837.52 g; Popiół: 20.74 g;		
<b>wtorek 2024-12-10</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</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka filet pieczony 30g (*), Pasta z sera i wędliny 50g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g , <b>II Śniadanie:</b> Pomarańcza 1 szt. ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z mięsem drobiowym i jarzynami 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Surówka z kapusty czerwonej 130g, Kompot owocowy b/c 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Galaretka z jabłkiem 200g (*),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka got Delika z indyka 60g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 35g, Pomidor 40g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2294.65 kcal; Energia: 8898.72 kJ; Białko ogółem: 85.67 g; białko zwierzęce: 42.36 g; białko roślinne: 19.45 g; Tłuszcz: 69.84 g; Węglowodany ogółem: 340.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.52 g; Sód: 2623.65 mg; Potas: 3534.65 mg; Wapń: 998.41 mg; Fosfor: 1131.77 mg; Błonnik pokarmowy: 27.13 g; suma cukrów prostych: 62.17 g; Woda: 1458.16 g; Popiół: 15.33 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-12-10</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyńka filet pieczony 30g (*), Pasta z sera i wędliny 50g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g , <b>II Śniadanie:</b> Pomarańcza 1 szt. ,	Zupa koperkowa 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z mięsem drobiowym i jarzynami 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Sałata z olejem , Kompot owocowy b/c 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Galaretkę z jabłkiem 200g (*),	Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyńka got Delika z indyka 60g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2258.89 kcal; Energia: 8796.23 kJ; Białko ogółem: 95.17 g; białko zwierzęce: 54.13 g; białko roślinne: 18.38 g; Tłuszcz: 66.84 g; Węglowodany ogółem: 332.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.29 g; Sód: 1929.55 mg; Potas: 3453.52 mg; Wapń: 1156.63 mg; Fosfor: 1238.23 mg; Błonnik pokarmowy: 24.00 g; suma cukrów prostych: 68.35 g; Woda: 1506.38 g; Popiół: 14.08 g;		
<b>wtorek 2024-12-10</b> <b>Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI/ (7, 8)</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyńka filet pieczony 30g (*), Pasta z sera i wędliny 50g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , Jabłko gotowane 1 szt. ,	Zupa koperkowa 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Makaron z mięsem drobiowym i jarzynami 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Sałata z olejem , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyńka got Delika z indyka 60g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2228.45 kcal; Energia: 8696.58 kJ; Białko ogółem: 95.35 g; białko zwierzęce: 55.53 g; białko roślinne: 19.09 g; Tłuszcz: 56.27 g; Węglowodany ogółem: 351.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.41 g; Sód: 2127.03 mg; Potas: 3353.93 mg; Wapń: 1148.33 mg; Fosfor: 1270.13 mg; Błonnik pokarmowy: 22.55 g; suma cukrów prostych: 58.06 g; Woda: 1418.29 g; Popiół: 13.96 g;		
<b>wtorek 2024-12-10</b> <b>Dieta: K. DIETA NISKOBIAŁKOWA /VIII/ (10)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasztecik sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ,</b> <b>GOR, *</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Pomarańcza 1 szt. ,	Zupa koperkowa 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn. gotowany 40/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g , Sałata z olejem , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyńka gotowana 30g (*), Miód 50g /2szt./ , Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2222.29 kcal; Energia: 8910.23 kJ; Białko ogółem: 55.78 g; białko zwierzęce: 31.31 g; białko roślinne: 15.16 g; Tłuszcz: 66.36 g; Węglowodany ogółem: 368.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.05 g; Sód: 1534.86 mg; Potas: 4377.51 mg; Wapń: 573.03 mg; Fosfor: 1015.49 mg; Błonnik pokarmowy: 24.44 g; suma cukrów prostych: 36.09 g; Woda: 1316.85 g; Popiół: 13.98 g;		
<b>wtorek 2024-12-10</b> <b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>		
Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasztecik sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ,</b> <b>GOR, *</b> ), Ogórek św. 50g , Sałata ziel. 10g , Pomarańcza 1 szt. ,	Zupa koperkowa 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ser żółty panierowany 100g ( <b>MLE</b> ), Ziemniaki gotowane 200g , Surówka z kapusty czerwonej 130g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Wędlina wegetariańska 30g , Papryka św. 50g , Sałata ziel. 10g , Ser wegański 30g , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2240.36 kcal; Energia: 9470.51 kJ; Białko ogółem: 78.59 g; białko zwierzęce: 79.07 g; białko roślinne: 15.76 g; Tłuszcz: 65.28 g; Węglowodany ogółem: 314.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.45 g; Sód: 2367.33 mg; Potas: 4155.29 mg; Wapń: 1952.53 mg; Fosfor: 1721.26 mg; Błonnik pokarmowy: 23.18 g; suma cukrów prostych: 57.87 g; Woda: 1598.22 g; Popiół: 19.77 g;		
<b>wtorek 2024-12-10</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> ),	Koperkowa 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> Biszkopt z herbatą 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ,</b> <b>MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1186.14 kcal; Energia: 5596.49 kJ; Białko ogółem: 42.71 g; białko zwierzęce: 26.78 g; białko roślinne: 15.93 g; Tłuszcz: 52.49 g; Węglowodany ogółem: 161.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.62 g; Sód: 777.79 mg; Potas: 2780.31 mg; Wapń: 782.47 mg; Fosfor: 1344.51 mg; Błonnik pokarmowy: 11.21 g; suma cukrów prostych: 34.20 g; Woda: 576.76 g; Popiół: 9.88 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-12-11</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, Pomarańcza 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 (*), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2300.71 kcal; Energia: 8928.31 kJ; Białko ogółem: 94.99 g; białko zwierzęce: 66.10 g; białko roślinne: 16.11 g; Tłuszcz: 68.64 g; Węglowodany ogółem: 311.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.87 g; Sód: 2612.39 mg; Potas: 4051.96 mg; Wapń: 947.50 mg; Fosfor: 1617.17 mg; Błonnik pokarmowy: 25.78 g; suma cukrów prostych: 48.03 g; Woda: 1504.79 g; Popiół: 17.14 g;		
<b>środa 2024-12-11</b> <b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /III/ 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 (*), Sałata ziel. 10g, Pomidor 90g, Pomarańcza 1 szt. , Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 200g (1szt) ,	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, Surówka z jarzyn mieszanych z ciecierzycą 130g ( <b>SEL, *</b> ), Fasolka szparagowa 130g ( <b>ŁUB</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 50g (*), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Ogórek św. 90g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Papryka św. 40g, Sok pomidorowy 1 szt. 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2228.15 kcal; Energia: 8110.61 kJ; Białko ogółem: 97.13 g; białko zwierzęce: 61.36 g; białko roślinne: 16.28 g; Tłuszcz: 72.04 g; Węglowodany ogółem: 265.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.46 g; Sód: 2513.08 mg; Potas: 3985.78 mg; Wapń: 756.23 mg; Fosfor: 1715.48 mg; Błonnik pokarmowy: 33.08 g; suma cukrów prostych: 32.35 g; Woda: 1550.35 g; Popiół: 16.33 g;		
<b>środa 2024-12-11</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> ),		Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 205.15 kcal; Energia: 506.00 kJ; Białko ogółem: 14.60 g; białko zwierzęce: 8.00 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 7.25 g; Węglowodany ogółem: 6.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.27 g; Sód: 141.29 mg; Potas: 133.00 mg; Wapń: 47.00 mg; Fosfor: 204.00 mg; Błonnik pokarmowy: 2.42 g; suma cukrów prostych: 0.00 g; Woda: 76.20 g; Popiół: 1.00 g;		
<b>środa 2024-12-11</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</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,	Grysikowa z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w sosie potrawkowym 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 50g (*), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2280.00 kcal; Energia: 8893.02 kJ; Białko ogółem: 81.39 g; białko zwierzęce: 54.93 g; białko roślinne: 14.29 g; Tłuszcz: 64.69 g; Węglowodany ogółem: 320.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.72 g; Sód: 2223.25 mg; Potas: 4111.85 mg; Wapń: 826.74 mg; Fosfor: 1442.55 mg; Błonnik pokarmowy: 25.24 g; suma cukrów prostych: 45.21 g; Woda: 1401.79 g; Popiół: 15.21 g;		
