

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-12-11 Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa		
Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ, _</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>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g, Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Brokułowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL, _</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE, _</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Surówka z marchwi z olejem () 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	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>), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (<u>RYB, _</u>), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>),
		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02, _</u>),

Wartości odżywcze: E: 2169.16 kcal; B: 87.29 g; T: 50.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.7 g; W: 353.39 g; W tym cukry: 83.14 g; Bł.: 30.6 g; Sól: 6.96 g; WW: 32.35 Por; Ener. z B: 16.1 %; Ener. z W: 59.52 %; Ener. z T: 21.14 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 2545.8 mg;

poniedziałek 2023-12-11 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>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Pomidor 70 g,	Brokułowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL, _</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ, _</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE, _</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (<u>RYB, _</u>), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 20 g (<u>MLE, _</u>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>),	Posiłek nocny: Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>), Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (<u>SOJ, MLE, _</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>),

Wartości odżywcze: E: 2046.26 kcal; B: 92.57 g; T: 53.96 g; Kw. tł. nasy.: 25.66 g; W: 314.09 g; W tym cukry: 57.12 g; Bł.: 46.62 g; Sól: 7.31 g; WW: 26.82 Por; Ener. z B: 18.1 %; Ener. z W: 52.28 %; Ener. z T: 23.73 %; Ener. z Bł.: 4.56 %; K: 3230.07 mg;