

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Kamieńskiego   |  |   |
|---|--|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczerek  | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>piątek 2024-11-22</b>  |  |   |
| <b>Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA /II/ (1, C1)</b>  |  |   |
| Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ),<br>Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa<br>inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex<br>20g ( <b>MLE</b> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ),<br>Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. , Ogórek św.<br>50g ,   | Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba smażona 80g morszczuk ( <b>GLU, JAJ, RYB, OZI, ORZ</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Surówka z kapusty pekińskiej 80g (*),<br>Kompot owocowy b/c 250 ml ,   | Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ),<br>Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ),<br>Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ),<br>Sałatka jajeczna z szynka i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, GOR, *</b> ), Papryka św. 50g ,<br>Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Sok owocowo-warzywny 300ml ,  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2304.05 kcal; Energia: 9192.61 kJ; Białko ogółem: 86.95 g; białko zwierzęce: 49.06 g; białko roślinne: 20.70 g; Tłuszcz: 69.06 g; Węglowodany ogółem: 326.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.25 g; Sód: 2436.14 mg; Potas: 3733.98 mg; Wapń: 612.87 mg; Fosfor: 1425.63 mg; Błonnik pokarmowy: 27.41 g; suma cukrów prostych: 32.57 g; Woda: 1341.64 g; Popiół: 16.61 g; |  |   |
| <b>piątek 2024-11-22</b>  |  |   |
| <b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BŁOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C3)</b>   |  |   |
| Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo graham 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło<br>ex 10g ( <b>MLE</b> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ),<br>Szynka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 10g , Ogórek św. 90g , Jabłko<br>des. 1 szt. , Sałata ziel. 10g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Kisiel owocowy z jabłkiem b/c 200g (*),                         | Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 80/50<br>morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z<br>koperkiem 200g , Surówka z kapusty pekińskiej 80g<br>(*), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g ,<br>Kompot owocowy b/c 250ml , | Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ),<br>Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ),<br>Sałatka jajeczna z szynka i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, GOR, *</b> ), Pasta z zielonego<br>groszku 40g , Papryka św. 90g , Sałata ziel. 10g<br>,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ),<br>Szynka gotowana 30g (*), Pomidor 40g , Sok<br>pomidorowy 1 szt. 330ml , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2243.72 kcal; Energia: 8637.58 kJ; Białko ogółem: 89.12 g; białko zwierzęce: 40.90 g; białko roślinne: 25.65 g; Tłuszcz: 70.18 g; Węglowodany ogółem: 302.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.73 g; Sód: 3108.47 mg; Potas: 4144.00 mg; Wapń: 493.11 mg; Fosfor: 1365.47 mg; Błonnik pokarmowy: 35.83 g; suma cukrów prostych: 27.48 g; Woda: 1479.66 g; Popiół: 17.87 g; |  |   |
| <b>piątek 2024-11-22</b>  |  |   |
| <b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BŁOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>   |  |   |
| Szynka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),  |  | Szynka gotowana 30g (*),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 55.97 kcal; Energia: 0.00 kJ; Białko ogółem: 3.92 g; białko zwierzęce: 0.00 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 1.58 g; Węglowodany ogółem: 1.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.39 g; Sód: 570.93 mg; Potas: 0.00 mg; Wapń: 0.00 mg; Fosfor: 0.00 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 0.21 g; Woda: 0.00 g; Popiół: 0.00 g;                            |  |   |
| <b>piątek 2024-11-22</b>  |  |   |
| <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA /III/ (2, 9, C2)</b>   |  |   |
| Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa<br>inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g<br>( <b>MLE</b> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ),<br>Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1<br>szt. ,   | Koperkowa 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w<br>sosie koperk. gotowana 80/120 morszczuk ( <b>GLU, RYB, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g ,<br>Kompot owocowy b/c 250ml ,   | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata<br>250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka<br>jajeczna z szynka i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, GOR, *</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel.<br>10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Sok owocowo-warzywny 300ml ,   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2235.82 kcal; Energia: 9190.10 kJ; Białko ogółem: 94.72 g; białko zwierzęce: 63.08 g; białko roślinne: 15.21 g; Tłuszcz: 65.25 g; Węglowodany ogółem: 318.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.38 g; Sód: 1652.03 mg; Potas: 3951.51 mg; Wapń: 733.50 mg; Fosfor: 1429.32 mg; Błonnik pokarmowy: 21.69 g; suma cukrów prostych: 41.41 g; Woda: 1407.16 g; Popiół: 14.81 g; |  |   |
| <b>piątek 2024-11-22</b>  |  |   |
| <b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ /VII/ (9)</b>  |  |   |
| Szynka got Delika z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),  | Ryba w jarzynach duszona 80/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ),  |   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 214.94 kcal; Energia: 458.00 kJ; Białko ogółem: 21.07 g; białko zwierzęce: 18.92 g; białko roślinne: 0.62 g; Tłuszcz: 10.83 g; Węglowodany ogółem: 6.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.60 g; Sód: 689.05 mg; Potas: 425.30 mg; Wapń: 60.60 mg; Fosfor: 178.30 mg; Błonnik pokarmowy: 1.70 g; suma cukrów prostych: 1.05 g; Woda: 122.76 g; Popiół: 1.60 g;               |  |   |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Kamieńskiego   |  |   |
|---|--|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczerek  | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>piątek 2024-11-22</b>  |  |   |
| <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>  |  |   |
| Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z<br>mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g<br>( <b>MLE</b> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ),<br>Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko<br>gotowane 1 szt. ,  | Koperkowa 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w<br>jarzynach duszona 80/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ),<br>Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Buraczki z<br>jabłkiem z olejem gotowane 130g , Kompot<br>owocowy b/c 250ml ,   | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata<br>250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z<br>białka jaja z szynką i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ,<br/>GOR</b> ), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Sok owocowo-warzywny 300ml ,   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2235.29 kcal; Energia: 8475.10 kJ; Białko ogółem: 84.75 g; białko zwierzęce: 57.91 g; białko roślinne: 16.37 g; Tłuszcz: 57.58 g; Węglowodany ogółem: 352.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.28 g; Sód: 1557.11 mg; Potas: 4037.56 mg; Wapń: 845.08 mg; Fosfor: 1239.39 mg; Błonnik pokarmowy: 23.59 g; suma cukrów prostych: 50.42 g; Woda: 1428.99 g; Popiół: 14.55 g; |  |   |
| <b>piątek 2024-11-22</b>  |  |   |
| <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU<br/>ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>   |  |   |
| Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z<br>mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g<br>( <b>MLE</b> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ),<br>Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko<br>gotowane 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Galaretką z jabłkiem 200g (*),  | Koperkowa 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w<br>jarzynach duszona 80/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ),<br>Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Buraczki z<br>jabłkiem z olejem gotowane 130g , Kompot<br>owocowy b/c 250ml ,   | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata<br>250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z<br>białka jaja z szynką i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ,<br/>GOR</b> ), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Sok owocowo-warzywny 300ml ,   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2227.75 kcal; Energia: 8437.57 kJ; Białko ogółem: 77.20 g; białko zwierzęce: 50.92 g; białko roślinne: 15.03 g; Tłuszcz: 65.37 g; Węglowodany ogółem: 340.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.07 g; Sód: 1462.41 mg; Potas: 3846.09 mg; Wapń: 690.71 mg; Fosfor: 1073.96 mg; Błonnik pokarmowy: 23.53 g; suma cukrów prostych: 54.38 g; Woda: 1386.77 g; Popiół: 13.44 g; |  |   |
| <b>piątek 2024-11-22</b>  |  |   |
| <b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ (6)</b>   |  |   |
| Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa<br>inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło<br>ex 10g ( <b>MLE</b> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ),<br>Ogórek św. 90g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1<br>szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Kisiel owocowy z jabłkiem b/c 200g (*),   | Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, MLE,<br/>SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 80/50<br>morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z<br>koperkiem 200g , Surówka z kapusty pekińskiej 80g<br>(*), Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g ,<br>Kompot owocowy b/c 250ml ,               | Herbata 250ml , Pieczywo graham K 100g<br>( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex<br>10g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jajeczna z szynka i ziel.<br>pietruszką 200g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, GOR, *</b> ),<br>Papryka św. 90g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ),<br>Szynka gotowana 30g (*), Pomidor 40g , Sok<br>pomidorowy 1 szt. 330ml , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2261.03 kcal; Energia: 8641.14 kJ; Białko ogółem: 82.47 g; białko zwierzęce: 42.13 g; białko roślinne: 18.68 g; Tłuszcz: 74.17 g; Węglowodany ogółem: 295.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.75 g; Sód: 2596.63 mg; Potas: 3950.65 mg; Wapń: 453.27 mg; Fosfor: 1235.19 mg; Błonnik pokarmowy: 30.11 g; suma cukrów prostych: 36.64 g; Woda: 1409.66 g; Popiół: 16.64 g; |  |   |
| <b>piątek 2024-11-22</b>  |  |   |
| <b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>   |  |   |
| Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z<br>mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g<br>( <b>MLE</b> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ),<br>Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jabłko des. 1 szt. ,  | Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, MLE,<br/>SEL, *</b> ), Ryba smażona 80g morszczuk ( <b>GLU, JAJ,<br/>RYB, OZI, ORZ</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem<br>200g , Surówka z kapusty pekińskiej 80g (*),<br>Kompot owocowy b/c 250ml ,<br><b>Podwieczerek:</b><br>Galaretką z pomarańczą 200g (*), | Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml<br>b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jajeczna z<br>szynka i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ, SOJ, MLE,<br/>GOR, *</b> ), Sałata ziel. 35g , Pomidor 40g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Sok owocowo-warzywny 300ml ,   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2273.25 kcal; Energia: 9526.43 kJ; Białko ogółem: 91.10 g; białko zwierzęce: 55.64 g; białko roślinne: 17.95 g; Tłuszcz: 72.04 g; Węglowodany ogółem: 320.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.74 g; Sód: 2252.90 mg; Potas: 3934.33 mg; Wapń: 750.30 mg; Fosfor: 1457.79 mg; Błonnik pokarmowy: 24.46 g; suma cukrów prostych: 49.84 g; Woda: 1501.26 g; Popiół: 16.60 g; |  |   |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Kamieńskiego  |   |   |
|--|---|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>piątek 2024-11-22</b>   |   |   |
| <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>  |   |   |
| Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z<br>mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g<br>( <b>MLE</b> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ),<br>Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jabłko des. 1 szt. ,   | Koperkowa 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w<br>sosie koperk. gotowana 80/120 morszczuk ( <b>GLU,</b><br><b>RYB, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem<br>200g , Buraczki z jabłkiem z olejem gotowane 130g ,<br>Kompot owocowy b/c 250ml ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Galaretką z pomarańczą 200g (*), | Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml<br>b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jajeczna z<br>szynką i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ, SOJ, MLE,</b><br><b>GOR, *</b> ), Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Sok owocowo-warzywny 300ml , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2269.27 kcal; Energia: 9324.83 kJ; Białko ogółem: 93.33 g; białko zwierzęce: 61.35 g; białko roślinne: 14.99 g; Tłuszcz: 65.39 g; Węglowodany ogółem: 323.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.50 g; Sód: 1658.68 mg; Potas: 3963.84 mg; Wapń: 713.38 mg; Fosfor: 1403.52 mg; Błonnik pokarmowy: 22.98 g; suma cukrów prostych: 50.41 g; Woda: 1478.76 g; Popiół: 15.14 g;  |   |   |
| <b>piątek 2024-11-22</b>   |   |   |
| <b>Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI/ (7, 8)</b>   |   |   |
| Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z<br>mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g<br>( <b>MLE</b> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ),<br>Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1<br>szt. ,  | Koperkowa 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w<br>jarzynach duszona 80/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ),<br>Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Buraczki z<br>jabłkiem z olejem gotowane 130g , Kompot<br>owocowy b/c 250ml ,  | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata<br>250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z<br>białką jaja z szynką i ziel. pietruszką 200g ( <b>JAJ,</b><br><b>GOR</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Sok owocowo-warzywny 300ml ,        |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2227.40 kcal; Energia: 8529.04 kJ; Białko ogółem: 93.25 g; białko zwierzęce: 66.94 g; białko roślinne: 15.50 g; Tłuszcz: 57.03 g; Węglowodany ogółem: 347.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.34 g; Sód: 1593.73 mg; Potas: 4125.56 mg; Wapń: 995.67 mg; Fosfor: 1315.10 mg; Błonnik pokarmowy: 22.60 g; suma cukrów prostych: 56.32 g; Woda: 1519.24 g; Popiół: 15.19 g;  |   |   |
| <b>piątek 2024-11-22</b>   |   |   |
| <b>Dieta: K. DIETA NISKOBIĄŁKOWA /VIII/ (10)</b>   |   |   |
| Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g<br>( <b>MLE</b> ), Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ),<br>Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1<br>szt. ,   | Koperkowa 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w<br>jarzynach duszona 40/50 morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ),<br>Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Buraczki z<br>jabłkiem z olejem gotowane 130g , Kompot<br>owocowy b/c 250ml ,  | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata<br>250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z<br>jajkiem 1/2 szt. 200g ( <b>JAJ</b> ), Miód 25g /1szt./ ,<br>Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Sok owocowo-warzywny 300ml ,                        |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2268.90 kcal; Energia: 8653.29 kJ; Białko ogółem: 48.70 g; białko zwierzęce: 28.11 g; białko roślinne: 13.06 g; Tłuszcz: 72.17 g; Węglowodany ogółem: 357.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.59 g; Sód: 1580.81 mg; Potas: 3203.89 mg; Wapń: 256.32 mg; Fosfor: 873.75 mg; Błonnik pokarmowy: 24.19 g; suma cukrów prostych: 26.88 g; Woda: 1013.06 g; Popiół: 11.43 g;   |   |   |
| <b>piątek 2024-11-22</b>   |   |   |
| <b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>  |   |   |
| Pł. owsiane na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z<br>mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g<br>( <b>MLE</b> ), Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ),<br>Ogórek św. 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1<br>szt. ,   | Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, MLE,</b><br><b>SEL, *</b> ), Ser żółty panierowany 1szt ( <b>MLE</b> ),<br>Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Surówka z<br>kapusty pekińskiej 80g (*), Kompot owocowy b/c<br>250ml ,   | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata<br>250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajka<br>gotowane 2szt. ( <b>JAJ</b> ), Papryka św. 50g , Sałata<br>ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Sok owocowo-warzywny 300ml ,  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2271.22 kcal; Energia: 9513.32 kJ; Białko ogółem: 88.45 g; białko zwierzęce: 88.27 g; białko roślinne: 14.68 g; Tłuszcz: 68.41 g; Węglowodany ogółem: 299.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.17 g; Sód: 3084.75 mg; Potas: 3868.91 mg; Wapń: 1783.12 mg; Fosfor: 1985.59 mg; Błonnik pokarmowy: 23.56 g; suma cukrów prostych: 50.64 g; Woda: 1602.47 g; Popiół: 20.78 g; |   |   |
| <b>piątek 2024-11-22</b>   |   |   |
| <b>Dieta: K. DIETA PŁYNNĄ /III/ (13)</b>   |   |   |
| Kasza manna na mleku w proszku z masłem i<br>żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),  | Koperkowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem<br>1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ),  | Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i<br>żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, *</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Biszkopty z herbatą 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ,</b><br><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;     |   |   |

## Jadłospis dla oddziałów

| Oddział: Szpital Kamieńskiego  |  |  |
|--|--|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczerek  | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>sobota 2024-11-23</b>   |  |  |
| <b>Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA II/ (1, C1)</b>  |  |  |
| Ryż 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> ), Szyńka delikatesowa 50g (*), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,   | Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w sosie potrawkowym 80/120 K ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Surówka z marchwi i chrzanu 130g ( <b>MLE, S02</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 tuńczyka i twarogu z ciecierzycą 100g ( <b>JAJ, MLE, GOR, MCK</b> ), Ogórek św. 50g, Sałata ziel. 10g, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy 200g ,   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2341.36 kcal; Energia: 9002.69 kJ; Białko ogółem: 90.55 g; białko zwierzęce: 50.29 g; białko roślinne: 25.88 g; Tłuszcz: 63.47 g; Węglowodany ogółem: 334.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.67 g; Sód: 1837.13 mg; Potas: 3492.17 mg; Wapń: 833.09 mg; Fosfor: 1410.10 mg; Błonnik pokarmowy: 30.17 g; suma cukrów prostych: 42.16 g; Woda: 1253.22 g; Popiół: 14.52 g;  |  |  |
| <b>sobota 2024-11-23</b>   |  |  |
| <b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C3)</b>  |  |  |
| Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyńka delikatesowa 50g (*), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 90g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jogurt naturalny 200g (1szt) ( <b>MLE</b> ),  | Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w jarzynach gotowany 80/50 ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Surówka z marchwi i jabłka 130g ( <b>MLE</b> ), Kalafior z wody gotowany 130g, Kompot owocowy b/c 250ml , | Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Buraczki talarki 40g, Ogórek św. 90g, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Szyńka filet pieczony 30g (*), Papryka św. 40g, Sok wielowarzywny 1szt. 300ml , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2232.03 kcal; Energia: 8685.79 kJ; Białko ogółem: 108.36 g; białko zwierzęce: 58.67 g; białko roślinne: 21.70 g; Tłuszcz: 73.62 g; Węglowodany ogółem: 309.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.30 g; Sód: 2037.84 mg; Potas: 3951.50 mg; Wapń: 963.67 mg; Fosfor: 1433.48 mg; Błonnik pokarmowy: 32.65 g; suma cukrów prostych: 49.09 g; Woda: 1596.38 g; Popiół: 16.30 g; |  |  |
| <b>sobota 2024-11-23</b>   |  |  |
| <b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>  |  |  |
| Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ),   |  | Szyńka filet pieczony 30g (*),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 72.60 kcal; Energia: 304.80 kJ; Białko ogółem: 7.80 g; białko zwierzęce: 2.10 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 2.25 g; Węglowodany ogółem: 1.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.84 g; Sód: 13.20 mg; Potas: 33.90 mg; Wapń: 28.20 mg; Fosfor: 68.10 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 0.96 g; Woda: 21.63 g; Popiół: 0.24 g;                        |  |  |
| <b>sobota 2024-11-23</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> ), Szyńka delikatesowa 50g (*), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,   | Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w sosie potrawkowym 80/120 K ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), 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> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy 200g ,  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2292.50 kcal; Energia: 9136.39 kJ; Białko ogółem: 99.04 g; białko zwierzęce: 53.91 g; białko roślinne: 23.56 g; Tłuszcz: 61.71 g; Węglowodany ogółem: 339.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.76 g; Sód: 1599.94 mg; Potas: 3468.58 mg; Wapń: 997.92 mg; Fosfor: 1437.34 mg; Błonnik pokarmowy: 25.79 g; suma cukrów prostych: 50.19 g; Woda: 1342.15 g; Popiół: 13.94 g;  |  |  |
| <b>sobota 2024-11-23</b>   |  |  |
| <b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ VII/ (9)</b>  |  |  |
| Twaróg krojony 100g ( <b>MLE</b> ),  | Klops w jarzynach gotowany 80/50 ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ),   |  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 354.25 kcal; Energia: 1231.80 kJ; Białko ogółem: 19.52 g; białko zwierzęce: 12.64 g; białko roślinne: 0.88 g; Tłuszcz: 14.70 g; Węglowodany ogółem: 19.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 5.10 g; Sód: 185.90 mg; Potas: 387.50 mg; Wapń: 122.30 mg; Fosfor: 335.00 mg; Błonnik pokarmowy: 2.42 g; suma cukrów prostych: 4.83 g; Woda: 148.47 g; Popiół: 1.75 g;             |  |  |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Kamieńskiego   |   |   |
|---|---|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>sobota 2024-11-23</b>  |   |   |
| <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>  |   |   |
| Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 50g (*), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,  | Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w sosie potrawkowym 80/120 K ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,  | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy 200g ,   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2319.56 kcal; Energia: 8955.11 kJ; Białko ogółem: 91.76 g; białko zwierzęce: 53.21 g; białko roślinne: 18.79 g; Tłuszcz: 55.35 g; Węglowodany ogółem: 346.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.24 g; Sód: 1809.69 mg; Potas: 4092.24 mg; Wapń: 938.58 mg; Fosfor: 1392.29 mg; Błonnik pokarmowy: 24.21 g; suma cukrów prostych: 48.56 g; Woda: 1477.17 g; Popiół: 15.23 g;   |   |   |
| <b>sobota 2024-11-23</b>  |   |   |
| <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>   |   |   |
| Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 50g (*), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jogurt owocowy 200g (1szt) ( <b>MLE</b> ),  | Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w sosie potrawkowym 80/120 K ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ),   | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g , Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy 200g ,  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2307.87 kcal; Energia: 8809.28 kJ; Białko ogółem: 92.35 g; białko zwierzęce: 56.34 g; białko roślinne: 17.59 g; Tłuszcz: 64.84 g; Węglowodany ogółem: 317.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.95 g; Sód: 1707.94 mg; Potas: 4108.90 mg; Wapń: 1044.79 mg; Fosfor: 1429.64 mg; Błonnik pokarmowy: 21.52 g; suma cukrów prostych: 54.38 g; Woda: 1435.24 g; Popiół: 15.23 g;  |   |   |
| <b>sobota 2024-11-23</b>  |   |   |
| <b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ (6)</b>   |   |   |
| Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 50g (*), Pomidor 90g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jogurt naturalny 200g (1szt) ( <b>MLE</b> ),  | Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w sosie potrawkowym 80/120 K ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Surówka z marchwi i chrzanzu 130g ( <b>MLE, S02</b> ), Kalańior z wody gotowany 130g, Kompot owocowy b/c 250ml ,                                  | Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Ogórek św. 90g, Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Szynka filet pieczony 30g (*), Papryka św. 40g , Sok wielowarzywny 1szt. 300ml , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2211.96 kcal; Energia: 9098.22 kJ; Białko ogółem: 127.06 g; białko zwierzęce: 71.84 g; białko roślinne: 27.22 g; Tłuszcz: 74.00 g; Węglowodany ogółem: 315.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.62 g; Sód: 1755.43 mg; Potas: 4358.94 mg; Wapń: 1234.95 mg; Fosfor: 1605.96 mg; Błonnik pokarmowy: 33.28 g; suma cukrów prostych: 59.22 g; Woda: 1767.10 g; Popiół: 16.91 g; |   |   |
| <b>sobota 2024-11-23</b>  |   |   |
| <b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>   |   |   |
| Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 50g (*), Sałata ziel. 35g, Pomidor 50g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Pomarańcza 1 szt. ,   | Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w sosie potrawkowym 80/120 K ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Surówka z marchwi i jabłka 130g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>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 ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy 200g ,   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2319.96 kcal; Energia: 9168.94 kJ; Białko ogółem: 95.98 g; białko zwierzęce: 53.37 g; białko roślinne: 22.54 g; Tłuszcz: 65.35 g; Węglowodany ogółem: 336.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.58 g; Sód: 1559.33 mg; Potas: 3753.34 mg; Wapń: 1104.78 mg; Fosfor: 1496.78 mg; Błonnik pokarmowy: 26.85 g; suma cukrów prostych: 59.51 g; Woda: 1433.01 g; Popiół: 14.91 g;  |   |   |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Kamieńskiego  |  |   |
|--|--|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>sobota 2024-11-23</b>   |  |   |
| <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>  |  |   |
| Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 50g (*), Pomidor 50g, Sałata ziel. 35g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Pomarańcza 1 szt. ,   | Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w sosie potrawkowym 80/120 K ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>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 ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy 200g ,   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2261.27 kcal; Energia: 8892.47 kJ; Białko ogółem: 99.43 g; białko zwierzęce: 56.45 g; białko roślinne: 22.90 g; Tłuszcz: 64.65 g; Węglowodany ogółem: 321.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.73 g; Sód: 1462.87 mg; Potas: 3680.87 mg; Wapń: 1121.58 mg; Fosfor: 1493.21 mg; Błonnik pokarmowy: 25.70 g; suma cukrów prostych: 59.09 g; Woda: 1432.91 g; Popiół: 14.65 g; |  |   |
