

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa		
Kasza manna 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>), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB</u>), Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Ziemniaki () 300 g, Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml, Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</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>), Dżem 50 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2262.86 kcal; B: 82.88 g; T: 53.32 g; Kw. tł. nasy.: 20.07 g; W: 377.15 g; W tym cukry: 117.01 g; Bł.: 33.61 g; Sól: 6.32 g; WW: 34.37 Por; Ener. z B: 14.65 %; Ener. z W: 60.73 %; Ener. z T: 21.21 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 4427.86 mg;

piątek 2024-01-26 Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB</u>), Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Ziemniaki () 300 g, Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml, Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>),	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), Pomidor 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
II Śniadanie: Mandarynka 1 szt,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2059.59 kcal; B: 95.16 g; T: 69.39 g; Kw. tł. nasy.: 29.43 g; W: 284.89 g; W tym cukry: 40.78 g; Bł.: 40.06 g; Sól: 7.78 g; WW: 24.53 Por; Ener. z B: 18.48 %; Ener. z W: 47.55 %; Ener. z T: 30.32 %; Ener. z Bł.: 3.89 %; K: 4895.49 mg;