

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-06-10</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa</b>		
Płatki pszenne 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-żytni 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 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	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> ), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g, Ogórek świeży 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
		Posiłek nocny: Arbuz 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2153.37 kcal; Białko ogółem: 88.48 g; Tłuszcz: 49.5 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; Węglowodany ogółem: 352.9 g; W tym cukry: 94.89 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sól: 6.11 g; WW: 32.23 Por; : 16.44 %; : 996.17 %; Ener. z T: 20.69 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 3345.6 mg;

<b>poniedziałek 2024-06-10</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna</b>		
Płatki pszenne 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 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt, 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> ), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g, Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
		Posiłek nocny: Arbuz 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1963.41 kcal; Białko ogółem: 80.44 g; Tłuszcz: 45.02 g; Kw. tł. nasy.: 21.56 g; Węglowodany ogółem: 317.72 g; W tym cukry: 93.44 g; Błonnik pok.: 19.42 g; Sól: 6.36 g; WW: 29.8 Por; : 16.39 %; : 808.03 %; Ener. z T: 20.63 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 2180.68 mg;

<b>poniedziałek 2024-06-10</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> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt, 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> ), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g, Ogórek świeży 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
II Śniadanie: Sałatka z brokuła i pomidora 150 g,	Podwieczorek: Arbuz 150 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 20 g ( <u>SOJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1907.45 kcal; Białko ogółem: 83.1 g; Tłuszcz: 55.5 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; Węglowodany ogółem: 281.79 g; W tym cukry: 65.44 g; Błonnik pok.: 38.65 g; Sól: 6.23 g; WW: 24.27 Por; : 17.43 %; : 892.18 %; Ener. z T: 26.19 %; Ener. z Bł.: 4.05 %; K: 3030.57 mg;