| <b>sobota 2024-11-23</b>   |  |   |
| <b>Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI/ (7, 8)</b>   |  |   |
| Ryż na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka delikatesowa 50g (*), Sałata ziel. 10g , Pomidor 50g , Pomarańcza 1 szt. ,   | Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Klops w sosie potrawkowym 80/120 K ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL</b> ), Kasza jęczmienna na sypko gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), 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> ), Pasta z sera i wędliny 100g ( <b>SOJ, MLE, *</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy 200g ,  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2298.80 kcal; Energia: 9163.79 kJ; Białko ogółem: 98.09 g; białko zwierzęce: 52.68 g; białko roślinne: 23.84 g; Tłuszcz: 52.52 g; Węglowodany ogółem: 359.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.06 g; Sód: 1739.17 mg; Potas: 3494.13 mg; Wapń: 999.29 mg; Fosfor: 1459.76 mg; Błonnik pokarmowy: 26.32 g; suma cukrów prostych: 50.77 g; Woda: 1343.38 g; Popiół: 14.31 g;  |  |   |
| <b>sobota 2024-11-23</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> ), Szynka delikatesowa 30g (*), Pasta jarzynowa z koperkiem 50g ( <b>SEL</b> ), Sałata ziel. 10g , Pomidor 50g , Pomarańcza 1 szt. ,  | Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kasza jęczmienna z jarzynami i kurczakiem (30g) 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,  | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</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 ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy 200g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2273.14 kcal; Energia: 9311.46 kJ; Białko ogółem: 47.67 g; białko zwierzęce: 17.96 g; białko roślinne: 20.81 g; Tłuszcz: 71.39 g; Węglowodany ogółem: 370.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.16 g; Sód: 1607.86 mg; Potas: 2879.25 mg; Wapń: 470.61 mg; Fosfor: 906.63 mg; Błonnik pokarmowy: 28.62 g; suma cukrów prostych: 66.52 g; Woda: 971.35 g; Popiół: 11.07 g;    |  |   |
| <b>sobota 2024-11-23</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> ), serek kanapkowy 100g K ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g , Pomidor 50g , Pomarańcza 1 szt. ,   | Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kasza jęczmienna z jarzynami i serem żółtym 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), Surówka z marchwi i chrzanu 130g ( <b>MLE, S02</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,   | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Wędlina wegetariańska 50g , Miód 50g /2szt./ , Ogórek św. 50g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy 200g ,    |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2274.58 kcal; Energia: 9539.66 kJ; Białko ogółem: 88.84 g; białko zwierzęce: 66.15 g; białko roślinne: 22.69 g; Tłuszcz: 68.25 g; Węglowodany ogółem: 357.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.56 g; Sód: 1084.44 mg; Potas: 3530.18 mg; Wapń: 1287.45 mg; Fosfor: 1362.35 mg; Błonnik pokarmowy: 25.24 g; suma cukrów prostych: 62.65 g; Woda: 1491.97 g; Popiół: 13.36 g; |  |   |
| <b>sobota 2024-11-23</b>   |  |   |
| <b>Dieta: K. DIETA PŁYNNNA /III/ (13)</b>  |  |   |
| Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),   | Gospodarska miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),   | Zupa jarzynowa z mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>JAJ, SEL</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Suchary z herbatą 150ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1308.59 kcal; Energia: 5309.93 kJ; Białko ogółem: 56.08 g; białko zwierzęce: 40.12 g; białko roślinne: 13.00 g; Tłuszcz: 56.62 g; Węglowodany ogółem: 158.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.26 g; Sód: 835.80 mg; Potas: 2953.03 mg; Wapń: 779.54 mg; Fosfor: 1466.06 mg; Błonnik pokarmowy: 12.67 g; suma cukrów prostych: 25.89 g; Woda: 636.38 g; Popiół: 10.50 g;    |  |   |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Kamieńskiego   |  |  |
|---|--|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczerek  | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>niedziela 2024-11-24</b>   |  |  |
| <b>Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA II/ (1, C1)</b>   |  |  |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ),<br>Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa<br>inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex<br>20g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*<br>) , Ketchup 20g , Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g ,<br>Jabłko des. 1 szt. ,   | Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml<br>( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Kotlet schabowy<br>smażony 100g ( <b>GLU, JAJ, OZI, ORZ</b> ), Ziemniaki<br>gotowane z koperkiem 200g , Surówka<br>wielowarzywna z olejem 130g (*), Kompot owocowy<br>b/c 250 ml ,                                | Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ),<br>Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ),<br>Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ),<br>Szynka delikatesowa 60g (*), Papryka św. 50g<br>, Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2285.79 kcal; Energia: 10113.16 kJ; Białko ogółem: 97.32 g; białko zwierzęce: 62.71 g; białko roślinne: 23.31 g; Tłuszcz: 69.10 g; Węglowodany ogółem: 349.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.32 g; Sód: 2805.04 mg; Potas: 4422.61 mg; Wapń: 1208.13 mg; Fosfor: 1613.88 mg; Błonnik pokarmowy: 27.63 g; suma cukrów prostych: 46.98 g; Woda: 1498.96 g; Popiół: 18.81 g; |  |  |
| <b>niedziela 2024-11-24</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> ),<br>Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło<br>10g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*<br>) , Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Sałata ziel.<br>10g , Pomidor 90g , Jabłko des. 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Kisiel owocowy z jabłkiem b/c 200g (*),  | Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml<br>( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab.w jarzyn<br>gotowana 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z<br>koperkiem 200g , Surówka wielowarzywna z olejem<br>130g (*), Fasolka szparagowa 130g ( <b>ŁUB</b> ), Kompot<br>owocowy b/c 250ml , | Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ),<br>Herbata 250ml b/c , Masło 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka<br>delikatesowa 60g (*), Pasta brokułowa 40g ,<br>Papryka św. 90g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Ser<br>żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 40g , Kefir 150ml<br>( <b>MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2266.01 kcal; Energia: 9592.44 kJ; Białko ogółem: 101.22 g; białko zwierzęce: 73.59 g; białko roślinne: 21.88 g; Tłuszcz: 67.02 g; Węglowodany ogółem: 289.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.80 g; Sód: 2876.80 mg; Potas: 4773.91 mg; Wapń: 1470.44 mg; Fosfor: 1926.84 mg; Błonnik pokarmowy: 33.95 g; suma cukrów prostych: 44.71 g; Woda: 1774.61 g; Popiół: 20.63 g; |  |  |
| <b>niedziela 2024-11-24</b>   |  |  |
| <b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BŁOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>   |  |  |
| Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ),   |  | Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 154.70 kcal; Energia: 929.36 kJ; Białko ogółem: 9.92 g; białko zwierzęce: 16.93 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 5.82 g; Węglowodany ogółem: 0.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.61 g; Sód: 428.36 mg; Potas: 159.56 mg; Wapń: 305.24 mg; Fosfor: 369.12 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 0.03 g; Woda: 90.57 g; Popiół: 2.34 g;                   |  |  |
| <b>niedziela 2024-11-24</b>   |  |  |
| <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA III/ (2, 9, C2)</b>  |  |  |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g<br>( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*<br>) , Pomidor 40g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1<br>szt. ,  | Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml<br>( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab. w sosie<br>własnym duszona 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ),<br>Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Jarzynka z<br>wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c<br>250ml ,                  | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata<br>250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szynka<br>delikatesowa 60g (*), Pomidor 50g , Sałata ziel.<br>10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2227.69 kcal; Energia: 10183.30 kJ; Białko ogółem: 91.66 g; białko zwierzęce: 61.59 g; białko roślinne: 19.37 g; Tłuszcz: 65.30 g; Węglowodany ogółem: 339.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.84 g; Sód: 2438.99 mg; Potas: 4583.36 mg; Wapń: 1189.27 mg; Fosfor: 1599.00 mg; Błonnik pokarmowy: 25.96 g; suma cukrów prostych: 50.65 g; Woda: 1500.59 g; Popiół: 17.29 g; |  |  |
| <b>niedziela 2024-11-24</b>   |  |  |
| <b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ /VII/ (9)</b>  |  |  |
| Szynka 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<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczerek   | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>niedziela 2024-11-24</b>  |   |   |
| <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>   |   |   |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z<br>mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g<br>( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*),<br>Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Mus z<br>jabłka 150g,  | Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml<br>( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn<br>gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z<br>koperkiem 200g, Jarzynka z wody gotowana 130g<br>( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml,  | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata<br>250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyńska<br>delikatesowa 60g (*), Pomidor b/skórki 50g,<br>Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2237.19 kcal; Energia: 9440.30 kJ; Białko ogółem: 93.55 g; białko zwierzęce: 64.76 g; białko roślinne:<br>18.10 g; Tłuszcz: 62.21 g; Węglowodany ogółem: 356.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.77 g; Sód: 2485.20 mg; Potas: 4819.31 mg;<br>Wapń: 1029.47 mg; Fosfor: 1619.86 mg; Błonnik pokarmowy: 28.17 g; suma cukrów prostych: 55.20 g; Woda: 1617.11 g; Popiół: 17.55 g; |   |   |
| <b>niedziela 2024-11-24</b>  |   |   |
| <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU<br/>ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>  |   |   |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z<br>mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g<br>( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*),<br>Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Mus z<br>jabłka 150g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*),   | Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml<br>( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn<br>gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z<br>koperkiem 200g, Jarzynka z wody gotowana 130g<br>( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml,  | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata<br>250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyńska<br>delikatesowa 60g (*), Pomidor b/skórki 50g,<br>Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2239.99 kcal; Energia: 9452.76 kJ; Białko ogółem: 95.63 g; białko zwierzęce: 65.30 g; białko roślinne:<br>18.18 g; Tłuszcz: 66.13 g; Węglowodany ogółem: 351.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.28 g; Sód: 2366.69 mg; Potas: 4892.86 mg;<br>Wapń: 1030.53 mg; Fosfor: 1607.23 mg; Błonnik pokarmowy: 29.33 g; suma cukrów prostych: 59.49 g; Woda: 1680.98 g; Popiół: 17.41 g; |   |   |
| <b>niedziela 2024-11-24</b>  |   |   |
| <b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ (6)</b>  |   |   |
| Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło<br>10g ( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*<br>) , Sałata ziel. 10g, Pomidor 90g, Jabłko des. 1<br>szt.,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Kisiel owocowy z jabłkiem b/c 200g (*),  | Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml<br>( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab.w jarzyn<br>gotowana 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z<br>koperkiem 200g, Surówka wielowarzywna z olejem<br>130g (*), Fasolka szparagowa 130g ( <b>ŁUB</b> ), Kompot<br>owocowy b/c 250ml,                  | Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ),<br>Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ),<br>Szyńska delikatesowa 60g (*), Papryka św. 90g<br>, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Ser<br>żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Ogórek św. 40g, Kefir 150ml<br>( <b>MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2227.42 kcal; Energia: 9566.06 kJ; Białko ogółem: 97.26 g; białko zwierzęce: 68.24 g; białko roślinne:<br>23.27 g; Tłuszcz: 68.59 g; Węglowodany ogółem: 305.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.39 g; Sód: 2671.02 mg; Potas: 5200.43 mg;<br>Wapń: 1447.56 mg; Fosfor: 1793.97 mg; Błonnik pokarmowy: 34.65 g; suma cukrów prostych: 46.55 g; Woda: 1800.97 g; Popiół: 20.56 g; |   |   |
| <b>niedziela 2024-11-24</b>  |   |   |
