

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Kamińskiego                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Obiad<br>Podwieczerek                                                                                                                                                                                                                                                     | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>wtorek 2024-03-05</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, SOJ, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka indyk z pasieki 30g, Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 40g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,                                                | Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Śledź po japońsku 80/90g ( <b>RYB, MLE</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Jarzynka 8-składnikowa gotowane 130g ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kompot owocowy b/c 250 ml ,                                    | Pieczywo pszenno-żytnie K 50g ( <b>GLU, JAJ, *</b> ), Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa 30g ( <b>SOJ, *</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Ogórek św. 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ),                                                                            |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2166.14 kcal; Energia: 8699.57 kJ; Białko ogółem: 96.43 g; białko zwierzęce: 76.94 g; białko roślinne: 17.99 g; Tłuszcz: 62.75 g; Węglowodany ogółem: 305.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.06 g; Sód: 1889.44 mg; Potas: 3957.37 mg; Wapń: 1106.52 mg; Fosfor: 1526.20 mg; Błonnik pokarmowy: 26.53 g; suma cukrów prostych: 41.76 g; Woda: 1318.94 g; Popiół: 87.33 g;  |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>wtorek 2024-03-05</b> <b>Dieta: K. DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSW. WĘGLOWOD. /VII/ ODZ. PATOLOGIA CIAŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C3)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pieczywo graham 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyunka indyk z pasieki 30g, Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Sałata ziel. 10g, Pomidor 90g, Jabłko des. 1 szt. , Pasztet sojowy 55g - 1/2 szt. (*), <b>II Śniadanie:</b> Kisiel owocowy 200ml (*),                                                                           | Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 80/50 morskczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Surówka z jarzyn mieszanych 130g ( <b>SEL, *</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml , | Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa 30g ( <b>SOJ, *</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Pasta kalafiorowa 40g, Ogórek św. 90g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo graham K 50g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Szyunka gotowana 30g ( <b>SEL, GOR</b> ), Papryka św. 40g, Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2311.55 kcal; Energia: 7860.66 kJ; Białko ogółem: 94.97 g; białko zwierzęce: 55.82 g; białko roślinne: 26.52 g; Tłuszcz: 77.47 g; Węglowodany ogółem: 288.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.54 g; Sód: 2306.89 mg; Potas: 4353.47 mg; Wapń: 861.05 mg; Fosfor: 1342.37 mg; Błonnik pokarmowy: 34.84 g; suma cukrów prostych: 30.04 g; Woda: 1568.14 g; Popiół: 17.20 g;   |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>wtorek 2024-03-05</b> <b>Dieta: K. DODATEK DO DIETY PODSTAWOWEJ I ŁATWOSTRAWNEJ DLA ODZ. PATOLOGIA CIAŻY, BLOK PORODOWY, POŁOŻNICTWO (C1, C2)</b>                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Pasztet sojowy 55g - 1/2 szt. (*),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                           | Szyunka gotowana 30g ( <b>SEL, GOR</b> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 145.55 kcal; Energia: 0.00 kJ; Białko ogółem: 7.51 g; białko zwierzęce: 0.00 g; białko roślinne: 0.00 g; Tłuszcz: 4.48 g; Węglowodany ogółem: 3.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.39 g; Sód: 240.00 mg; Potas: 0.00 mg; Wapń: 0.00 mg; Fosfor: 0.00 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 0.21 g; Woda: 0.00 g; Popiół: 0.00 g;                             |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>wtorek 2024-03-05</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, SOJ, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Szyunka indyk z pasieki 30g, Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko des. 1 szt. ,                                                                                                    | Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w sosie pomid. duszona 80/120 morskczuk ( <b>GLU, RYB, SEL, *</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,                                         | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c, Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa 30g ( <b>SOJ, *</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 50g, Sałata ziel. 10g, <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2176.54 kcal; Energia: 8559.82 kJ; Białko ogółem: 103.97 g; białko zwierzęce: 81.77 g; białko roślinne: 20.70 g; Tłuszcz: 69.64 g; Węglowodany ogółem: 289.