

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: PRZEWORSK SZPITAL | | |
|--|---|--|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| piątek 2024-05-17 | | |
| Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa | | |
| Kasza manna 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml | Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g , Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g , Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</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>), Dżem 25 g , Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), |
| | | Posiłek nocny: Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.29 kcal; Białko ogółem: 85.12 g; Tłuszcz: 51.7 g; Kw. tł. nasy.: 19.98 g; Węglowodany ogółem: 368.99 g; W tym cukry: 109.02 g; Błonnik pok.: 33.8 g; Sól: 6.08 g; WW: 33.57 Por; : 15.31 %; : 1021.87 %; Ener. z T: 20.92 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 4448.87 mg;

| | | |
|--|--|--|
| piątek 2024-05-17 | | |
| Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna | | |
| Kasza manna 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 60 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml | Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g , Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</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>), Dżem 25 g , Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt , Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), |
| | | Posiłek nocny: Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2263.85 kcal; Białko ogółem: 84.73 g; Tłuszcz: 53.51 g; Kw. tł. nasy.: 20.06 g; Węglowodany ogółem: 374.08 g; W tym cukry: 105.97 g; Błonnik pok.: 31.93 g; Sól: 6.59 g; WW: 34.26 Por; : 14.97 %; : 955.91 %; Ener. z T: 21.27 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 4265.95 mg;

| | | |
|---|---|--|
| piątek 2024-05-17 | | |
| 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>), Pomidor 60 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , | Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g , Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL,</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>), Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 70 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), |
| II Śniadanie: Melon 100 g , | Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), | Posiłek nocny: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2071.94 kcal; Białko ogółem: 93.31 g; Tłuszcz: 67.48 g; Kw. tł. nasy.: 28.53 g; Węglowodany ogółem: 294.35 g; W tym cukry: 43.53 g; Błonnik pok.: 40.11 g; Sól: 9.03 g; WW: 25.4 Por; : 18.01 %; : 1040.33 %; Ener. z T: 29.31 %; Ener. z Bł.: 3.87 %; K: 5381.32 mg;