

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEW- Ginekologia		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-03-08		
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-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 70 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Krem z dyni z grzankami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g , Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g , Szpinak 100 g , 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>), Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>), Dżem 30 g , Jabłko 1 szt 1 szt , Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),
		Posiłek nocny: Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2380.28 kcal; Białko ogółem: 100.34 g; Tłuszcz: 54.37 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 385.65 g; W tym cukry: 94.42 g; Błonnik pok.: 34.25 g; Sól: 6.91 g; WW: 35.09 Por; : 16.86 %; : 59.05 %; Ener. z T: 20.56 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 4887.67 mg;

piątek 2024-03-08		
Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna		
Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 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 70 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Krem z dyni z grzankami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g , Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Szpinak gotwany* 200 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>), Dżem 30 g , Jabłko 1 szt 1 szt , Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),
		Posiłek nocny: Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2351.31 kcal; Białko ogółem: 100.8 g; Tłuszcz: 51.26 g; Kw. tł. nasy.: 21.66 g; Węglowodany ogółem: 382.68 g; W tym cukry: 88.89 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 7.41 g; WW: 35.15 Por; : 17.15 %; : 59.95 %; Ener. z T: 19.62 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 4727.51 mg;

piątek 2024-03-08		
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>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Pomidor 70 g ,	Krem z dyni z grzankami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g , Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Szpinak gotwany 100 g , 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>), Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , 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>), Ser zółty 20 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Paprykarz szczeciński 20 g (<u>RYB, SOJ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2330.98 kcal; Białko ogółem: 106.23 g; Tłuszcz: 67.54 g; Kw. tł. nasy.: 29.09 g; Węglowodany ogółem: 345.76 g; W tym cukry: 48.51 g; Błonnik pok.: 47.55 g; Sól: 7.75 g; WW: 29.81 Por; : 18.23 %; : 51.17 %; Ener. z T: 26.08 %; Ener. z Bł.: 4.08 %; K: 5414.81 mg;