

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-05-21</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa</b>		
Makaron 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> ), Szyńska Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 60 g ( <u>SOJ,</u> ), Pomidor 60 g, Rukola 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Sos pieczeniowy 50 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ), Surówka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE,</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem 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> ), Szprot w sosie pomidorowym 50 g ( <u>RYB, SEL,</u> ), Papryka konserwowa 70 g, Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE,</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ),
		Posiłek nocny: Pomarańcza 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2215.38 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz: 57.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.92 g; Węglowodany ogółem: 344.93 g; W tym cukry: 75.32 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 7.19 g; WW: 31.21 Por; : 17.25 %; : 818.1 %; Ener. z T: 23.21 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 3507.24 mg;

<b>wtorek 2024-05-21</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna</b>		
Makaron 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> ), Szyńska Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 60 g ( <u>SOJ,</u> ), Pomidor 60 g, Rukola 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ), Sos pieczeniowy 50 ml ( <u>GLU PSZ,</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> ), Polędwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogenizowana w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ, MLE,</u> ), Pomidor 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ),
		Posiłek nocny: Pomarańcza 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2185.96 kcal; Białko ogółem: 84.64 g; Tłuszcz: 56.24 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; Węglowodany ogółem: 349.56 g; W tym cukry: 76.05 g; Błonnik pok.: 31.11 g; Sól: 8.33 g; WW: 31.87 Por; : 15.49 %; : 809.45 %; Ener. z T: 23.16 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 3501.46 mg;

<b>wtorek 2024-05-21</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> ), Szyńska Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 60 g ( <u>SOJ,</u> ), Pomidor 60 g, Rukola 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> ), Sos pieczeniowy 50 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Surówka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE,</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 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> ), Polędwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogenizowana w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ, MLE,</u> ), Papryka konserwowa 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ),
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Paluszki z sezamem 30 g ( <u>GLU PSZ, SEZ,</u> ),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2049.32 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 58.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 312.4 g; W tym cukry: 45.94 g; Błonnik pok.: 39.6 g; Sól: 7.67 g; WW: 27.3 Por; : 16.74 %; : 854.65 %; Ener. z T: 25.74 %; Ener. z Bł.: 3.86 %; K: 3731.34 mg;