

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: PRZEWORSK SZPITAL | | |
|--|---|---|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczerek | Kolacja - Posiłek nocny |
| wtorek 2024-02-13 Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa | | |
| Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JECZ</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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Buraczki gotowane () plastry 60 g, Rukola 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, | Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 300 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR</u>), Sałatka szwedzka () 100 g (<u>GOR</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml, | 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>), Szynka Królewiecka- kiełbasa 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 JECZ</u>), |
| | | Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2208.03 kcal; Białko ogółem: 85.91 g; Tłuszcz: 64.57 g; Kw. tł. nasy.: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 336.99 g; W tym cukry: 80.43 g; Błonnik pok.: 34.51 g; Sól: 8.82 g; WW: 30.22 Por; : 332.01 %; : 967.4 %; Ener. z T: 26.32 %; Ener. z Bł.: 3.13 %; K: 4924.74 mg;

| | | |
|---|---|---|
| wtorek 2024-02-13 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor 60 g, Rukola 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, | Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki () 300 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR</u>), Sałatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml, | Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynka Królewiecka- kiełbasa 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 JECZ</u>), |
| II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszenno 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>), | Podwieczerek: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), | Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2131.62 kcal; Białko ogółem: 89.32 g; Tłuszcz: 69.14 g; Kw. tł. nasy.: 27.21 g; Węglowodany ogółem: 308.57 g; W tym cukry: 49.5 g; Błonnik pok.: 42.81 g; Sól: 8.42 g; WW: 26.57 Por; : 404.13 %; : 966.49 %; Ener. z T: 29.19 %; Ener. z Bł.: 4.02 %; K: 5301.83 mg;