

## Jadłospisy dla oddziałów

<b>Oddział: PRZEWORSK SZPITAL</b>		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2023-12-05      Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa</b>		
Makaron 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> ), Szyunka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW, _</u> ), Pomidor 60 g , Rukola 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, _</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ, _</u> ), Sos pieczeniowy 50 ml ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Surówka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE, _</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Surówka z kapusty czerwonej 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> ), Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g ( <u>RYB, MLE, _</u> ), Papryka konserwowa 70 g , Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> Pomarańcza 150 g ,

**Wartości odżywcze:** E: 2241.79 kcal; B: 92.93 g; T: 61.75 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; W: 343.32 g; W tym cukry: 76.45 g; Bł.: 33.04 g; Sól: 7.26 g; WW: 31.03 Por; Ener. z B: 16.58 %; Ener. z W: 55.36 %; Ener. z T: 24.79 %; Ener. z Bł.: 2.95 %; K: 3536.25 mg;

<b>wtorek 2023-12-05      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> ), Szyunka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW, _</u> ), Pomidor 60 g , Rukola 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, _</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ, _</u> ), Sos pieczeniowy 50 ml ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Surówka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE, _</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml , Surówka z kapusty czerwonej 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> ), Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g ( <u>RYB, MLE, _</u> ), Papryka konserwowa 70 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Jabłko 1 szt 1 szt ,	<b>Posiłek nocny:</b> Pomarańcza 150 g ,

**Wartości odżywcze:** E: 2068.41 kcal; B: 90.7 g; T: 60.4 g; Kw. tł. nasy.: 26.71 g; W: 310.04 g; W tym cukry: 61.72 g; Bł.: 42.48 g; Sól: 6.66 g; WW: 26.71 Por; Ener. z B: 17.54 %; Ener. z W: 51.74 %; Ener. z T: 26.28 %; Ener. z Bł.: 4.11 %; K: 4091.34 mg;