

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-07-25</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> ), Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ryż na sypko 200 g, Leczo z cukini z kiełbasą 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), Sałata zielona z sosem vinegrett 50 g ( <u>GOR,</u> ), 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> ), Ogórek świeży 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ),
		Posiłek nocny: Melon 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2045.72 kcal; Białko ogółem: 67.22 g; Tłuszcz: 57.88 g; Kw. tł. nasy.: 22.16 g; Węglowodany ogółem: 324.33 g; W tym cukry: 73.84 g; Błonnik pok.: 23.41 g; Sól: 7.03 g; WW: 30.11 Por; : 13.14 %; : 63.42 %; Ener. z T: 25.46 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3457.81 mg;

<b>czwartek 2024-07-25</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> ), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ryż na sypko 200 g, Leczo z drobiem-dieta () 150 g, Sałata zielona z olejem 50 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> ), Pomidor 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ),
		Posiłek nocny: Melon 100 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2012.62 kcal; Białko ogółem: 73.4 g; Tłuszcz: 49.3 g; Kw. tł. nasy.: 19.49 g; Węglowodany ogółem: 327.97 g; W tym cukry: 71.64 g; Błonnik pok.: 21.02 g; Sól: 6.51 g; WW: 30.76 Por; : 14.59 %; : 65.18 %; Ener. z T: 22.05 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3398.56 mg;

<b>czwartek 2024-07-25</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> ), Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Leczo z drobiem-dieta () 150 g, Sałata zielona z sosem vinegrett 50 g ( <u>GOR,</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> ), Ogórek świeży 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ),
II Śniadanie: Melon 100 g,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Posiłek nocny: Hummus 30 g ( <u>SEZ,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1973.89 kcal; Białko ogółem: 75.09 g; Tłuszcz: 59.35 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 297.81 g; W tym cukry: 47.76 g; Błonnik pok.: 39.37 g; Sól: 6.81 g; WW: 25.79 Por; : 15.22 %; : 60.35 %; Ener. z T: 27.06 %; Ener. z Bł.: 3.99 %; K: 4089.34 mg;