<b>środa 2024-12-11</b> <b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ /VII/ (9)</b>		
Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ),	Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 308.90 kcal; Energia: 1436.05 kJ; Białko ogółem: 21.97 g; białko zwierzęce: 21.20 g; białko roślinne: 0.77 g; Tłuszcz: 14.01 g; Węglowodany ogółem: 23.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.07 g; Sód: 241.85 mg; Potas: 765.60 mg; Wapń: 73.90 mg; Fosfor: 518.90 mg; Błonnik pokarmowy: 2.24 g; suma cukrów prostych: 1.35 g; Woda: 216.64 g; Popiół: 2.42 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-12-11</b> <span style="float: right;"><b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b></span>		
Ryż na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <i>GLU</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <i>GLU, MLE</i> ), Masło ex 10g ( <i>MLE</i> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Mus z jabłka 200g,	Grycikowa z ziel. pietruszką 300ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <i>SEL</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Jarzynka z wody gotowana 130g ( <i>SEL</i> ), Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <i>GLU</i> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <i>MLE</i> ), Szyunka delikatesowa 50g (*), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2213.18 kcal; Energia: 8834.24 kJ; Białko ogółem: 88.58 g; białko zwierzęce: 63.06 g; białko roślinne: 15.14 g; Tłuszcz: 58.96 g; Węglowodany ogółem: 331.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.69 g; Sód: 2310.56 mg; Potas: 4381.66 mg; Wapń: 905.31 mg; Fosfor: 1567.81 mg; Błonnik pokarmowy: 26.81 g; suma cukrów prostych: 48.08 g; Woda: 1526.71 g; Popiół: 15.93 g;		
<b>środa 2024-12-11</b> <span style="float: right;"><b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b></span>		
Ryż na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <i>GLU</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <i>GLU, MLE</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Mus z jabłka 200g, <b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 200g (1szt),	Grycikowa z ziel. pietruszką 300ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <i>SEL</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Jarzynka z wody gotowana 130g ( <i>SEL</i> ), Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <i>GLU</i> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Szyunka delikatesowa 50g (*), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2251.13 kcal; Energia: 8995.08 kJ; Białko ogółem: 92.88 g; białko zwierzęce: 67.50 g; białko roślinne: 15.00 g; Tłuszcz: 66.56 g; Węglowodany ogółem: 322.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.46 g; Sód: 2237.77 mg; Potas: 4529.61 mg; Wapń: 1036.25 mg; Fosfor: 1643.99 mg; Błonnik pokarmowy: 26.57 g; suma cukrów prostych: 54.97 g; Woda: 1604.94 g; Popiół: 16.45 g;		
<b>środa 2024-12-11</b> <span style="float: right;"><b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ (6)</b></span>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <i>GLU, MLE</i> ), Pieczywo graham K 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Masło ex 10g ( <i>MLE</i> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Sałata ziel. 10g, Pomidor 90g, Pomarańcza 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 200g (1szt),	Grycikowa z ziel. pietruszką 300ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <i>SEL</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z jarzyn mieszanych z ciecierzycą 130g ( <i>SEL, *</i> ), Fasolka szparagowa 130g ( <i>ŁUB</i> ), Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo graham K 100g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <i>MLE</i> ), Szyunka delikatesowa 50g (*), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Ogórek św. 90g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <i>GLU, MLE, *</i> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <i>JAJ</i> ), Papryka św. 40g, Sok pomidorowy 1 szt. 330ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2261.02 kcal; Energia: 8752.49 kJ; Białko ogółem: 92.45 g; białko zwierzęce: 59.80 g; białko roślinne: 19.75 g; Tłuszcz: 72.87 g; Węglowodany ogółem: 306.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.36 g; Sód: 2544.10 mg; Potas: 4661.51 mg; Wapń: 804.21 mg; Fosfor: 1683.38 mg; Błonnik pokarmowy: 33.93 g; suma cukrów prostych: 36.77 g; Woda: 1666.66 g; Popiół: 17.66 g;		
