

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-01-22 Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszen 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>), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, 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-pszen 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g, Ogórek kiszony 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: E: 2183.1 kcal; B: 91.23 g; T: 55.94 g; Kw. tł. nasy.: 24.26 g; W: 344.81 g; W tym cukry: 84.25 g; Bł.: 34.22 g; Sól: 7.58 g; WW: 31.1 Por; Ener. z B: 16.71 %; Ener. z W: 56.91 %; Ener. z T: 23.06 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 3288.6 mg;

poniedziałek 2024-01-22 Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Chleb razowy żytnio-pszen 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 70 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* b/c 250 ml, Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g,	Chleb razowy żytnio-pszen 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g, Ogórek kiszony 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
II Śniadanie: Mandarynka 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszen 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW</u>),

Wartości odżywcze: E: 1985.5 kcal; B: 85.4 g; T: 55.99 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; W: 299.36 g; W tym cukry: 62.07 g; Bł.: 43.86 g; Sól: 7.69 g; WW: 25.51 Por; Ener. z B: 17.2 %; Ener. z W: 51.47 %; Ener. z T: 25.38 %; Ener. z Bł.: 4.42 %; K: 3763.52 mg;