

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2024-03-29</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ), Ryba smażona (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ), Ziemniaki gotowane () 300 g, Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Warzywa po grecku () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 32 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,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2424.57 kcal; Białko ogółem: 93.1 g; Tłuszcz: 66.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 378.2 g; W tym cukry: 97.23 g; Błonnik pok.: 32.22 g; Sól: 6.81 g; WW: 34.64 Por; : 15.36 %; : 57.08 %; Ener. z T: 24.54 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 4592.95 mg;

<b>piątek 2024-03-29</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, 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 koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ), Pulpet rybny (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ), Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Ziemniaki gotowane () 300 g, Kompot owocowy* z/c 250 m	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ), 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> ), Jabłko 1 szt 1 szt,
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2332.08 kcal; Białko ogółem: 91.54 g; Tłuszcz: 52.05 g; Kw. tł. nasy.: 22.13 g; Węglowodany ogółem: 388.21 g; W tym cukry: 100.11 g; Błonnik pok.: 30.22 g; Sól: 6.85 g; WW: 35.84 Por; : 15.7 %; : 61.4 %; Ener. z T: 20.09 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 4574.53 mg;

<b>piątek 2024-03-29</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów</b>		
Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ), Pulpet rybny (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ), Ziemniaki gotowane () 300 g, Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g, Warzywa po grecku () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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> ),
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2061 kcal; Białko ogółem: 87.66 g; Tłuszcz: 54.13 g; Kw. tł. nasy.: 21.54 g; Węglowodany ogółem: 323.71 g; W tym cukry: 62.58 g; Błonnik pok.: 37.9 g; Sól: 7.03 g; WW: 28.63 Por; : 17.01 %; : 55.47 %; Ener. z T: 23.64 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 4708.7 mg;