# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: PRZEWORSK SZPITAL

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **poniedziałek 2024-01-08** **Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa** | | |
| Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***), Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***), Chleb razowy żytnio-pszenny 32 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***), Masło extra 82% 10 g (***MLE,***), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g (_), Pomidor 70 g (_), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (_), | Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***), Makaron 200 g (***GLU PSZ,***), Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***), Jabłko 1 szt 1 szt (_), Surówka z marchwi z olejem () 100 g (_), Kompot owocowy* z/c 250 ml (_), | Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***), Chleb razowy żytnio-pszenny 32 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***), Masło extra 82% 10 g (***MLE,***), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (***RYB,***), Pomidor 60 g (_), Sałata zielona 10 g (_), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***), |
| | | **Posiłek nocny:** Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,***), |

**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 2024-01-08** **Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów** | | |
| Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***), Masło extra 82% 10 g (***MLE,***), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g ( ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (_), Pomidor 70 g (_), | Brokułowa z ryżem () 400 ml (***MLE, SEL,***), Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***), Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***), 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 (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***), Masło extra 82% 10 g (***MLE,***), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (***RYB,***), Pomidor 60 g (_), Sałata zielona 10 g (_), Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***), |
| II **Śniadanie:** Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***), Masło extra 82% 5 g (***MLE,***), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 20 g (***MLE,***), | **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***), | **Posiłek nocny:** Masło extra 82% 5 g (***MLE,***), Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (***SOJ, MLE,***), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***), |

**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;