<b>środa 2024-12-11</b> <span style="float: right;"><b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b></span>		
Ryż na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <i>GLU</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <i>GLU, MLE</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>II Śniadanie:</b> Pomarańcza 1 szt.,	Grycikowa z ziel. pietruszką 300ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Filet drob. po parysku 100g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z jarzyn mieszanych z ciecierzycą 130g ( <i>SEL, *</i> ), Kompot owocowy b/c 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150g (1 szt) ( <i>MLE</i> ),	Pieczywo pszenne K 80g ( <i>GLU</i> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Szyunka delikatesowa 50g (*), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Sałata ziel. 35g, Pomidor 40g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2241.46 kcal; Energia: 8975.51 kJ; Białko ogółem: 92.38 g; białko zwierzęce: 67.42 g; białko roślinne: 13.98 g; Tłuszcz: 68.44 g; Węglowodany ogółem: 298.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.53 g; Sód: 2243.01 mg; Potas: 4278.60 mg; Wapń: 1078.08 mg; Fosfor: 1651.15 mg; Błonnik pokarmowy: 22.70 g; suma cukrów prostych: 57.08 g; Woda: 1573.92 g; Popiół: 16.65 g;		
<b>środa 2024-12-11</b> <span style="float: right;"><b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b></span>		
Ryż na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <i>GLU</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <i>GLU, MLE</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>II Śniadanie:</b> Pomarańcza 1 szt.,	Grycikowa z ziel. pietruszką 300ml ( <i>GLU, MLE, SEL, *</i> ), Filet drob. po parysku 100g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Jarzynka z wody gotowana 130g ( <i>SEL</i> ), Kompot owocowy b/c 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150g (1 szt) ( <i>MLE</i> ),	Pieczywo pszenne K 80g ( <i>GLU</i> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <i>MLE</i> ), Szyunka delikatesowa 50g (*), Twaróg krojony 50g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2249.68 kcal; Energia: 8932.07 kJ; Białko ogółem: 90.39 g; białko zwierzęce: 67.12 g; białko roślinne: 12.89 g; Tłuszcz: 62.14 g; Węglowodany ogółem: 309.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.82 g; Sód: 2294.16 mg; Potas: 4079.67 mg; Wapń: 1108.32 mg; Fosfor: 1646.76 mg; Błonnik pokarmowy: 24.24 g; suma cukrów prostych: 59.56 g; Woda: 1543.10 g; Popiół: 16.54 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-12-11</b>		
<b>Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI/ (7, 8)</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*), Pomidor 40g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 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, Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyunka delikatesowa 50g (*), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2241.33 kcal; Energia: 8937.70 kJ; Białko ogółem: 89.98 g; białko zwierzęce: 63.10 g; białko roślinne: 14.70 g; Tłuszcz: 52.81 g; Węglowodany ogółem: 338.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.13 g; Sód: 2448.75 mg; Potas: 4494.01 mg; Wapń: 964.67 mg; Fosfor: 1614.23 mg; Błonnik pokarmowy: 27.61 g; suma cukrów prostych: 51.53 g; Woda: 1552.20 g; Popiół: 16.66 g;		
<b>środa 2024-12-11</b>		
<b>Dieta: K. DIETA NISKOBIALKOWA /VIII/ (10)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka gotowana z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pasta z zielonego groszku 40g, Pomidor 40g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 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</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Dżem 2 szt. 50g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2231.98 kcal; Energia: 8797.44 kJ; Białko ogółem: 56.27 g; białko zwierzęce: 37.40 g; białko roślinne: 15.35 g; Tłuszcz: 70.36 g; Węglowodany ogółem: 345.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.02 g; Sód: 1848.60 mg; Potas: 3755.70 mg; Wapń: 727.38 mg; Fosfor: 1085.71 mg; Błonnik pokarmowy: 30.03 g; suma cukrów prostych: 78.75 g; Woda: 1288.99 g; Popiół: 12.95 g;		
