

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-05-07</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa</b>		
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 gotowane () 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, 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- kielbasa 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: 2220.63 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 66.07 g; Kw. tł. nasy.: 24.7 g; Węglowodany ogółem: 336.81 g; W tym cukry: 80.33 g; Błonnik pok.: 34.5 g; Sól: 8.75 g; WW: 30.2 Por; : 15.47 %; : 994.59 %; Ener. z T: 26.78 %; Ener. z Bł.: 3.11 %; K: 4923.99 mg;

<b>wtorek 2024-05-07</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JECZ</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 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> ), 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 gotowane () 300 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), 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> ), Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ), Pomidor 70 g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2225.46 kcal; Białko ogółem: 84.94 g; Tłuszcz: 61.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 348.23 g; W tym cukry: 82.58 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 8.13 g; WW: 31.5 Por; : 15.27 %; : 960.55 %; Ener. z T: 24.94 %; Ener. z Bł.: 2.97 %; K: 4894.96 mg;

<b>wtorek 2024-05-07</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów</b>		
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 gotowane () 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, 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- kielbasa 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> ),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2144.22 kcal; Białko ogółem: 89.27 g; Tłuszcz: 70.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.3 g; Węglowodany ogółem: 308.39 g; W tym cukry: 49.4 g; Błonnik pok.: 42.8 g; Sól: 8.35 g; WW: 26.55 Por; : 16.65 %; : 1097.61 %; Ener. z T: 29.65 %; Ener. z Bł.: 3.99 %; K: 5301.08 mg;