

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-07-26 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 młode 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 , Arbuz 150 g , 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: 2266.52 kcal; Białko ogółem: 93.1 g; Tłuszcz: 57.47 g; Kw. tł. nasy.: 21.02 g; Węglowodany ogółem: 357.6 g; W tym cukry: 103.67 g; Błonnik pok.: 30.83 g; Sól: 6.57 g; WW: 32.66 Por; : 16.43 %; : 63.11 %; Ener. z T: 22.82 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4157.86 mg;

piątek 2024-07-26 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 młode 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 , Arbuz 150 g , 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: 2301.62 kcal; Białko ogółem: 92.72 g; Tłuszcz: 59.33 g; Kw. tł. nasy.: 21.1 g; Węglowodany ogółem: 361.99 g; W tym cukry: 102.35 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sól: 7.28 g; WW: 33.18 Por; : 16.11 %; : 62.91 %; Ener. z T: 23.2 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 4105.16 mg;

piątek 2024-07-26 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 młode 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>), Arbuz 150 g , 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>), Papykarz szczeciński 20 g (<u>RYB, SOJ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2062.14 kcal; Białko ogółem: 91.8 g; Tłuszcz: 65.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.76 g; Węglowodany ogółem: 297.23 g; W tym cukry: 60.95 g; Błonnik pok.: 41.6 g; Sól: 6.52 g; WW: 25.58 Por; : 17.81 %; : 57.65 %; Ener. z T: 28.37 %; Ener. z Bł.: 4.03 %; K: 4908.85 mg;