<b>środa 2024-12-11</b>		
<b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>		
Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Wędlina wegetariańska 50g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 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</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Dżem 2 szt. 50g, Ogórek św. 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Mus owocowy 200g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2258.75 kcal; Energia: 9869.97 kJ; Białko ogółem: 90.06 g; białko zwierzęce: 57.30 g; białko roślinne: 13.38 g; Tłuszcz: 70.79 g; Węglowodany ogółem: 316.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.18 g; Sód: 1295.13 mg; Potas: 3501.51 mg; Wapń: 1083.19 mg; Fosfor: 1196.55 mg; Błonnik pokarmowy: 21.71 g; suma cukrów prostych: 89.46 g; Woda: 1448.15 g; Popiół: 13.17 g;		
<b>środa 2024-12-11</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> Biskopki z herbatą 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1252.81 kcal; Energia: 5845.22 kJ; Białko ogółem: 42.54 g; białko zwierzęce: 26.94 g; białko roślinne: 15.60 g; Tłuszcz: 62.89 g; Węglowodany ogółem: 159.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.83 g; Sód: 788.98 mg; Potas: 2271.64 mg; Wapń: 765.11 mg; Fosfor: 1291.45 mg; Błonnik pokarmowy: 10.09 g; suma cukrów prostych: 32.97 g; Woda: 476.17 g; Popiół: 8.84 g;		
<b>czwartek 2024-12-12</b>		
<b>Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA /II/ (1, C1)</b>		
Kasza kukurydz.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> ), Szyunka filet pieczony 30g (*), Pasta z tuńczyka i jaja 50g ( <b>JAJ, GOR, MCK</b> ), Sałata ziel. 10g, Papryka św. 50g, Jabłko des. 1 szt. ,	Kapuśniak z kap. kw. z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Gulasz drobiowy z pietruszką 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ryż brązowy na sytko gotowany 200g, Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem i kukurydzą 130g ( <b>MLE, *</b> ), Kompot owocowy b/c 250 ml ,	Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ), Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Poledwica Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2295.53 kcal; Energia: 8595.93 kJ; Białko ogółem: 86.84 g; białko zwierzęce: 33.82 g; białko roślinne: 23.03 g; Tłuszcz: 63.94 g; Węglowodany ogółem: 336.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.33 g; Sód: 2009.21 mg; Potas: 3363.24 mg; Wapń: 855.41 mg; Fosfor: 1207.28 mg; Błonnik pokarmowy: 34.38 g; suma cukrów prostych: 33.65 g; Woda: 1193.54 g; Popiół: 14.89 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-12-12</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 (*), Pasta z jaja i wędliny 50g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, *</b> ), Szynka gotowana 30g (*), Sałata ziel. 10g, Papryka św. 90g, Jabłko des. 1 szt., <b>II Śniadanie:</b> Sok wielowarzywny 1szt. 300ml,	Kapuśniak z kap. kw. z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b> ), Bitka schab.w jarzyn gotowana 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem i kukurydzą 130g ( <b>MLE, *</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> ), Polędwica Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Kalafior z wody gotowany 40g, Pomidor 90g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Ogórek św. 40g, Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2222.13 kcal; Energia: 9322.25 kJ; Białko ogółem: 93.95 g; białko zwierzęce: 52.28 g; białko roślinne: 23.57 g; Tłuszcz: 66.86 g; Węglowodany ogółem: 307.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.08 g; Sód: 2903.14 mg; Potas: 4457.25 mg; Wapń: 1059.53 mg; Fosfor: 1562.81 mg; Błonnik pokarmowy: 39.90 g; suma cukrów prostych: 26.12 g; Woda: 1496.88 g; Popiół: 19.97 g;		
<b>czwartek 2024-12-12</b>		
<b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>		
Szynka gotowana 30g (*),		Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 110.50 kcal; Energia: 423.36 kJ; Białko ogółem: 4.92 g; białko zwierzęce: 8.93 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 4.15 g; Węglowodany ogółem: 0.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.00 g; Sód: 527.36 mg; Potas: 26.56 mg; Wapń: 258.24 mg; Fosfor: 165.12 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 0.24 g; Woda: 14.37 g; Popiół: 1.34 g;		
