

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny

czwartek 2023-11-23 Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, </u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, </u> ), Pasztet z fasoli () 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, </u> ), Pomidor 70 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u> ), Sos boloński z mięsa wp () 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ, </u> ), Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g ( <u>MLE, </u> ),	Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, </u> ), Twarożek z natką 80 g ( <u>MLE, </u> ), Sałata zielona 10 g , Pomidor 60 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u> ),
		Posilek nocny: Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE, </u> ),

**Wartości odżywcze:** E: 2160.75 kcal; B: 83.18 g; T: 61.57 g; Kw. tł. nasy.: 26.3 g; W: 330.37 g; W tym cukry: 66.48 g; Bł.: 28.58 g; Sól: 4.99 g; WW: 30.37 Por; Ener. z B: 15.4 %; Ener. z W: 55.87 %; Ener. z T: 25.65 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 3334.1 mg;

czwartek 2023-11-23 Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, </u> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ, </u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Pomidor 70 g ,	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u> ), Sos boloński z mięsa wp () 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml , Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ, </u> ), Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g ( <u>MLE, </u> ),	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, </u> ), Twarożek z natką 80 g ( <u>MLE, </u> ), Sałata zielona 10 g , Pomidor 60 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u> ),
II Śniadanie: Jablko 1 szt 1 szt ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE, </u> ),	Posilek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE, </u> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g ( <u>SOJ, </u> ),

**Wartości odżywcze:** E: 2039.64 kcal; B: 82.67 g; T: 64.65 g; Kw. tł. nasy.: 29.25 g; W: 294.53 g; W tym cukry: 50.02 g; Bł.: 41.09 g; Sól: 6.74 g; WW: 25.55 Por; Ener. z B: 16.21 %; Ener. z W: 49.7 %; Ener. z T: 28.53 %; Ener. z Bł.: 4.03 %; K: 3751.33 mg;