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.32 g; Sód: 1723.49 mg; Potas: 4001.02 mg; Wapń: 1032.87 mg; Fosfor: 1385.15 mg; Błonnik pokarmowy: 23.40 g; suma cukrów prostych: 34.13 g; Woda: 1390.74 g; Popiół: 15.84 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>wtorek 2024-03-05</b> <b>Dieta: K. DODATEK DLA DIETY WYSOKOBIAŁKOWEJ /VII/ (9)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Szyunka gotowana 50g ( <b>SEL, GOR</b> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Ryba w jarzynach duszona 80/50 morskczuk ( <b>RYB, SEL</b> ),                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 206.39 kcal; Energia: 433.69 kJ; Białko ogółem: 23.72 g; białko zwierzęce: 17.80 g; białko roślinne: 0.62 g; Tłuszcz: 9.82 g; Węglowodany ogółem: 4.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.26 g; Sód: 553.20 mg; Potas: 407.75 mg; Wapń: 57.94 mg; Fosfor: 169.07 mg; Błonnik pokarmowy: 1.70 g; suma cukrów prostych: 1.42 g; Woda: 117.60 g; Popiół: 1.52 g;                  |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Kamińskiego                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Obiad<br>Podwieczerek                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>wtorek 2024-03-05</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. Z OGR. TŁ. /IIA/ (3)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa<br>inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),<br>Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyunka indyk z pasieki 30g<br>, Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki<br>50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,                                                                     | Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 80/50<br>morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g ,<br>Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot<br>owocowy b/c 250ml ,                                                                         | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ),<br>Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta<br>z białka jaja 50g , Polędwica drobiowa 30g<br>( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g<br><br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                            |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2015.37 kcal; Energia: 7669.82 kJ; Białko ogółem: 98.67 g; białko zwierzęce: 74.31 g; białko roślinne: 17.41 g; Tłuszcz: 54.90 g; Węglowodany ogółem: 302.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.34 g; Sód: 1782.55 mg; Potas: 4231.28 mg; Wapń: 827.57 mg; Fosfor: 1271.12 mg; Błonnik pokarmowy: 28.77 g; suma cukrów prostych: 43.97 g; Woda: 1393.84 g; Popiół: 14.65 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>wtorek 2024-03-05</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> ),<br>Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa<br>inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),<br>Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka indyk z pasieki 30g<br>, Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skórki<br>50g, Sałata ziel. 10g, Jabłko gotowane 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Kisiel owocowy B/C (*),                  | Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 80/50<br>morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g ,<br>Jarzynka z wody gotowana 130g ( <b>SEL</b> ), Kompot<br>owocowy b/c 250ml ,                                                                         | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ),<br>Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Pasta<br>z białka jaja 50g , Polędwica drobiowa 30g<br>( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor b/skórki 50g , Sałata ziel. 10g<br><br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                            |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2078.20 kcal; Energia: 7945.56 kJ; Białko ogółem: 97.84 g; białko zwierzęce: 71.31 g; białko roślinne: 17.16 g; Tłuszcz: 62.73 g; Węglowodany ogółem: 304.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.60 g; Sód: 1747.34 mg; Potas: 4193.77 mg; Wapń: 791.80 mg; Fosfor: 1236.67 mg; Błonnik pokarmowy: 28.95 g; suma cukrów prostych: 46.83 g; Woda: 1384.37 g; Popiół: 14.40 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>wtorek 2024-03-05</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, SOJ, MLE</b> ),<br>Pieczywo graham K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło<br>ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyunka indyk z pasieki 30g ,<br>Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 90g ,<br>Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Kisiel owocowy B/C (*),                                     | Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 80/50<br>morszczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 200g ,<br>Jarzynka 8-składnikowa gotowane 130g ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Surówka z jarzyn mieszanych 130g<br>( <b>SEL, *</b> ), 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> ), Polędwica drobiowa 30g ( <b>SOJ, *</b> ),<br>Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Ogórek św. 90g<br>, Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Szyunka gotowana 30g ( <b>SEL, GOR</b> ), Pieczywo<br>graham K 30g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Papryka św. 40g<br>, Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2184.39 kcal; Energia: 7828.13 kJ; Białko ogółem: 86.33 g; białko zwierzęce: 56.71 g; białko roślinne: 21.49 g; Tłuszcz: 60.19 g; Węglowodany ogółem: 320.