<b>czwartek 2024-12-12</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA /III/ (2, 9, C2)</b>		
Kasza kukurydz.na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka filet pieczony 30g (*), Pasta z jaja i wędliny 50g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, *</b> ), Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt., Pomidor 50g,	Selerowa z zieloną pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Gulasz drobiowy z pietruszką 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2234.62 kcal; Energia: 8674.95 kJ; Białko ogółem: 94.64 g; białko zwierzęce: 36.03 g; białko roślinne: 21.51 g; Tłuszcz: 61.03 g; Węglowodany ogółem: 321.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.61 g; Sód: 1258.95 mg; Potas: 2912.03 mg; Wapń: 954.18 mg; Fosfor: 1217.09 mg; Błonnik pokarmowy: 26.90 g; suma cukrów prostych: 34.12 g; Woda: 1130.36 g; Popiół: 12.87 g;		
<b>czwartek 2024-12-12</b>		
<b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ /VI/ (9)</b>		
Twaróg krojony 100g ( <b>MLE</b> ),	Bitka schab.w jarzyn gotowana 80/50 ( <b>SEL</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 272.20 kcal; Energia: 2094.05 kJ; Białko ogółem: 19.95 g; białko zwierzęce: 19.00 g; białko roślinne: 0.95 g; Tłuszcz: 14.49 g; Węglowodany ogółem: 10.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.25 g; Sód: 162.45 mg; Potas: 936.20 mg; Wapń: 149.30 mg; Fosfor: 622.30 mg; Błonnik pokarmowy: 3.09 g; suma cukrów prostych: 5.08 g; Woda: 192.86 g; Popiół: 3.03 g;		
<b>czwartek 2024-12-12</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>		
Kasza kukurydz.na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka filet pieczony 30g (*), Pasta z białka jaja i wędliny 50g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt.,	Selerowa z zieloną pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Gulasz drobiowy z pietruszką 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ryż na sypko gotowany 200g, Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml,	Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2201.22 kcal; Energia: 8123.64 kJ; Białko ogółem: 94.51 g; białko zwierzęce: 40.33 g; białko roślinne: 19.89 g; Tłuszcz: 59.41 g; Węglowodany ogółem: 318.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.74 g; Sód: 1104.02 mg; Potas: 3278.41 mg; Wapń: 874.72 mg; Fosfor: 1094.09 mg; Błonnik pokarmowy: 26.13 g; suma cukrów prostych: 48.07 g; Woda: 1246.07 g; Popiół: 11.69 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-12-12</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUZD. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>		
<p>Kasza kukurydza na mleku 300ml (<b>MLE</b>), Pieczywo pszenne K 100g (<b>GLU</b>), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (<b>GLU, MLE</b>), Masło ex 20g (<b>MLE</b>), Szynka filet pieczony 30g (*), Pasta z białka jaja i wędliny 50g (<b>JAJ, SOJ, MLE, *</b>), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt.,</p> <p><b>II Śniadanie:</b> Bułka drożdżowa 1 szt. (<b>GLU, JAJ, MLE, *</b>), Herbata owocowa b/c 250ml (<b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b>),</p>	<p>Selerowa z zieloną pietruszką 300ml (<b>GLU, MLE, SEL</b>), Gulasz drobiowy z pietruszką 80/120 (<b>GLU, MLE, SEL</b>), Ryż na sypko gotowany 200g, Jarzynka z wody gotowana 130g (<b>SEL</b>),</p>	<p>Pieczywo pszenne K 100g (<b>GLU</b>), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (<b>MLE</b>), Polędwica Premium 60g (<b>SOJ, *</b>), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml (<b>MLE</b>),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2247.05 kcal; Energia: 8308.69 kJ; Białko ogółem: 94.97 g; białko zwierzęce: 35.63 g; białko roślinne: 25.04 g; Tłuszcz: 61.99 g; Węglowodany ogółem: 325.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.72 g; Sód: 1056.91 mg; Potas: 3102.24 mg; Wapń: 962.15 mg; Fosfor: 994.10 mg; Błonnik pokarmowy: 25.31 g; suma cukrów prostych: 55.08 g; Woda: 1146.14 g; Popiół: 10.77 g;</p>		
<b>czwartek 2024-12-12</b>		
<b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /MII/ (6)</b>		