| <b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>  |   |   |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z<br>mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g<br>( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*),<br>Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jabłko des. 1 szt.,   | Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml<br>( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Filet dr. panierow.<br>smażony 100g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z<br>koperkiem 200g, Surówka wielowarzywna z olejem<br>130g (*), Kompot owocowy b/c 250ml,<br><b>Podwieczerek:</b><br>Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*), | Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml<br>b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyńska delikatesowa<br>60g (*), Sałata ziel. 35g, Pomidor 40g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2246.11 kcal; Energia: 9574.01 kJ; Białko ogółem: 82.20 g; białko zwierzęce: 51.30 g; białko roślinne:<br>18.15 g; Tłuszcz: 68.53 g; Węglowodany ogółem: 350.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.10 g; Sód: 2531.51 mg; Potas: 4158.59 mg;<br>Wapń: 1089.68 mg; Fosfor: 1327.25 mg; Błonnik pokarmowy: 25.95 g; suma cukrów prostych: 48.43 g; Woda: 1522.85 g; Popiół: 16.82 g; |   |   |



## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Kamieńskiego  |  |   |
|--|--|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>niedziela 2024-11-24</b>  |  |   |
| <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>  |  |   |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z<br>mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g<br>( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*),<br>Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jabłko des. 1 szt. ,  | Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml<br>( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob.w sosie<br>duszony 80/120 ( <b>GLU, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z<br>koperkiem 200g, Jarzynka z wody gotowana 130g<br>( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*), | Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml<br>b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka delikatesowa<br>60g (*), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),                 |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2254.63 kcal; Energia: 9463.92 kJ; Białko ogółem: 85.48 g; białko zwierzęce: 55.92 g; białko roślinne: 17.41 g; Tłuszcz: 62.28 g; Węglowodany ogółem: 355.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.15 g; Sód: 2500.77 mg; Potas: 4030.31 mg; Wapń: 1065.17 mg; Fosfor: 1426.82 mg; Błonnik pokarmowy: 26.71 g; suma cukrów prostych: 50.46 g; Woda: 1472.41 g; Popiół: 16.09 g;   |  |   |
| <b>niedziela 2024-11-24</b>  |  |   |
| <b>Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI/ (7, 8)</b>   |  |   |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z<br>mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g<br>( <b>MLE</b> ), Parówka z indyka gotowana 2szt (*),<br>Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1<br>szt. ,   | Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml<br>( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab.w jarzyn<br>gotowana 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z<br>koperkiem 200g, Jarzynka z wody gotowana 130g<br>( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,  | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata<br>250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyunka<br>delikatesowa 60g (*), Pomidor 50g, Sałata ziel.<br>10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),             |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2236.45 kcal; Energia: 10565.26 kJ; Białko ogółem: 106.00 g; białko zwierzęce: 76.92 g; białko roślinne: 18.39 g; Tłuszcz: 56.66 g; Węglowodany ogółem: 358.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.03 g; Sód: 2757.97 mg; Potas: 5207.44 mg; Wapń: 1454.04 mg; Fosfor: 1869.67 mg; Błonnik pokarmowy: 28.82 g; suma cukrów prostych: 62.19 g; Woda: 1765.00 g; Popiół: 19.79 g; |  |   |
| <b>niedziela 2024-11-24</b>  |  |   |
| <b>Dieta: K. DIETA NISKOBIAŁKOWA /VIII/ (10)</b>   |  |   |
| Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g<br>( <b>MLE</b> ), Sałatka z jajkiem 1/2 szt. 200g ( <b>JAJ</b> ),<br>Miód 25g /1szt./, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g<br>, Jabłko des. 1 szt. ,   | Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml<br>( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Udko w jarzynach 40/50<br>( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g,<br>Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot<br>owocowy b/c 250ml ,   | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata<br>250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta<br>brokułowa 40g, Szyunka delikatesowa 40g (*),<br>Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy 200g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2270.46 kcal; Energia: 9055.43 kJ; Białko ogółem: 54.69 g; białko zwierzęce: 34.52 g; białko roślinne: 17.45 g; Tłuszcz: 64.12 g; Węglowodany ogółem: 341.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.78 g; Sód: 2032.79 mg; Potas: 3819.92 mg; Wapń: 478.28 mg; Fosfor: 1162.16 mg; Błonnik pokarmowy: 27.88 g; suma cukrów prostych: 29.62 g; Woda: 1160.13 g; Popiół: 14.05 g;    |  |   |
| <b>niedziela 2024-11-24</b>  |  |   |
| <b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>  |  |   |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z<br>mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g<br>( <b>MLE</b> ), Wędlina wegetariańska 50g, Pomidor<br>50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,   | Pomidorowa z makaronem i ziel. pietruszką 300ml<br>( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Kotlety sojowe 3 szt.<br>( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem<br>200g, Surówka wielowarzywna z olejem 130g (*),<br>Kompot owocowy b/c 250ml ,   | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata<br>250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Ser żółty 60g<br>( <b>MLE</b> ), Papryka św. 50g, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),            |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2284.55 kcal; Energia: 10626.50 kJ; Białko ogółem: 80.24 g; białko zwierzęce: 60.09 g; białko roślinne: 18.04 g; Tłuszcz: 62.86 g; Węglowodany ogółem: 349.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.41 g; Sód: 2205.49 mg; Potas: 3536.86 mg; Wapń: 1612.99 mg; Fosfor: 1375.82 mg; Błonnik pokarmowy: 22.41 g; suma cukrów prostych: 44.86 g; Woda: 1333.03 g; Popiół: 16.39 g;  |  |   |
| <b>niedziela 2024-11-24</b>  |  |   |
| <b>Dieta: K. DIETA PŁYNNNA /III/ (13)</b>  |  |   |
| Kasza manna na mleku w proszku z masłem i<br>żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),  | Pomidorowa mikсовana z masłem, mięsem i<br>żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),   | Jarzynowa mikсовana z masłem, mięsem i<br>żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, *</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Biszkopty z herbatą 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ,<br/>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<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczerek  | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>poniedziałek 2024-11-25</b> <b>Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA II (1, C1)</b>   |  |   |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ), Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Ogórek św. 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,                      | Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/120 ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryż brązowy na sytko gotowany 200g, Surówka z czerwonej kapusty, jabłka i ciecierzycy 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> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Szyunka filet pieczony 50g (*), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Sok owocowo-warzywny 300ml ,   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2243.48 kcal; Energia: 8108.99 kJ; Białko ogółem: 92.39 g; białko zwierzęce: 34.03 g; białko roślinne: 24.41 g; Tłuszcz: 65.07 g; Węglowodany ogółem: 325.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.42 g; Sód: 1451.55 mg; Potas: 3828.59 mg; Wapń: 650.40 mg; Fosfor: 1315.13 mg; Błonnik pokarmowy: 35.15 g; suma cukrów prostych: 48.74 g; Woda: 1172.71 g; Popiół: 13.54 g;   |  |   |
| <b>poniedziałek 2024-11-25</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> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Szyunka gotowana 30g (*), Sałata ziel. 10g, Ogórek św. 90g, Pomarańcza 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jogurt naturalny 200g (1szt) ( <b>MLE</b> ),                          | Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ryż brązowy na sytko gotowany 200g, Surówka z czerwonej kapusty, jabłka i ciecierzycy 130g, 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> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Szyunka filet pieczony 50g (*), Pasta z zielonego groszku 40g, Pomidor 90g, Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Papryka św. 40g, Sok pomidorowy 1 szt. 330ml , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2253.44 kcal; Energia: 8841.33 kJ; Białko ogółem: 111.38 g; białko zwierzęce: 72.18 g; białko roślinne: 23.39 g; Tłuszcz: 68.29 g; Węglowodany ogółem: 302.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.78 g; Sód: 2170.77 mg; Potas: 4830.31 mg; Wapń: 1432.28 mg; Fosfor: 1990.67 mg; Błonnik pokarmowy: 37.41 g; suma cukrów prostych: 50.29 g; Woda: 1784.04 g; Popiół: 20.04 g; |  |   |
| <b>poniedziałek 2024-11-25</b> <b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>  |  |   |
| Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ),   |  | Szyunka gotowana 30g (*),   |
| <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 2024-11-25</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA III (2, 9, C2)</b>  |  |   |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,   | Selerowa z zieloną pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/120 ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryż brązowy na sytko 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> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Szyunka filet pieczony 50g (*), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Sok owocowo-warzywny 300ml ,   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2248.35 kcal; Energia: 8428.12 kJ; Białko ogółem: 97.48 g; białko zwierzęce: 48.95 g; białko roślinne: 22.18 g; Tłuszcz: 58.93 g; Węglowodany ogółem: 332.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.10 g; Sód: 1581.62 mg; Potas: 3749.97 mg; Wapń: 936.14 mg; Fosfor: 1416.91 mg; Błonnik pokarmowy: 30.55 g; suma cukrów prostych: 59.83 g; Woda: 1339.49 g; Popiół: 14.59 g;   |  |   |
| <b>poniedziałek 2024-11-25</b> <b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ VII (9)</b>   |  |   |
| Szyunka gotowana 50g (*),   | Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ),  |   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 285.63 kcal; Energia: 930.05 kJ; Białko ogółem: 19.27 g; białko zwierzęce: 13.20 g; białko roślinne: 0.77 g; Tłuszcz: 12.82 g; Węglowodany ogółem: 23.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.76 g; Sód: 524.85 mg; Potas: 632.60 mg; Wapń: 26.90 mg; Fosfor: 314.90 mg; Błonnik pokarmowy: 2.24 g; suma cukrów prostych: 1.72 g; Woda: 140.44 g; Popiół: 1.42 g;                |  |   |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Kamieńskiego  |  |  |
|--|--|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>poniedziałek 2024-11-25</b>   |  |  |
| <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>   |  |  |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</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> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,   | Selerowa z zieloną pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/120 ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryż na sypko gotowany 200g, Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,   | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Szyńska filet pieczony 50g (*), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b><br>Sok owocowo-warzywny 300ml ,   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2281.38 kcal; Energia: 8303.39 kJ; Białko ogółem: 96.80 g; białko zwierzęce: 54.11 g; białko roślinne: 18.70 g; Tłuszcz: 64.05 g; Węglowodany ogółem: 330.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.76 g; Sód: 1582.89 mg; Potas: 3435.55 mg; Wapń: 966.67 mg; Fosfor: 1322.65 mg; Błonnik pokarmowy: 27.56 g; suma cukrów prostych: 54.40 g; Woda: 1423.80 g; Popiół: 12.41 g;        |  |  |
| <b>poniedziałek 2024-11-25</b>   |  |  |
| <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>  |  |  |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</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> ), Szyńska got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jogurt owocowy 200g (1szt) ( <b>MLE</b> ), | Selerowa z zieloną pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/120 ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryż na sypko gotowany 200g, Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,   | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Szyńska filet pieczony 50g (*), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b><br>Sok owocowo-warzywny 300ml ,   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2236.08 kcal; Energia: 7955.92 kJ; Białko ogółem: 91.21 g; białko zwierzęce: 51.64 g; białko roślinne: 18.70 g; Tłuszcz: 63.03 g; Węglowodany ogółem: 317.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.21 g; Sód: 1429.02 mg; Potas: 3498.79 mg; Wapń: 1000.20 mg; Fosfor: 1295.95 mg; Błonnik pokarmowy: 26.22 g; suma cukrów prostych: 60.38 g; Woda: 1425.13 g; Popiół: 12.24 g;       |  |  |
