

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-05-31 Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa		
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 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,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g, Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>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>), Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>), Dżem 30 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),
		Posiłek nocny: Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2346.5 kcal; Białko ogółem: 93.36 g; Tłuszcz: 57.85 g; Kw. tł. nasy.: 21.09 g; Węglowodany ogółem: 378.94 g; W tym cukry: 94.19 g; Błonnik pok.: 35.23 g; Sól: 6.58 g; WW: 34.41 Por; : 15.92 %; : 1032.59 %; Ener. z T: 22.19 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 4540.29 mg;

piątek 2024-05-31 Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna		
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>), Ziemniaki gotowane () 300 g, Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>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>), Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>), Dżem 30 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),
		Posiłek nocny: Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2381.6 kcal; Białko ogółem: 92.99 g; Tłuszcz: 59.71 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; Węglowodany ogółem: 383.33 g; W tym cukry: 92.87 g; Błonnik pok.: 34.4 g; Sól: 7.3 g; WW: 34.93 Por; : 15.62 %; : 993.01 %; Ener. z T: 22.56 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 4487.59 mg;

piątek 2024-05-31 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>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 70 g,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g, Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), 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>), Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),
II Śniadanie: Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 130 g,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Paprykarz szczeciński 20 g (<u>RYB, SOJ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2142.12 kcal; Białko ogółem: 92.07 g; Tłuszcz: 65.39 g; Kw. tł. nasy.: 21.83 g; Węglowodany ogółem: 318.57 g; W tym cukry: 51.47 g; Błonnik pok.: 46.01 g; Sól: 6.53 g; WW: 27.33 Por; : 17.19 %; : 1107.01 %; Ener. z T: 27.47 %; Ener. z Bł.: 4.3 %; K: 5291.28 mg;