<p>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 filet pieczony 30g (*), Pasta z jaja i wędliny 50g (<b>JAJ, SOJ, MLE, *</b>), Sałata ziel. 10g, Papryka św. 90g, Jabłko des. 1 szt.,</p> <p><b>II Śniadanie:</b> Sok wielowarzywny 1szt. 300ml,</p>	<p>Kapuśniak z kap. kw. z ziemniakami 300ml (<b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b>), Bitka schab.w jarzyn gotowana 80/50 (<b>SEL</b>), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem i kukurydzą 130g (<b>MLE, *</b>), Szpinak 130g (<b>GLU, MLE</b>), Kompot owocowy b/c 250ml,</p>	<p>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,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 30g (<b>GLU, MLE, *</b>), Ser żółty 30g (<b>MLE</b>), Ogórek św. 40g, Kefir 150ml (<b>MLE</b>),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2225.05 kcal; Energia: 9667.66 kJ; Białko ogółem: 102.69 g; białko zwierzęce: 66.38 g; białko roślinne: 21.22 g; Tłuszcz: 73.90 g; Węglowodany ogółem: 296.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.30 g; Sód: 2605.21 mg; Potas: 4561.84 mg; Wapń: 1283.34 mg; Fosfor: 1688.30 mg; Błonnik pokarmowy: 37.15 g; suma cukrów prostych: 35.09 g; Woda: 1592.82 g; Popiół: 20.26 g;</p>		
<b>czwartek 2024-12-12</b>		
<b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>		
<p>Kasza kukurydza na mleku 300ml (<b>MLE</b>), Pieczywo pszenne K 80g (<b>GLU</b>), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (<b>GLU, MLE</b>), Masło ex 20g (<b>MLE</b>), Szynka filet pieczony 30g (*), Pasta z jaja i wędliny 50g (<b>JAJ, SOJ, MLE, *</b>), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g,</p> <p><b>II Śniadanie:</b> Jabłko des. 1 szt.,</p>	<p>Kapuśniak z kap. kw. z ziemniakami 300ml (<b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</b>), Gulasz drobiowy z pietruszką 80/120 (<b>GLU, MLE, SEL</b>), Surówka z marchwi i jabłka 130g (<b>MLE</b>), Kompot owocowy b/c 250ml, Ryż brązowy na sypko gotowany 200g,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Bułka drożdżowa 1 szt. (<b>GLU, JAJ, MLE, *</b>), Herbata owocowa b/c 250ml (<b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b>),</p>	<p>Pieczywo pszenne K 80g (<b>GLU</b>), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (<b>MLE</b>), Polędwica Premium 60g (<b>SOJ, *</b>), Sałata ziel. 35g, Pomidor 40g,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml (<b>MLE</b>),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2232.55 kcal; Energia: 8787.64 kJ; Białko ogółem: 95.56 g; białko zwierzęce: 34.90 g; białko roślinne: 23.57 g; Tłuszcz: 65.89 g; Węglowodany ogółem: 319.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.88 g; Sód: 1808.22 mg; Potas: 3293.38 mg; Wapń: 939.90 mg; Fosfor: 1130.97 mg; Błonnik pokarmowy: 27.10 g; suma cukrów prostych: 52.30 g; Woda: 1250.57 g; Popiół: 14.23 g;</p>		
<b>czwartek 2024-12-12</b>		
<b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>		
<p>Kasza kukurydza na mleku 300ml (<b>MLE</b>), Pieczywo pszenne K 80g (<b>GLU</b>), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c (<b>GLU, MLE</b>), Masło ex 20g (<b>MLE</b>), Szynka filet pieczony 30g (*), Pasta z jaja i wędliny 50g (<b>JAJ, SOJ, MLE, *</b>), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g,</p> <p><b>II Śniadanie:</b> Jabłko des. 1 szt.,</p>	<p>Selerowa z zieloną pietruszką 300ml (<b>GLU, MLE, SEL</b>), Gulasz drobiowy z pietruszką 80/120 (<b>GLU, MLE, SEL</b>), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Szpinak 130g (<b>GLU, MLE</b>), Kompot owocowy b/c 250ml,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> Bułka drożdżowa 1 szt. (<b>GLU, JAJ, MLE, *</b>), Herbata owocowa b/c 250ml (<b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b>),</p>	<p>Pieczywo pszenne K 80g (<b>GLU</b>), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g (<b>MLE</b>), Polędwica Premium 60g (<b>SOJ, *</b>), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g,</p> <p><b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml (<b>MLE</b>),</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2250.02 kcal; Energia: 8696.43 kJ; Białko ogółem: 92.10 g; białko zwierzęce: 30.33 g; białko roślinne: 24.67 g; Tłuszcz: 59.35 g; Węglowodany ogółem: 325.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.75 g; Sód: 1351.19 mg; Potas: 2783.05 mg; Wapń: 866.67 mg; Fosfor: 1065.58 mg; Błonnik pokarmowy: 24.90 g; suma cukrów prostych: 45.52 g; Woda: 1088.03 g; Popiół: 12.66 g;</p>		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kamieńskiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-12-12</b>		
