

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa		
Kasza manna 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 80 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Ziemniaki młode gotowane () 300 g, Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g, Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, 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>), Dżem 25 g, Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>), