

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-07-16</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> ), Papryka 70 g, , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Grochowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, 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 kalarepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE,</u> ), Marchew oprószana z olejem () 100 g ( <u>GLU PSZ,</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> ), Szprot w oleju 50 g ( <u>RYB,</u> ), Pomidor 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: Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2508.53 kcal; Białko ogółem: 110.14 g; Tłuszcz: 81.77 g; Kw. tł. nasy.: 27.42 g; Węglowodany ogółem: 348.67 g; W tym cukry: 74.56 g; Błonnik pok.: 36.18 g; Sól: 7.35 g; WW: 31.34 Por; : 17.56 %; : 804.58 %; Ener. z T: 29.34 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 3802.99 mg;

<b>wtorek 2024-07-16</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 ,	Solferino () 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: Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2199.51 kcal; Białko ogółem: 90.52 g; Tłuszcz: 60.23 g; Kw. tł. nasy.: 24.95 g; Węglowodany ogółem: 335.25 g; W tym cukry: 74.4 g; Błonnik pok.: 27.74 g; Sól: 8.49 g; WW: 30.8 Por; : 16.46 %; : 769.7 %; Ener. z T: 24.65 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 3571.16 mg;

<b>wtorek 2024-07-16</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> ), Papryka 70 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Solferino () 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 kalarepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE,</u> ), Marchew oprószana z olejem () 100 g ( <u>GLU PSZ,</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> ), Polędwiczanka z warzywami, dr.-wp., homogenizowana w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ, MLE,</u> ), Pomidor 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: Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2070.89 kcal; Białko ogółem: 87.17 g; Tłuszcz: 60.32 g; Kw. tł. nasy.: 23 g; Węglowodany ogółem: 311.83 g; W tym cukry: 56.75 g; Błonnik pok.: 40.27 g; Sól: 7.34 g; WW: 27.21 Por; : 16.84 %; : 907.87 %; Ener. z T: 26.22 %; Ener. z Bł.: 3.89 %; K: 3986.69 mg;