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.13 g; Sód: 2348.90 mg; Potas: 4450.63 mg; Wapń: 850.91 mg; Fosfor: 1329.27 mg; Błonnik pokarmowy: 34.51 g; suma cukrów prostych: 46.60 g; Woda: 1430.71 g; Popiół: 86.90 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>wtorek 2024-03-05</b> <b>Dieta: K. DIETA DLA DZIECI /DZ/ (P1)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ),<br>Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa<br>inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ),<br>Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Szyunka indyk z pasieki 30g<br>, Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 40g ,<br>Sałata ziel. 35g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jabłko des. 1 szt. ,                                                      | Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba smażona 80g morszczuk ( <b>GLU, JAJ, RYB, OZI, ORZ</b> ), Ziemniaki gotowane 200g ,<br>Surówka z jarzyn mieszanych 130g ( <b>SEL, *</b> ),<br>Kompot owocowy b/c 250ml ,<br><b>Podwieczerek:</b><br>Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*),      | Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ),<br>Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ),<br>Polędwica drobiowa 30g ( <b>SOJ, *</b> ), Jajko<br>gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Sałata ziel. 35g ,<br>Pomidor 40g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                    |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2238.32 kcal; Energia: 9037.31 kJ; Białko ogółem: 98.37 g; białko zwierzęce: 74.63 g; białko roślinne: 19.59 g; Tłuszcz: 78.84 g; Węglowodany ogółem: 300.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.95 g; Sód: 2053.74 mg; Potas: 3894.69 mg; Wapń: 952.26 mg; Fosfor: 1383.39 mg; Błonnik pokarmowy: 26.66 g; suma cukrów prostych: 39.89 g; Woda: 1396.52 g; Popiół: 14.44 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Kamińskiego                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Obiad<br>Podwieczerek                                                                                                                                                                                                                                                                             | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>wtorek 2024-03-05</b> <b>Dieta: K. DIETA ŁATWO STR. DZIECI (P2)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Szyunka indyk z pasieki 30g , Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Jabłko des. 1 szt. ,                                                                       | Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w sosie pomid. duszona 80/120 morskczuk ( <b>GLU, RYB, SEL, *</b> ), ziemniaki gotowane 200g , Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,<br><b>Podwieczerek:</b><br>Kisiel owocowy z jabłkiem 200g (*), | Pieczywo pszenne K 80g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa 30g ( <b>SOJ, *</b> ), Jajko gotowane m 1 szt. ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 40g , Sałata ziel. 35g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2161.64 kcal; Energia: 8498.12 kJ; Białko ogółem: 105.55 g; białko zwierzęce: 81.73 g; białko roślinne: 20.87 g; Tłuszcz: 69.05 g; Węglowodany ogółem: 287.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.12 g; Sód: 1643.04 mg; Potas: 4027.77 mg; Wapń: 1032.67 mg; Fosfor: 1374.90 mg; Błonnik pokarmowy: 24.50 g; suma cukrów prostych: 38.56 g; Woda: 1437.65 g; Popiół: 15.72 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>wtorek 2024-03-05</b> <b>Dieta: K. DIETA O KONTROLOWANEJ ZAW. KW. TŁUSZCZOWYCH IV/ (7, 8)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Szyunka indyk z pasieki 30g , Twaróg krojony 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. ,                                                                                                 | Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Ryba w jarzynach duszona 80/50 morskczuk ( <b>RYB, SEL</b> ), ziemniaki gotowane 200g , Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,                                                                            | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 10g ( <b>MLE</b> ), Pasta z białka jaja 50g , Polędwica drobiowa 30g ( <b>SOJ, *</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ),              |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2045.25 kcal; Energia: 7777.56 kJ; Białko ogółem: 94.79 g; białko zwierzęce: 70.01 g; białko roślinne: 17.84 g; Tłuszcz: 59.03 g; Węglowodany ogółem: 292.