

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2023-12-19 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ, </u>), Buraczki gotowane () plastry 60 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Rukola 10 g ,	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 300 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR, </u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Sałatka szwedzka () 100 g (<u>GOR, </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>), Szyńka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW, </u>), Rzodkiew biała 70 g , Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, </u>),
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2208.03 kcal; B: 85.91 g; T: 64.57 g; Kw. tł. nasy.: 24.61 g; W: 336.99 g; W tym cukry: 80.43 g; Bł.: 34.51 g; Sól: 8.82 g; WW: 30.22 Por; Ener. z B: 15.56 %; Ener. z W: 54.8 %; Ener. z T: 26.32 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 4924.74 mg;

wtorek 2023-12-19 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ, </u>), Pomidor 60 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Rukola 10 g ,	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 300 g , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g , Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR, </u>), Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml , Sałatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR, </u>),	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, </u>), Szyńka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW, </u>), Rzodkiew biała 70 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>), Pasta z twarogu z koperkiem 20 g (<u>MLE, </u>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2131.62 kcal; B: 89.32 g; T: 69.14 g; Kw. tł. nasy.: 27.21 g; W: 308.57 g; W tym cukry: 49.5 g; Bł.: 42.81 g; Sól: 8.42 g; WW: 26.57 Por; Ener. z B: 16.76 %; Ener. z W: 49.87 %; Ener. z T: 29.19 %; Ener. z Bł.: 4.02 %; K: 5301.83 mg;