

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: PRZEWORSK SZPITAL | | |
|---|---|--|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczerek | Kolacja - Posiłek nocny |
| poniedziałek 2024-02-26 Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa | | |
| Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ</u>), Buraczki gotowane () plastry 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, | Grochowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml, | Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>), |
| | | Posiłek nocny: Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2103.66 kcal; Białko ogółem: 76.07 g; Tłuszcz: 42.83 g; Kw. tł. nasy.: 20.75 g; Węglowodany ogółem: 370.98 g; W tym cukry: 98.76 g; Błonnik pok.: 29.39 g; Sól: 5.95 g; WW: 34.28 Por; : 14.46 %; : 64.95 %; Ener. z T: 18.33 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 3090.58 mg;

| poniedziałek 2024-02-26 Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów | | |
|---|--|---|
| Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, | Solferino () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml, | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>), |
| II Śniadanie: Pomarańcza 150 g, | Podwieczerek: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), | Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1774.16 kcal; Białko ogółem: 69.82 g; Tłuszcz: 37.21 g; Kw. tł. nasy.: 19.59 g; Węglowodany ogółem: 306.68 g; W tym cukry: 79.64 g; Błonnik pok.: 33.7 g; Sól: 5.24 g; WW: 27.36 Por; : 15.74 %; : 61.55 %; Ener. z T: 18.88 %; Ener. z Bł.: 3.8 %; K: 3568.21 mg;