| <b>poniedziałek 2024-11-25</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> ), Szyńska got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Ogórek św. 90g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jogurt naturalny 200g (1szt) ( <b>MLE</b> ),   | Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Surówka z czerwonej kapusty, jabłka i ciecierzy 130g, Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,   | Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata 250ml b/c, Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Szyńska filet pieczony 50g (*), Pomidor 90g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b><br>Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 35g, Papryka św. 40g, Sok pomidorowy 1 szt. 330ml , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2276.64 kcal; Energia: 9195.67 kJ; Białko ogółem: 115.08 g; białko zwierzęce: 79.58 g; białko roślinne: 22.69 g; Tłuszcz: 71.52 g; Węglowodany ogółem: 307.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.15 g; Sód: 1824.24 mg; Potas: 4986.36 mg; Wapń: 1547.28 mg; Fosfor: 2091.32 mg; Błonnik pokarmowy: 36.80 g; suma cukrów prostych: 53.47 g; Woda: 1871.96 g; Popiół: 20.70 g;      |  |  |
| <b>poniedziałek 2024-11-25</b>   |  |  |
| <b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>  |  |  |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</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 40g, Sałata ziel. 35g, Pomarańcza 1 szt. ,  | Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/120 ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryż brązowy na sypko gotowany 200g, Surówka z czerwonej kapusty, jabłka i ciecierzy 130g, Kompot owocowy b/c 250ml ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>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> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Szyńska filet pieczony 50g (*), Sałata ziel. 35g, Pomidor 40g, <b>Posiłek nocny:</b><br>Sok owocowo-warzywny 300ml ,   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2268.88 kcal; Energia: 8581.32 kJ; Białko ogółem: 103.48 g; białko zwierzęce: 47.49 g; białko roślinne: 22.04 g; Tłuszcz: 67.99 g; Węglowodany ogółem: 330.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.12 g; Sód: 1461.19 mg; Potas: 4151.54 mg; Wapń: 1048.68 mg; Fosfor: 1565.71 mg; Błonnik pokarmowy: 35.91 g; suma cukrów prostych: 59.17 g; Woda: 1467.65 g; Popiół: 15.27 g;      |  |  |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Kamieńskiego   |   |  |
|---|---|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>poniedziałek 2024-11-25</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>  |   |  |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Pomarańcza 1 szt. ,  | Selerowa z zieloną pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Potrawka drobiowa gotowana 80/120 ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryż brązowy na sytko gotowany 200g, Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>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> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Szyunka filet pieczony 50g (*), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Sok owocowo-warzywny 300ml ,  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2260.92 kcal; Energia: 8340.26 kJ; Białko ogółem: 98.33 g; białko zwierzęce: 51.31 g; białko roślinne: 20.67 g; Tłuszcz: 62.50 g; Węglowodany ogółem: 322.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.29 g; Sód: 1547.52 mg; Potas: 3736.66 mg; Wapń: 1116.28 mg; Fosfor: 1510.96 mg; Błonnik pokarmowy: 32.20 g; suma cukrów prostych: 60.19 g; Woda: 1487.62 g; Popiół: 15.40 g;  |   |  |
| <b>poniedziałek 2024-11-25</b> <b>Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI/ (7, 8)</b>   |   |  |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z białka jaja 50g ( <b>JAJ</b> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,   | Selerowa z zieloną pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ryż brązowy na sytko 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 10g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Szyunka filet pieczony 50g (*), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Sok owocowo-warzywny 300ml , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2256.37 kcal; Energia: 9077.25 kJ; Białko ogółem: 102.51 g; białko zwierzęce: 70.40 g; białko roślinne: 20.75 g; Tłuszcz: 56.34 g; Węglowodany ogółem: 357.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.96 g; Sód: 1760.85 mg; Potas: 4301.45 mg; Wapń: 1129.16 mg; Fosfor: 1775.40 mg; Błonnik pokarmowy: 29.69 g; suma cukrów prostych: 67.95 g; Woda: 1522.98 g; Popiół: 16.58 g; |   |  |
| <b>poniedziałek 2024-11-25</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> ), Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Miód 25g /1szt./, Sałata ziel. 10g, Pomidor 50g, Banan 1 szt. ,   | Selerowa z zieloną pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Filet drob. w jarzyn. gotowany 40/50 ( <b>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 kalafiorowa 40g, Twaróg krojony 40g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Sok owocowo-warzywny 300ml ,          |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2305.82 kcal; Energia: 8960.55 kJ; Białko ogółem: 44.72 g; białko zwierzęce: 29.11 g; białko roślinne: 13.77 g; Tłuszcz: 73.91 g; Węglowodany ogółem: 354.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.26 g; Sód: 1954.33 mg; Potas: 3245.41 mg; Wapń: 545.92 mg; Fosfor: 913.79 mg; Błonnik pokarmowy: 23.21 g; suma cukrów prostych: 48.56 g; Woda: 1102.15 g; Popiół: 13.04 g;    |   |  |
| <b>poniedziałek 2024-11-25</b> <b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>  |   |  |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajka gotowane 2szt. ( <b>JAJ</b> ), Ogórek św. 50g, Sałata ziel. 10g, Banan 1 szt. ,   | Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, *</b> ), Papryka faszerowana 300g ( <b>SEL</b> ), Surówka z czerwonej kapusty, jabłka i ciecierzycy 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> ), Pasta kalafiorowa 40g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Sok owocowo-warzywny 300ml ,          |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2229.95 kcal; Energia: 9607.23 kJ; Białko ogółem: 117.41 g; białko zwierzęce: 88.91 g; białko roślinne: 22.27 g; Tłuszcz: 72.78 g; Węglowodany ogółem: 310.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.80 g; Sód: 1434.80 mg; Potas: 5000.04 mg; Wapń: 1510.39 mg; Fosfor: 2007.39 mg; Błonnik pokarmowy: 29.08 g; suma cukrów prostych: 80.80 g; Woda: 1965.21 g; Popiół: 19.03 g; |   |  |
| <b>poniedziałek 2024-11-25</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> ),  | Selerowa 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> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Suchary z herbatą 150ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1125.39 kcal; Energia: 4795.93 kJ; Białko ogółem: 50.36 g; białko zwierzęce: 28.22 g; białko roślinne: 12.95 g; Tłuszcz: 49.54 g; Węglowodany ogółem: 156.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.22 g; Sód: 750.21 mg; Potas: 2754.35 mg; Wapń: 773.35 mg; Fosfor: 1331.69 mg; Błonnik pokarmowy: 12.82 g; suma cukrów prostych: 26.29 g; Woda: 585.50 g; Popiół: 9.85 g;      |   |  |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Kamieńskiego  |  |  |
|--|--|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczerek  | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>wtorek 2024-11-26</b>   |  |  |
| <b>Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA /II/ (1, C1)</b>   |  |  |
| Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ),<br>Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa<br>inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex<br>20g ( <b>MLE</b> ), Połędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ),<br>Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Papryka św. 50g, Sałata<br>ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,                                | Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Udko opiekane 130g ,<br>Ziemniaki gotowane 200g, Mizeria z jogurtem i<br>papryką 130g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250 ml ,   | Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ),<br>Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ),<br>Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ),<br>Sałatka makaronowa z szynką, marchewką i<br>selerem 200g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, *</b> ),<br>Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy 200g ,   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2332.60 kcal; Energia: 8736.71 kJ; Białko ogółem: 93.58 g; białko zwierzęce: 84.25 g; białko roślinne: 23.28 g; Tłuszcz: 64.15 g; Węglowodany ogółem: 291.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.17 g; Sód: 1435.82 mg; Potas: 3970.22 mg; Wapń: 1166.12 mg; Fosfor: 1589.85 mg; Błonnik pokarmowy: 23.35 g; suma cukrów prostych: 42.02 g; Woda: 1481.88 g; Popiół: 15.27 g; |  |  |
| <b>wtorek 2024-11-26</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> ),<br>Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło<br>ex 10g ( <b>MLE</b> ), Połędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b><br>( <b>SEL</b> ), Jajko gotowane m 1 szt.<br>( <b>JAJ</b> ), Papryka św. 90g, Sałata ziel. 10g ,<br>Jabłko des. 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Kisiel owocowy B/C 200ml (*),  | Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Udko w jarzynach 130/50<br>( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Mizeria z<br>jogurtem i papryką 130g ( <b>MLE</b> ), Buraczki z olejem<br>gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml , | Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ),<br>Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ),<br>Galaretki drobiowa 200g ( <b>SKR, JAJ, SEL</b> ),<br>Brokuły gotowane 40g, Pomidor 90g, Sałata<br>ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ),<br>Szynka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),<br>Ogórek św. 40g, Sok wielowarzywny<br>1szt. 300ml , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2212.73 kcal; Energia: 7644.24 kJ; Białko ogółem: 97.38 g; białko zwierzęce: 76.25 g; białko roślinne: 18.25 g; Tłuszcz: 66.08 g; Węglowodany ogółem: 257.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.50 g; Sód: 2128.43 mg; Potas: 4293.62 mg; Wapń: 697.61 mg; Fosfor: 1463.14 mg; Błonnik pokarmowy: 27.72 g; suma cukrów prostych: 26.03 g; Woda: 1447.44 g; Popiół: 15.68 g;  |  |  |
| <b>wtorek 2024-11-26</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> ),  |  | Szynka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 100.17 kcal; Energia: 506.00 kJ; Białko ogółem: 8.92 g; białko zwierzęce: 8.00 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 3.25 g; Węglowodany ogółem: 1.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.00 g; Sód: 471.93 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>wtorek 2024-11-26</b>   |  |  |
| <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA /III/ (2, 9, C2)</b>  |  |  |
| Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa<br>inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g<br>( <b>MLE</b> ), Połędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ),<br>Paszтет drobiowy 50g - 1/5 szt. ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),<br>Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko<br>des. 1 szt. ,  | Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Udko w sosie potrawkowym<br>duszone 130/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Ziemniaki<br>gotowane 200g, Marchew oprószana gotowana<br>130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,    | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata<br>250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka<br>makaronowa z szynką, marchewką i selerem<br>200g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, *</b> ), Pomidor<br>50g, Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy 200g ,  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2322.98 kcal; Energia: 8844.56 kJ; Białko ogółem: 86.57 g; białko zwierzęce: 67.75 g; białko roślinne: 24.96 g; Tłuszcz: 62.74 g; Węglowodany ogółem: 306.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.99 g; Sód: 1355.98 mg; Potas: 4333.35 mg; Wapń: 770.93 mg; Fosfor: 1364.58 mg; Błonnik pokarmowy: 26.27 g; suma cukrów prostych: 39.25 g; Woda: 1434.05 g; Popiół: 13.89 g;  |  |  |
| <b>wtorek 2024-11-26</b>   |  |  |
| <b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ /VII/ (9)</b>   |  |  |
| Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ),  | Udko w jarzynach 130/50 ( <b>SEL</b> ),  |  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 516.70 kcal; Energia: 1736.15 kJ; Białko ogółem: 24.69 g; białko zwierzęce: 38.24 g; białko roślinne: 0.49 g; Tłuszcz: 20.40 g; Węglowodany ogółem: 3.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.19 g; Sód: 312.35 mg; Potas: 771.20 mg; Wapń: 74.90 mg; Fosfor: 573.30 mg; Błonnik pokarmowy: 1.28 g; suma cukrów prostych: 0.87 g; Woda: 232.26 g; Popiół: 3.02 g;               |  |  |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Kamieńskiego   |   |   |
|---|---|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczerek   | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>wtorek 2024-11-26</b>  |   |   |
| <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>  |   |   |
| Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z<br>mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g<br>( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ),<br>Pomidor b/skórki 50g, Pasta z kurczaka i<br>warzyw 50g ( <b>SEL</b> ), Sałata ziel. 10g, Jabłko<br>gotowane 1 szt. ,  | Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Udko w jarzynach 130/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki<br>gotowane 200g, Marchew oprószana gotowana<br>130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,  | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata<br>250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyunka<br>delikatesowa 60g (*), Pomidor b/skórki 50g,<br>Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy 200g ,  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2285.99 kcal; Energia: 8647.94 kJ; Białko ogółem: 89.07 g; białko zwierzęce: 70.12 g; białko roślinne: 16.62 g; Tłuszcz: 60.54 g; Węglowodany ogółem: 303.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.83 g; Sód: 1870.74 mg; Potas: 4652.53 mg; Wapń: 753.37 mg; Fosfor: 1481.58 mg; Błonnik pokarmowy: 24.39 g; suma cukrów prostych: 40.92 g; Woda: 1504.61 g; Popiół: 15.89 g;   |   |   |
