

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: PRZEWORSK SZPITAL | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| piątek 2024-05-10 Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa | | |
| 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 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>), Ogórek świeży 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, | Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g, Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g, Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml, | Chleb razowy żytnio-pszenno 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 68 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, Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>), |
| | | Posiłek nocny: Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2443.69 kcal; Białko ogółem: 90.98 g; Tłuszcz: 64.59 g; Kw. tł. nasy.: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 389.26 g; W tym cukry: 92.67 g; Błonnik pok.: 33.81 g; Sól: 6.61 g; WW: 35.56 Por; : 14.89 %; : 1048.44 %; Ener. z T: 23.79 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 4406.76 mg;

| piątek 2024-05-10 Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, | Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g, Pulpet rybny (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml, | Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</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>), Dżem 30 g, Jabłko 1 szt 1 szt, |
| | | Posiłek nocny: Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2351.64 kcal; Białko ogółem: 89.4 g; Tłuszcz: 50.58 g; Kw. tł. nasy.: 22.2 g; Węglowodany ogółem: 399.5 g; W tym cukry: 96.18 g; Błonnik pok.: 32.22 g; Sól: 6.64 g; WW: 36.8 Por; : 15.21 %; : 1001.48 %; Ener. z T: 19.36 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 4477.66 mg;

| piątek 2024-05-10 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>), Ogórek świeży 70 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, | Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g, Pulpet rybny (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), 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, | Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>), 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, |
| II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml, | Podwieczorek: Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>), | Posiłek nocny: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.23 kcal; Białko ogółem: 87.15 g; Tłuszcz: 54.55 g; Kw. tł. nasy.: 22.21 g; Węglowodany ogółem: 322.04 g; W tym cukry: 65.72 g; Błonnik pok.: 38.64 g; Sól: 8.19 g; WW: 28.3 Por; : 16.94 %; : 1090.85 %; Ener. z T: 23.85 %; Ener. z Bł.: 3.75 %; K: 4667.58 mg;