

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2023-11-27      Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa</b>		
Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, </u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Chleb razowy żytnio-pszenno 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, </u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ, </u> ), Pomidor 70 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, </u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ, </u> ), Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE, </u> ), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Surówka z marchwi z olejem () 100 g ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Chleb razowy żytnio-pszenno 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, </u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g , Ogórek kiszony 60 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u> ), Sałata zielona 10 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE, </u> ),

**Wartości odżywcze:** E: 2183.1 kcal; B: 91.23 g; T: 55.94 g; Kw. tł. nasy.: 24.26 g; W: 344.81 g; W tym cukry: 84.25 g; Bł.: 34.22 g; Sól: 7.58 g; WW: 31.1 Por; Ener. z B: 16.71 %; Ener. z W: 56.91 %; Ener. z T: 23.06 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 3288.6 mg;

<b>poniedziałek 2023-11-27      Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów</b>		
Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, </u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ, </u> ), Pomidor 70 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u> ), Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ, </u> ), Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE, </u> ), Jabłko 1 szt 1 szt , Kompot owocowy* b/c 250 ml , Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g ,	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, </u> ), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g , Ogórek kiszony 60 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u> ), Sałata zielona 10 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE, </u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Mandarynka 1 szt ,	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE, </u> ), Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW, </u> ),

**Wartości odżywcze:** E: 1985.5 kcal; B: 85.4 g; T: 55.99 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; W: 299.36 g; W tym cukry: 62.07 g; Bł.: 43.86 g; Sól: 7.69 g; WW: 25.51 Por; Ener. z B: 17.2 %; Ener. z W: 51.47 %; Ener. z T: 25.38 %; Ener. z Bł.: 4.42 %; K: 3763.52 mg;