| <b>wtorek 2024-11-26</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> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z<br>mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g<br>( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ), Pasta<br>z kurczaka i warzyw 50g ( <b>SEL</b> ), Pomidor<br>b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane<br>1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Bułka drożdżowa 1 szt. ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),<br>Herbata owocowa b/c 250ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), | Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Udko w jarzynach 130/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki<br>gotowane 200g, Marchew oprószana gotowana<br>130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,  | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata<br>250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka<br>delikatesowa 60g (*), Pomidor b/skórki 50g,<br>Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy 200g ,  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2293.34 kcal; Energia: 8677.65 kJ; Białko ogółem: 95.22 g; białko zwierzęce: 70.30 g; białko roślinne: 22.59 g; Tłuszcz: 62.08 g; Węglowodany ogółem: 304.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.41 g; Sód: 1682.40 mg; Potas: 4661.16 mg; Wapń: 756.40 mg; Fosfor: 1452.79 mg; Błonnik pokarmowy: 24.33 g; suma cukrów prostych: 55.13 g; Woda: 1490.79 g; Popiół: 15.38 g;   |   |   |
| <b>wtorek 2024-11-26</b>  |   |   |
| <b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ (6)</b>   |   |   |
| Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło<br>ex 10g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b><br>) , Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g ,<br>Papryka św. 90g, Jabłko des. 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Kisiel owocowy B/C 200ml (*),  | Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Udko w jarzynach 130/50<br>( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Kompot z<br>malinami 250ml, Mizeria z jogurtem i papryką 130g<br>( <b>MLE</b> ), Buraczki z olejem gotowane 130g, Kompot<br>owocowy b/c 250ml ,  | Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pieczywo graham K 100g<br>( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Galaretko<br>drobiowa 200g ( <b>SKR, JAJ, SEL</b> ), Pomidor 90g,<br>Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ),<br>Szyunka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Sałata ziel. 35g, Ogórek św. 40g, Sok<br>wielowarzywny 1szt. 300ml , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2238.08 kcal; Energia: 7607.04 kJ; Białko ogółem: 98.61 g; białko zwierzęce: 78.55 g; białko roślinne: 17.17 g; Tłuszcz: 64.97 g; Węglowodany ogółem: 273.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.36 g; Sód: 2052.88 mg; Potas: 4300.65 mg; Wapń: 821.61 mg; Fosfor: 1373.86 mg; Błonnik pokarmowy: 27.36 g; suma cukrów prostych: 43.07 g; Woda: 1506.57 g; Popiół: 15.81 g;   |   |   |
| <b>wtorek 2024-11-26</b>  |   |   |
| <b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>   |   |   |
| Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z<br>mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g<br>( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ), Ser<br>żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 35g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jabłko des. 1 szt. ,  | Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Udko opiekane 130g, Mizeria z<br>jogurtem i papryką 130g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy<br>b/c 250ml, Ziemniaki gotowane 200g ,<br><b>Podwieczerek:</b><br>Bułka drożdżowa 1 szt. ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),<br>Herbata owocowa b/c 250ml ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ), | Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml<br>b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), szynka gotowana<br>60g (*), Sałata ziel. 35g, Pomidor 40g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy 200g ,  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2245.45 kcal; Energia: 8501.85 kJ; Białko ogółem: 86.85 g; białko zwierzęce: 74.58 g; białko roślinne: 20.81 g; Tłuszcz: 62.96 g; Węglowodany ogółem: 286.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.34 g; Sód: 1915.44 mg; Potas: 3966.15 mg; Wapń: 1004.62 mg; Fosfor: 1410.85 mg; Błonnik pokarmowy: 18.73 g; suma cukrów prostych: 52.60 g; Woda: 1412.16 g; Popiół: 14.89 g;  |   |   |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Kamieńskiego  |   |  |
|--|---|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>wtorek 2024-11-26</b>   |   |  |
| <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>  |   |  |
| Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z<br>mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g<br>( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ),<br>Paszтет drobiowy 50g - 1/3 szt. ( <b>GLU, SOJ,</b><br><b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g , Pomidor 50g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jabłko des. 1 szt. ,                                    | Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU,</b><br><b>JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Udko w sosie potrawkowym<br>duszone 130/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Marchew<br>oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot<br>owocowy b/c 250ml , Ziemniaki gotowane 200g ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Bułka drożdżowa 1 szt. ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),<br>Herbata owocowa b/c 250ml ( <b>GLU, SOJ, SEL,</b><br><b>GOR</b> ), | Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml<br>b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), szynka gotowana<br>60g (*), Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy 200g ,   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2220.89 kcal; Energia: 8246.36 kJ; Białko ogółem: 90.22 g; białko zwierzęce: 67.54 g; białko roślinne: 23.42 g; Tłuszcz: 61.35 g; Węglowodany ogółem: 284.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.27 g; Sód: 1843.40 mg; Potas: 4053.71 mg; Wapń: 741.41 mg; Fosfor: 1254.85 mg; Błonnik pokarmowy: 22.36 g; suma cukrów prostych: 53.40 g; Woda: 1374.10 g; Popiół: 13.49 g;  |   |  |
| <b>wtorek 2024-11-26</b>   |   |  |
| <b>Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI/ (7, 8)</b>   |   |  |
| Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z<br>mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g<br>( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium 30g ( <b>SOJ, *</b> ), Pasta<br>z kurczaka i warzyw 50g ( <b>SEL</b> ), Pomidor 50g ,<br>Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. ,   | Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE,</b><br><b>SEL, *</b> ), Udko w jarzynach 130/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki<br>gotowane 200g , Marchew oprószana gotowana<br>130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,   | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata<br>250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), szynka<br>gotowana 60g (*), Pomidor 50g , Sałata ziel.<br>10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy 200g ,   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2242.41 kcal; Energia: 8275.85 kJ; Białko ogółem: 93.66 g; białko zwierzęce: 79.16 g; białko roślinne: 18.38 g; Tłuszcz: 56.06 g; Węglowodany ogółem: 298.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.76 g; Sód: 1793.13 mg; Potas: 4556.39 mg; Wapń: 899.63 mg; Fosfor: 1459.16 mg; Błonnik pokarmowy: 23.75 g; suma cukrów prostych: 46.70 g; Woda: 1536.50 g; Popiół: 14.58 g;  |   |  |
| <b>wtorek 2024-11-26</b>   |   |  |
| <b>Dieta: K. DIETA NISKOBIAŁKOWA /VIII/ (10)</b>   |   |  |
| Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g<br>( <b>MLE</b> ), Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ,</b><br><b>GOR, *</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko<br>des. 1 szt. ,   | Ziemniaczanka z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE,</b><br><b>SEL, *</b> ), Udko w jarzynach 40/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki<br>gotowane 200g , Marchew oprószana gotowana<br>130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,  | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata<br>250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g ,<br>Sałata ziel. 10g , Sałatka niskobiałkowa<br>makaronowa z brokułem 200g ( <b>GLU, JAJ,</b><br><b>MLE</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy 200g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2247.61 kcal; Energia: 8316.51 kJ; Białko ogółem: 52.69 g; białko zwierzęce: 33.60 g; białko roślinne: 21.45 g; Tłuszcz: 72.04 g; Węglowodany ogółem: 318.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.36 g; Sód: 1183.38 mg; Potas: 4127.56 mg; Wapń: 561.09 mg; Fosfor: 996.66 mg; Błonnik pokarmowy: 26.03 g; suma cukrów prostych: 32.26 g; Woda: 1259.31 g; Popiół: 12.42 g;   |   |  |
| <b>wtorek 2024-11-26</b>   |   |  |
| <b>Dieta: K. DIETA WEGETARIANSKA (1 WE)</b>  |   |  |
| Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z<br>mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g<br>( <b>MLE</b> ), Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ,</b><br><b>GOR, *</b> ), Papryka św. 50g , Sałata ziel. 10g ,<br>Jabłko des. 1 szt. ,   | Żurek z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU,</b><br><b>JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Zapiekanka z warzywami 300g<br>( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Mizeria z jogurtem i<br>papryką 130g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,   | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata<br>250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka wege<br>makaronowa z brokułem 200g ( <b>GLU, JAJ,</b><br><b>MLE</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy 200g ,             |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2246.12 kcal; Energia: 9011.27 kJ; Białko ogółem: 87.55 g; białko zwierzęce: 61.96 g; białko roślinne: 23.28 g; Tłuszcz: 68.13 g; Węglowodany ogółem: 329.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.94 g; Sód: 1249.79 mg; Potas: 4323.05 mg; Wapń: 1202.15 mg; Fosfor: 1401.07 mg; Błonnik pokarmowy: 22.97 g; suma cukrów prostych: 54.92 g; Woda: 1662.57 g; Popiół: 37.24 g; |   |  |
| <b>wtorek 2024-11-26</b>   |   |  |
| <b>Dieta: K. DIETA PŁYNNNA /III/ (13)</b>  |   |  |
| Kasza manna na mleku w proszku z masłem i<br>żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),  | Ziemniaczanka miksowana z masłem, mięsem i<br>żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ),   | Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i<br>żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, *</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Biszkopty z herbatą 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ,</b><br><b>MLE, *</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1113.87 kcal; Energia: 5098.64 kJ; Białko ogółem: 35.90 g; białko zwierzęce: 20.46 g; białko roślinne: 15.45 g; Tłuszcz: 51.12 g; Węglowodany ogółem: 158.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.89 g; Sód: 645.40 mg; Potas: 2684.74 mg; Wapń: 734.34 mg; Fosfor: 1157.29 mg; Błonnik pokarmowy: 11.10 g; suma cukrów prostych: 34.19 g; Woda: 509.20 g; Popiół: 8.97 g;     |   |  |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Kamieńskiego  |   |  |
|--|---|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczerek   | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>środa 2024-11-27</b> <b>Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA II/ (1, C1)</b>  |   |  |
| Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ),<br>Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ),<br>Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ),<br>Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z tuńczyka i jaja z ciecierzycą 50g ( <b>JAJ, MCK</b> ), Szyunka filet pieczony 30g (*), Ogórek św. 50g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,              | Jarzynowa 8 skł. z ziemniakami i 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 marchwi i jabłka 130g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250 ml ,             | Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ),<br>Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ),<br>Herbata 250ml b/c, Połędwica Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Papryka św. 50g, Sałata ziel. 10g, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2328.84 kcal; Energia: 8648.37 kJ; Białko ogółem: 104.84 g; białko zwierzęce: 52.11 g; białko roślinne: 22.08 g; Tłuszcz: 66.48 g; Węglowodany ogółem: 288.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.07 g; Sód: 1308.31 mg; Potas: 3581.89 mg; Wapń: 808.32 mg; Fosfor: 1491.39 mg; Błonnik pokarmowy: 30.68 g; suma cukrów prostych: 39.71 g; Woda: 1299.79 g; Popiół: 24.76 g; |   |  |
| <b>środa 2024-11-27</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> ),<br>Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z tuńczyka i jaja 50g ( <b>JAJ, GOR, MCK</b> ), Szyunka filet pieczony 30g (*), Szyunka gotowana 30g (*), Ogórek św. 90g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Sok pomidorowy 1 szt. 330ml ,   | Jarzynowa 8 skł. z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z marchwi i jabłka 130g ( <b>MLE</b> ), Brokuły gotowane 130g, Kompot owocowy b/c 250ml , | Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ),<br>Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ),<br>Połędwica Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ), Papryka św. 90g, Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 40g, Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2249.56 kcal; Energia: 7909.70 kJ; Białko ogółem: 94.55 g; białko zwierzęce: 44.03 g; białko roślinne: 20.64 g; Tłuszcz: 69.28 g; Węglowodany ogółem: 282.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.82 g; Sód: 1970.43 mg; Potas: 4677.65 mg; Wapń: 1047.25 mg; Fosfor: 1351.09 mg; Błonnik pokarmowy: 36.88 g; suma cukrów prostych: 42.27 g; Woda: 1584.86 g; Popiół: 27.74 g; |   |  |
| <b>środa 2024-11-27</b> <b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>  |   |  |
| Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ),  |   | Hummus 55g (1/2) ( <b>SEL, GOR, *</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 216.85 kcal; Energia: 423.36 kJ; Białko ogółem: 8.52 g; białko zwierzęce: 8.93 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 8.47 g; Węglowodany ogółem: 6.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.87 g; Sód: 287.65 mg; Potas: 26.56 mg; Wapń: 258.24 mg; Fosfor: 165.12 mg; Błonnik pokarmowy: 2.42 g; suma cukrów prostych: 0.03 g; Woda: 14.37 g; Popiół: 1.34 g;                    |   |  |
| <b>środa 2024-11-27</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> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta z jaja i wędliny 50g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, *</b> ), Szyunka filet pieczony 30g (*), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza 1 szt. ,   | Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, 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 20g ( <b>MLE</b> ), Połędwica Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2301.62 kcal; Energia: 8770.68 kJ; Białko ogółem: 90.61 g; białko zwierzęce: 33.57 g; białko roślinne: 21.24 g; Tłuszcz: 59.84 g; Węglowodany ogółem: 334.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.12 g; Sód: 1289.65 mg; Potas: 3654.56 mg; Wapń: 788.39 mg; Fosfor: 1213.21 mg; Błonnik pokarmowy: 29.86 g; suma cukrów prostych: 44.00 g; Woda: 1236.01 g; Popiół: 13.00 g;  |   |  |
| <b>środa 2024-11-27</b> <b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ VII/ (9)</b>  |   |  |
| Twaróg krojony 100g ( <b>MLE</b> ),  | Zraz drobiowy w jarzynach 80/50 ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ),   |  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 312.25 kcal; Energia: 872.20 kJ; Białko ogółem: 19.59 g; białko zwierzęce: 7.83 g; białko roślinne: 1.26 g; Tłuszcz: 9.73 g; Węglowodany ogółem: 18.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.28 g; Sód: 163.70 mg; Potas: 371.35 mg; Wapń: 128.35 mg; Fosfor: 299.35 mg; Błonnik pokarmowy: 3.31 g; suma cukrów prostych: 5.39 g; Woda: 146.05 g; Popiół: 1.62 g;                |   |  |



## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Kamieńskiego  |  |   |
|--|--|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>środa 2024-11-27</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>   |  |   |
| Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z<br>mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g<br>( <b>MLE</b> ), Pasta z białka jaja i wędliny 50g ( <b>JAJ</b> ,<br><b>SOJ, MLE, *</b> ), Szyńka filet pieczony 30g (*),<br>Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Mus z<br>jabłka 150g,  | Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml<br>( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Risotto z mięsem drob. i<br>jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120<br>( <b>GLU, SEL, *</b> ), Jarzynka z wody gotowana 130g<br>( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml,   | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata<br>250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Polędwica<br>Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor b/skórki 50g,<br>Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2288.18 kcal; Energia: 8545.57 kJ; Białko ogółem: 95.84 g; białko zwierzęce: 38.96 g; białko roślinne: 22.01 g; Tłuszcz: 53.28 g; Węglowodany ogółem: 357.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.61 g; Sód: 1314.25 mg; Potas: 3711.65 mg; Wapń: 918.28 mg; Fosfor: 1162.81 mg; Błonnik pokarmowy: 29.66 g; suma cukrów prostych: 50.75 g; Woda: 1318.37 g; Popiół: 13.18 g;  |  |   |
| <b>środa 2024-11-27</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>  |  |   |
| Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z<br>mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g<br>( <b>MLE</b> ), Pasta z białka jaja i wędliny 50g ( <b>JAJ</b> ,<br><b>SOJ, MLE, *</b> ), Szyńka filet pieczony 30g (*),<br>Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Mus z<br>jabłka 150g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Sok owocowo-warzywny 300ml, | Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml<br>( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Risotto z mięsem drob. i<br>jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120<br>( <b>GLU, SEL, *</b> ), Jarzynka z wody gotowana 130g<br>( <b>SEL</b> ),   | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata<br>250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica<br>Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor b/skórki 50g,<br>Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2258.88 kcal; Energia: 8041.25 kJ; Białko ogółem: 97.14 g; białko zwierzęce: 39.82 g; białko roślinne: 21.52 g; Tłuszcz: 58.85 g; Węglowodany ogółem: 339.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.56 g; Sód: 1035.75 mg; Potas: 3648.86 mg; Wapń: 916.20 mg; Fosfor: 1116.35 mg; Błonnik pokarmowy: 28.29 g; suma cukrów prostych: 54.90 g; Woda: 1334.57 g; Popiół: 12.22 g;  |  |   |
| <b>środa 2024-11-27</b> <b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ (6)</b>  |  |   |
| Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa<br>inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex<br>10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z jaja i wędliny 50g ( <b>JAJ</b> ,<br><b>SOJ, MLE, *</b> ), Szyńka filet pieczony 30g (*),<br>Ogórek św. 90g, Sałata ziel. 10g, Pomarańcza<br>1 szt.,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Sok pomidorowy 1 szt. 330ml,  | Jarzynowa 8 skl. z ziemniakami i ziel. pietruszką<br>300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Zraz drobiowy w<br>jarzynach 80/50 ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki<br>gotowane 200g, Surówka z marchwi i jabłka 130g<br>( <b>MLE</b> ), Brokuły gotowane 130g, Kompot owocowy<br>b/c 250ml,  | Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ),<br>Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ),<br>Polędwica Premium 60g ( <b>SOJ, *</b> ), Papryka św.<br>90g, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Ser<br>żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 40g, Jogurt naturalny<br>150g (1szt) ( <b>MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2230.08 kcal; Energia: 8446.18 kJ; Białko ogółem: 95.88 g; białko zwierzęce: 47.47 g; białko roślinne: 21.02 g; Tłuszcz: 69.69 g; Węglowodany ogółem: 289.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.72 g; Sód: 1782.21 mg; Potas: 4801.11 mg; Wapń: 1134.42 mg; Fosfor: 1451.68 mg; Błonnik pokarmowy: 35.11 g; suma cukrów prostych: 44.77 g; Woda: 1661.45 g; Popiół: 28.40 g; |  |   |
| <b>środa 2024-11-27</b> <b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>  |  |   |
| Kasza kukurydza na mleku 300ml ( <b>MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z<br>mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g<br>( <b>MLE</b> ), Pasta z jaja i wędliny 50g ( <b>JAJ, SOJ</b> ,<br><b>MLE, *</b> ), Szyńka filet pieczony 30g (*), Sałata<br>ziel. 35g, Pomidor 50g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Pomarańcza 1 szt.,   | Jarzynowa 8 skl. z ziemniakami i ziel. pietruszką<br>300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Risotto z mięsem drob.<br>i jarzynami z sosem pomidor. gotowane 300/120<br>( <b>GLU, SEL, *</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml,<br>Surówka z marchwi i jabłka 130g ( <b>MLE</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>Sok owocowo-warzywny 300ml, | Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml<br>b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica Premium<br>60g ( <b>SOJ, *</b> ), Sałata ziel. 35g, Pomidor 40g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2288.62 kcal; Energia: 8360.27 kJ; Białko ogółem: 90.87 g; białko zwierzęce: 34.41 g; białko roślinne: 19.73 g; Tłuszcz: 65.09 g; Węglowodany ogółem: 319.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.21 g; Sód: 944.55 mg; Potas: 3563.28 mg; Wapń: 815.11 mg; Fosfor: 1149.35 mg; Błonnik pokarmowy: 27.57 g; suma cukrów prostych: 50.21 g; Woda: 1316.32 g; Popiół: 23.10 g;   |  |   |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Kamieńskiego   |   |   |
|---|---|---|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny  |
| <b>środa 2024-11-27</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> ), Pasta z jaja i wędliny 50g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, *</b> ), Szyńka filet pieczony 30g (*), Pomidor 50g, Sałata ziel. 35g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Pomarańcza 1 szt. ,  | Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, 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 ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Sok owocowo-warzywny 300ml , | 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 ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2264.07 kcal; Energia: 8224.27 kJ; Białko ogółem: 91.61 g; białko zwierzęce: 33.93 g; białko roślinne: 20.95 g; Tłuszcz: 61.49 g; Węglowodany ogółem: 322.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.76 g; Sód: 1012.90 mg; Potas: 3696.33 mg; Wapń: 798.61 mg; Fosfor: 1179.05 mg; Błonnik pokarmowy: 30.07 g; suma cukrów prostych: 49.71 g; Woda: 1332.59 g; Popiół: 12.63 g;   |   |   |
| <b>środa 2024-11-27</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> ), Pasta z białka jaja i wędliny 50g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, *</b> ), Szyńka filet pieczony 30g (*), Sałata ziel. 10g , Pomidor 50g , Pomarańcza 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> ), 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 50g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2247.31 kcal; Energia: 9095.40 kJ; Białko ogółem: 105.94 g; białko zwierzęce: 57.03 g; białko roślinne: 13.64 g; Tłuszcz: 55.33 g; Węglowodany ogółem: 353.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.75 g; Sód: 1964.61 mg; Potas: 3965.19 mg; Wapń: 1268.24 mg; Fosfor: 1363.28 mg; Błonnik pokarmowy: 29.14 g; suma cukrów prostych: 67.93 g; Woda: 1568.86 g; Popiół: 15.90 g; |   |   |
| <b>środa 2024-11-27</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> ), Dżem 2 szt. 50g , Szyńka filet pieczony 30g (*), Sałata ziel. 10g , Pomidor 50g , Pomarańcza 1 szt. ,   | Jarzynowa z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kluski śląskie z sosem potrawkowym z kurczakiem (30g) 300/100 ( <b>GLU, JAJ</b> ), Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,   | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 30g ( <b>MLE</b> ), Pasta jarzynowa z koperkiem 50g ( <b>SEL</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy 200g ,                               |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2289.42 kcal; Energia: 8571.97 kJ; Białko ogółem: 47.09 g; białko zwierzęce: 24.98 g; białko roślinne: 21.61 g; Tłuszcz: 68.77 g; Węglowodany ogółem: 328.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.28 g; Sód: 797.45 mg; Potas: 4113.00 mg; Wapń: 360.61 mg; Fosfor: 948.47 mg; Błonnik pokarmowy: 30.17 g; suma cukrów prostych: 61.02 g; Woda: 1135.08 g; Popiół: 11.09 g;     |   |   |
| <b>środa 2024-11-27</b> <b>Dieta: K. DIETA WEGETARIANSKA (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 , Dżem 2 szt. 50g , Sałata ziel. 10g , Ogórek św. 50g , Pomarańcza 1 szt. ,  | Jarzynowa 8 skł. z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kluski śląskie w sosie jarzynowym z serem 300/200g H ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Surówka z marchwi i jabłka 130g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,  | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pasta jarzynowa z koperkiem 50g ( <b>SEL</b> ), Papryka św. 50g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2291.33 kcal; Energia: 9772.10 kJ; Białko ogółem: 85.77 g; białko zwierzęce: 62.58 g; białko roślinne: 21.39 g; Tłuszcz: 71.64 g; Węglowodany ogółem: 355.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.60 g; Sód: 1013.03 mg; Potas: 4979.52 mg; Wapń: 1403.67 mg; Fosfor: 1524.67 mg; Błonnik pokarmowy: 30.80 g; suma cukrów prostych: 106.08 g; Woda: 1784.38 g; Popiół: 68.07 g; |   |   |
| <b>środa 2024-11-27</b> <b>Dieta: K. DIETA PŁYNNA /III/ (13)</b>  |   |   |
| Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),  | 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> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Suchary z herbatą 150ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1152.93 kcal; Energia: 4912.00 kJ; Białko ogółem: 49.33 g; białko zwierzęce: 25.70 g; białko roślinne: 14.43 g; Tłuszcz: 47.87 g; Węglowodany ogółem: 168.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.47 g; Sód: 733.90 mg; Potas: 2891.07 mg; Wapń: 758.03 mg; Fosfor: 1323.68 mg; Błonnik pokarmowy: 13.45 g; suma cukrów prostych: 26.04 g; Woda: 597.80 g; Popiół: 10.00 g;     |   |   |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Kamieńskiego   |  |  |
|---|--|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczerek  | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>czwartek 2024-11-28</b>  |  |  |
| <b>Dieta: K. DIETA PODSTAWOWA /II/ (1, C1)</b>  |  |  |
| Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ),<br>Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa<br>inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex<br>20g ( <b>MLE</b> ), Dżem 30g (*), Twaróg krojony 50g<br>( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko<br>des. 1 szt. ,   | Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką<br>300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab. w sosie<br>własnym duszona 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kasza<br>mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ),<br>Surówka z selera i jabłka z papryką i ciecierzycą<br>130g ( <b>MLE, SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250 ml , | Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ),<br>Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ),<br>Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ),<br>szynka gotowana 60g (*), Ogórek św. 50g ,<br>Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2252.33 kcal; Energia: 9902.93 kJ; Białko ogółem: 91.60 g; białko zwierzęce: 61.35 g; białko roślinne: 25.15 g; Tłuszcz: 69.98 g; Węglowodany ogółem: 349.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.63 g; Sód: 1908.34 mg; Potas: 3915.44 mg; Wapń: 1241.09 mg; Fosfor: 1697.18 mg; Błonnik pokarmowy: 28.45 g; suma cukrów prostych: 68.69 g; Woda: 1411.81 g; Popiół: 15.58 g;  |  |  |