<b>Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI/ (7, 8)</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <i>GLU</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <i>GLU, MLE</i> ), Masło ex 10g ( <i>MLE</i> ), Szyńka filet pieczony 30g (*), Pasta z białka jaja i wędliny 50g ( <i>JAJ, SOJ, MLE, *</i> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Selerowa z zieloną pietruszką 300ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Gulasz drobiowy z pietruszką 80/120 ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Szpinak 130g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <i>GLU</i> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <i>MLE</i> ), Połędwica Premium 60g ( <i>SOJ, *</i> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2251.32 kcal; Energia: 8535.15 kJ; Białko ogółem: 90.13 g; białko zwierzęce: 35.04 g; białko roślinne: 17.12 g; Tłuszcz: 54.06 g; Węglowodany ogółem: 340.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.29 g; Sód: 1675.64 mg; Potas: 2860.90 mg; Wapń: 1016.79 mg; Fosfor: 999.34 mg; Błonnik pokarmowy: 22.58 g; suma cukrów prostych: 40.70 g; Woda: 1171.53 g; Popiół: 13.32 g;		
<b>czwartek 2024-12-12</b>		
<b>Dieta: K. DIETA NISKOBIĄŁKOWA /VIII/ (10)</b>		
Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <i>GLU, MLE</i> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <i>GLU</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Sałatka z jajkiem 1/2 szt. 200g ( <i>JAJ</i> ), Pasta brokułowa 50g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Selerowa z zieloną pietruszką 300ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ryż z jarzynami i kurczakiem (30g) 300g, Szpinak 130g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <i>GLU</i> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Szyńka delikatesowa 30g (*), Miód 50g /2szt./, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo-warzywny 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2234.67 kcal; Energia: 8841.76 kJ; Białko ogółem: 53.98 g; białko zwierzęce: 32.91 g; białko roślinne: 17.74 g; Tłuszcz: 65.91 g; Węglowodany ogółem: 345.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.72 g; Sód: 1707.57 mg; Potas: 2841.88 mg; Wapń: 605.69 mg; Fosfor: 1054.12 mg; Błonnik pokarmowy: 22.45 g; suma cukrów prostych: 34.72 g; Woda: 1139.05 g; Popiół: 13.21 g;		
<b>czwartek 2024-12-12</b>		
<b>Dieta: K. DIETA WEGETARIANSKA (1 WE)</b>		
Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <i>GLU</i> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <i>GLU, MLE</i> ), Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Sałatka z brokuła z jajkiem i dressingiem jogurtowym 200g ( <i>JAJ, MLE</i> ), Papryka św. 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,	Kapuśniak z kap. kw. z ziemniakami 300ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, *</i> ), Ryż z jarzynami i serem wegańskim 300g ( <i>SEL</i> ), Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem i kukurydzą 130g ( <i>MLE, *</i> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Pieczywo pszenne K 100g ( <i>GLU</i> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <i>MLE</i> ), Wędlina wegetariańska 60g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2240.63 kcal; Energia: 9665.58 kJ; Białko ogółem: 95.59 g; białko zwierzęce: 78.54 g; białko roślinne: 20.96 g; Tłuszcz: 68.21 g; Węglowodany ogółem: 339.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.70 g; Sód: 2057.58 mg; Potas: 4504.58 mg; Wapń: 1685.46 mg; Fosfor: 1697.90 mg; Błonnik pokarmowy: 27.15 g; suma cukrów prostych: 66.30 g; Woda: 1925.84 g; Popiół: 19.18 g;		
<b>czwartek 2024-12-12</b>		
<b>Dieta: K. DIETA PŁYNNĄ /III/ (13)</b>		
Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ),	Selerowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 400ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i> ),	Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 400ml ( <i>GLU, JAJ, SEL, *</i> ), <b>Posiłek nocny:</b> Biszkopty z herbatą 150ml/40g ( <i>GLU, JAJ, MLE, *</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1179.37 kcal; Energia: 5557.44 kJ; Białko ogółem: 43.84 g; białko zwierzęce: 28.46 g; białko roślinne: 15.39 g; Tłuszcz: 53.46 g; Węglowodany ogółem: 156.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.89 g; Sód: 802.20 mg; Potas: 2793.14 mg; Wapń: 788.54 mg; Fosfor: 1366.09 mg; Błonnik pokarmowy: 11.78 g; suma cukrów prostych: 34.43 g; Woda: 587.54 g; Popiół: 9.97 g;		