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.88 g; Sód: 1722.39 mg; Potas: 3724.17 mg; Wapń: 973.25 mg; Fosfor: 1155.32 mg; Błonnik pokarmowy: 23.29 g; suma cukrów prostych: 34.63 g; Woda: 1300.74 g; Popiół: 14.78 g;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>wtorek 2024-03-05</b> <b>Dieta: K. DIETA NISKOBIALKOWA /VIII/ (10)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Miód 50g /2szt./ , Sałatka z jajkiem 1/2 szt. 60g ( <b>JAJ</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. ,                                                                                                                                                      | Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kluski śląskie 300g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Szpinak 130g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml , Sos pomidorowy 120ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ),                                                                              | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Polędwica drobiowa 30g ( <b>SOJ, *</b> ), Pasta jarzynowa 50g ( <b>SEL</b> ), Pomidor 50g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ),    |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2156.50 kcal; Energia: 6970.08 kJ; Białko ogółem: 41.10 g; białko zwierzęce: 23.93 g; białko roślinne: 10.87 g; Tłuszcz: 70.84 g; Węglowodany ogółem: 329.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.44 g; Sód: 1077.61 mg; Potas: 2194.49 mg; Wapń: 667.77 mg; Fosfor: 616.89 mg; Błonnik pokarmowy: 18.00 g; suma cukrów prostych: 22.88 g; Woda: 892.15 g; Popiół: 9.90 g;      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>wtorek 2024-03-05</b> <b>Dieta: K. DIETA WEGETARIAŃSKA (1 WE)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Pł. jęczmienne na mleku 300ml ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Kawa inka z mlekiem 250ml b/c ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Wędlina wegetariańska 50g ( <b>MLE, *</b> ), Pomidor 40g , Sałata ziel. 10g , Jabłko des. 1 szt. ,                                                                                                                     | Gospodarska z ziel. pietruszką 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL, *</b> ), Kluski śląskie w sosie jarzynowym 300/200g H ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ), Surówka z jarzyn mieszanych 130g ( <b>SEL, *</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml ,                                                                   | Pieczywo pszenne K 100g ( <b>GLU, MLE, *</b> ), Herbata 250ml b/c , Masło ex 20g ( <b>MLE</b> ), Jajka gotowane 2szt. ( <b>JAJ</b> ), Ogórek św. 50g , Sałata ziel. 10g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kefir 1szt ( <b>MLE</b> ),                                          |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2312.66 kcal; Energia: 10284.51 kJ; Białko ogółem: 80.05 g; białko zwierzęce: 58.06 g; białko roślinne: 20.80 g; Tłuszcz: 73.32 g; Węglowodany ogółem: 339.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.21 g; Sód: 2304.03 mg; Potas: 4032.32 mg; Wapń: 845.15 mg; Fosfor: 1431.03 mg; Błonnik pokarmowy: 26.75 g; suma cukrów prostych: 31.90 g; Woda: 1313.35 g; Popiół: 55.75 g;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>wtorek 2024-03-05</b> <b>Dieta: K. DIETA PŁYNNNA /III/ (13)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Kasza manna na mleku w proszku z masłem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Gospodarska miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 1000ml ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEL, *</b> ),                                                                                                                                                                                                        | Jarzynowa miksowana z masłem, mięsem i żółtkiem 500ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, *</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Biszkopty z mlekiem 150ml/40g ( <b>GLU, JAJ, MLE, *</b> ),                                                                                                 |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1324.01 kcal; Energia: 6109.45 kJ; Białko ogółem: 62.40 g; białko zwierzęce: 45.42 g; białko roślinne: 16.99 g; Tłuszcz: 54.19 g; Węglowodany ogółem: 174.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.48 g; Sód: 867.67 mg; Potas: 2894.57 mg; Wapń: 960.60 mg; Fosfor: 1474.35 mg; Błonnik pokarmowy: 11.14 g; suma cukrów prostych: 40.33 g; Woda: 688.83 g; Popiół: 10.80 g;     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                           |

### Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Kamińskiego |                       |                          |
|------------------------------|-----------------------|--------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie    | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |

Dietetyk

.....