

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

piątek 2023-11-03 Jadłospis dla diety: PRZEW- 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-pszenno-żytni 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, _</u> ), Pasta z jaj z natką pietruszki 80 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> ), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Pomidor 50 g ,	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</u> ), Ziemniaki () 300 g , Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB, _</u> ), Sos koperkowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, _</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL, _</u> ),	Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, _</u> ), Dżem 50 g , Jabłko 1 szt 1 szt , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ, _</u> ),
		Posiłek nocny: Sok pomarańczowy 200 ml ,

**Wartości odżywcze:** E: 2258.95 kcal; B: 82.98 g; T: 53.52 g; Kw. tł. nasy.: 20.11 g; W: 376.9 g; W tym cukry: 110.44 g; Bł.: 33.87 g; Sól: 6.33 g; WW: 34.37 Por; Ener. z B: 14.69 %; Ener. z W: 60.74 %; Ener. z T: 21.32 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 4765.34 mg;

piątek 2023-11-03 Jadłospis dla diety: PRZEW- Z ogr. łatwo przysw. węglowod. (Cukrzycowa)		
Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, _</u> ), Pasta z jaj z natką pietruszki 80 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> ), Sałata zielona 20 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Pomidor 50 g ,	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</u> ), Ziemniaki () 300 g , Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB, _</u> ), Sos koperkowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, _</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml , Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <u>SEL, _</u> ),	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, _</u> ), Ser żółty 60 g ( <u>MLE, _</u> ), Pomidor 70 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ, _</u> ),
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ),	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g ,	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** E: 2101.69 kcal; B: 95.55 g; T: 69.5 g; Kw. tł. nasy.: 29.47 g; W: 295.23 g; W tym cukry: 46.26 g; Bł.: 41.37 g; Sól: 7.79 g; WW: 25.42 Por; Ener. z B: 18.19 %; Ener. z W: 48.32 %; Ener. z T: 29.76 %; Ener. z Bł.: 3.94 %; K: 4870.96 mg;