| <b>czwartek 2024-11-28</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> ),<br>Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło<br>ex 10g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 80g ( <b>MLE</b> ),<br>Szynka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),<br>Sałata ziel. 10g, Pomidor 90g, Jabłko<br>des. 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Kisiel owocowy B/C 200ml (*),  | Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką<br>300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab.w jarzyn<br>gotowana 80/50 ( <b>SEL</b> ), Kasza mix /jęczmienna,<br>gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Surówka z<br>marchwi i jabłka z papryką 130g ( <b>MLE</b> ), Szpinak<br>130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,    | Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ),<br>Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ),<br>Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ),<br>szynka gotowana 60g (*), Ogórek św. 90g ,<br>Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Ser<br>żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Papryka św. 40g, Kefir 150ml<br>( <b>MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2232.77 kcal; Energia: 8703.71 kJ; Białko ogółem: 77.12 g; białko zwierzęce: 43.22 g; białko roślinne: 26.76 g; Tłuszcz: 69.62 g; Węglowodany ogółem: 303.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.16 g; Sód: 2394.40 mg; Potas: 4151.76 mg; Wapń: 1124.75 mg; Fosfor: 1620.38 mg; Błonnik pokarmowy: 35.18 g; suma cukrów prostych: 37.18 g; Woda: 1385.28 g; Popiół: 16.46 g;  |  |  |
| <b>czwartek 2024-11-28</b>  |  |  |
| <b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIĄŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>   |  |  |
| Szynka got Delika z indyka 30g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),  |  | Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 146.92 kcal; Energia: 0.00 kJ; Białko ogółem: 5.43 g; białko zwierzęce: 0.00 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 4.80 g; Węglowodany ogółem: 4.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.00 g; Sód: 330.93 mg; Potas: 0.00 mg; Wapń: 0.00 mg; Fosfor: 0.00 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 0.00 g; Woda: 0.00 g; Popiół: 0.00 g;                             |  |  |
| <b>czwartek 2024-11-28</b>  |  |  |
| <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STRAWNA /III/ (2, 9, C2)</b>   |  |  |
| Kasza manna na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Masło ex 20g<br>( <b>MLE</b> ), Dżem 30g (*), Twaróg krojony 50g<br>( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko<br>des. 1 szt. ,   | Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką<br>300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab. w sosie<br>własnym duszona 80/120 ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kasza<br>mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ),<br>Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c<br>250ml ,  | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata<br>250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), szynka<br>gotowana 60g (*), Pomidor 50g, Sałata ziel.<br>10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2212.08 kcal; Energia: 10038.58 kJ; Białko ogółem: 93.92 g; białko zwierzęce: 61.86 g; białko roślinne: 25.76 g; Tłuszcz: 62.96 g; Węglowodany ogółem: 357.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.93 g; Sód: 1816.20 mg; Potas: 3858.53 mg; Wapń: 1328.19 mg; Fosfor: 1652.19 mg; Błonnik pokarmowy: 24.19 g; suma cukrów prostych: 70.12 g; Woda: 1421.86 g; Popiół: 15.99 g; |  |  |
| <b>czwartek 2024-11-28</b>  |  |  |
| <b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ /VII/ (9)</b>  |  |  |
| Szynka got Delika z indyka 50g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),  | Bitka schab.w jarzyn gotowana 80/50 ( <b>SEL</b> ),  |  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 187.14 kcal; Energia: 1539.05 kJ; Białko ogółem: 14.48 g; białko zwierzęce: 12.00 g; białko roślinne: 0.95 g; Tłuszcz: 11.37 g; Węglowodany ogółem: 9.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.46 g; Sód: 671.80 mg; Potas: 823.20 mg; Wapń: 55.30 mg; Fosfor: 395.30 mg; Błonnik pokarmowy: 3.09 g; suma cukrów prostych: 1.88 g; Woda: 120.76 g; Popiół: 2.23 g;                |  |  |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Kamieńskiego   |  |  |
|---|--|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczorek  | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>czwartek 2024-11-28</b>  |  |  |
| <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>  |  |  |
| Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 80g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Mus z jabłka 150g,  | Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml,   | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyunka got Delika z indyka 60g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2232.80 kcal; Energia: 9218.93 kJ; Białko ogółem: 84.28 g; białko zwierzęce: 67.34 g; białko roślinne: 16.31 g; Tłuszcz: 63.83 g; Węglowodany ogółem: 354.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.06 g; Sód: 2256.36 mg; Potas: 4768.87 mg; Wapń: 1112.15 mg; Fosfor: 1624.50 mg; Błonnik pokarmowy: 25.61 g; suma cukrów prostych: 60.02 g; Woda: 1678.57 g; Popiół: 16.20 g;  |  |  |
| <b>czwartek 2024-11-28</b>  |  |  |
| <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. SUBST. POBUDZ. WYDZ. SOKU ŻOŁ. /IIB/ (4)</b>   |  |  |
| Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 80g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g, Mus z jabłka 150g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Galaretką z jabłkiem 200g (*),  | Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Marchew oprószana gotowana 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml,   | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka got Delika z indyka 60g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor b/skórki 50g, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt naturalny 150g (1szt) ( <b>MLE</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2262.28 kcal; Energia: 9325.36 kJ; Białko ogółem: 82.45 g; białko zwierzęce: 65.29 g; białko roślinne: 16.40 g; Tłuszcz: 70.32 g; Węglowodany ogółem: 349.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.94 g; Sód: 2155.35 mg; Potas: 4718.86 mg; Wapń: 1052.88 mg; Fosfor: 1571.22 mg; Błonnik pokarmowy: 26.25 g; suma cukrów prostych: 67.57 g; Woda: 1700.68 g; Popiół: 15.69 g;  |  |  |
| <b>czwartek 2024-11-28</b>  |  |  |
| <b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ (6)</b>   |  |  |
| Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 80g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor 90g, Jabłko des. 1 szt.,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Kisiel owocowy B/C 200ml (*),   | Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Bitka schab.w jarzyn gotowana 80/50 ( <b>SEL</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Surówka z selera i jabłka z papryką i ciecierzycą 130g ( <b>MLE, SEL</b> ), Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml,            | Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), szynka gotowana 60g (*), Ogórek św. 90g, Sałata ziel. 10g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Pieczywo graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Papryka św. 40g, Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2246.53 kcal; Energia: 9672.81 kJ; Białko ogółem: 100.01 g; białko zwierzęce: 71.22 g; białko roślinne: 27.07 g; Tłuszcz: 73.98 g; Węglowodany ogółem: 310.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.97 g; Sód: 2187.20 mg; Potas: 4702.18 mg; Wapń: 1601.30 mg; Fosfor: 1988.27 mg; Błonnik pokarmowy: 34.69 g; suma cukrów prostych: 55.45 g; Woda: 1731.16 g; Popiół: 19.57 g; |  |  |
| <b>czwartek 2024-11-28</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> ), Dżem 30g (*), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jabłko des. 1 szt.,   | Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob.w sosie duszony 80/120 ( <b>GLU, SEL</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Surówka z marchwi i jabłka z papryką 130g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Galaretką z pomarańczą 200g (*), | Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), szynka gotowana 60g (*), Sałata ziel. 35g, Pomidor 40g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2242.00 kcal; Energia: 9537.91 kJ; Białko ogółem: 99.82 g; białko zwierzęce: 70.44 g; białko roślinne: 22.69 g; Tłuszcz: 72.64 g; Węglowodany ogółem: 352.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.82 g; Sód: 1657.54 mg; Potas: 3991.75 mg; Wapń: 1376.37 mg; Fosfor: 1640.48 mg; Błonnik pokarmowy: 26.08 g; suma cukrów prostych: 86.77 g; Woda: 1624.29 g; Popiół: 14.50 g;  |  |  |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Kamieńskiego   |   |  |
|---|---|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie   | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>czwartek 2024-11-28</b>  |   |  |
| <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>   |   |  |
| Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Dżem 30g (*), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 35g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jabłko des. 1 szt. ,   | Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob.w sosie duszony 80/120 ( <b>GLU, SEL</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Galaretką z pomarańczą 200g (*), | Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), szynka gotowana 60g (*), Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2212.71 kcal; Energia: 9324.28 kJ; Białko ogółem: 97.07 g; białko zwierzęce: 67.30 g; białko roślinne: 24.28 g; Tłuszcz: 65.03 g; Węglowodany ogółem: 348.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.47 g; Sód: 1706.32 mg; Potas: 3798.81 mg; Wapń: 1366.05 mg; Fosfor: 1600.83 mg; Błonnik pokarmowy: 24.21 g; suma cukrów prostych: 81.60 g; Woda: 1568.42 g; Popiół: 15.75 g;  |   |  |
| <b>czwartek 2024-11-28</b>  |   |  |
| <b>Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH /VI (7, 8)</b>   |   |  |
| Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Dżem 30g (*), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,   | Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Filet drob. w jarzyn gotowany 80/50 ( <b>SEL</b> ), Kasza mix /jęczmienna, gryczana/ gotowana 200g ( <b>GLU</b> ), Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,  | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szynka got Delika z indyka 60g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),                       |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2204.42 kcal; Energia: 9336.88 kJ; Białko ogółem: 101.58 g; białko zwierzęce: 77.37 g; białko roślinne: 23.58 g; Tłuszcz: 56.94 g; Węglowodany ogółem: 365.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.83 g; Sód: 2093.37 mg; Potas: 4199.83 mg; Wapń: 1543.19 mg; Fosfor: 1795.76 mg; Błonnik pokarmowy: 25.23 g; suma cukrów prostych: 79.54 g; Woda: 1670.54 g; Popiół: 17.08 g; |   |  |
| <b>czwartek 2024-11-28</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, SOJ, MLE</b> ), Pasta brokułowa 50g, Sałata ziel. 35g, Jabłko des. 1 szt. ,  | Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Naleśniki z jabłkiem i polewą jogurtową 3 szt niskobiałkowe ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Banan 1 szt. , Kompot owocowy b/c 250ml ,  | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka ryżowa z jarzynką 7-skl niskobiałkowa 200g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, *</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowy 200g ,    |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2281.16 kcal; Energia: 8954.52 kJ; Białko ogółem: 48.11 g; białko zwierzęce: 25.50 g; białko roślinne: 18.62 g; Tłuszcz: 69.89 g; Węglowodany ogółem: 335.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.55 g; Sód: 1571.11 mg; Potas: 3370.45 mg; Wapń: 631.46 mg; Fosfor: 861.29 mg; Błonnik pokarmowy: 24.95 g; suma cukrów prostych: 56.43 g; Woda: 1151.46 g; Popiół: 39.22 g;    |   |  |
| <b>czwartek 2024-11-28</b>  |   |  |
| <b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>   |   |  |
| Makaron na mleku 300ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Paszтет sojowy 55g - 1/2 szt. ( <b>SOJ, GOR, *</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,  | Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Naleśniki z serem i polewą owocową 2szt./100ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Banan 1 szt. , Kompot owocowy b/c 250ml ,   | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Sałatka ryżowa wege z jarzynką 7-skl 200g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, *</b> ), Ogórek św. 50g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2300.34 kcal; Energia: 9255.55 kJ; Białko ogółem: 76.11 g; białko zwierzęce: 51.21 g; białko roślinne: 17.71 g; Tłuszcz: 68.95 g; Węglowodany ogółem: 324.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.27 g; Sód: 1206.56 mg; Potas: 3665.75 mg; Wapń: 1357.34 mg; Fosfor: 1319.35 mg; Błonnik pokarmowy: 19.82 g; suma cukrów prostych: 82.16 g; Woda: 1405.92 g; Popiół: 41.17 g;  |   |  |
| <b>czwartek 2024-11-28</b>  |   |  |
| <b>Dieta: K. DIETA PŁYNNNA /III/ (13)</b>   |   |  |
| Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),  | Barszcz czerwony miskowany z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),   | Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, *</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Biszkopty z herbatą 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1186.36 kcal; Energia: 5571.92 kJ; Białko ogółem: 43.97 g; białko zwierzęce: 28.46 g; białko roślinne: 15.51 g; Tłuszcz: 53.43 g; Węglowodany ogółem: 157.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.89 g; Sód: 824.23 mg; Potas: 2811.74 mg; Wapń: 792.71 mg; Fosfor: 1352.45 mg; Błonnik pokarmowy: 11.39 g; suma cukrów prostych: 36.02 g; Woda: 592.00 g; Popiół: 10.10 g;     |   |  |

**Jadłospisy dla oddziałów**

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