

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-07-09</b> <b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa</b>		
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-pszenny 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g,	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Szyńka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ryż na sypko 300 g, Surówka z pora i jabłka () 100 g ( <u>MLE</u> ), Buraczki gotowane () 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ</u> ), Sałatka wiosenna () 70 g, Rukola 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
		Posiłek nocny: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2275.75 kcal; Białko ogółem: 100.48 g; Tłuszcz: 49.15 g; Kw. tł. nasy.: 22.67 g; Węglowodany ogółem: 370.78 g; W tym cukry: 90.35 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sól: 6.55 g; WW: 34.4 Por; : 17.66 %; : 984.48 %; Ener. z T: 19.44 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 3910.3 mg;

<b>wtorek 2024-07-09</b> <b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna</b>		
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> ), Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g,	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Szyńka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ryż na sypko 300 g, Buraczki gotowane () 200 g, 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> ), Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ</u> ), Sałatka wiosenna - diety 70 g, Rukola 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
		Posiłek nocny: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2331.22 kcal; Białko ogółem: 99.54 g; Tłuszcz: 52.2 g; Kw. tł. nasy.: 22.24 g; Węglowodany ogółem: 376.34 g; W tym cukry: 95.1 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sól: 6.97 g; WW: 35.33 Por; : 17.08 %; : 967.88 %; Ener. z T: 20.15 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3864.38 mg;

<b>wtorek 2024-07-09</b> <b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów</b>		
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Sałata zielona 10 g, Pomidor 60 g,	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Szyńka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Ryż na sypko (brązowy) 300 g, Surówka z pora i jabłka () 200 g ( <u>MLE</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ</u> ), Sałatka wiosenna () 70 g, Rukola 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Podwieczorek: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml,	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2085.28 kcal; Białko ogółem: 100.34 g; Tłuszcz: 50.82 g; Kw. tł. nasy.: 22.96 g; Węglowodany ogółem: 319.17 g; W tym cukry: 52.24 g; Błonnik pok.: 45.64 g; Sól: 5.85 g; WW: 27.4 Por; : 19.25 %; : 800.79 %; Ener. z T: 21.93 %; Ener. z Bł.: 4.38 %; K: 4068.22 mg;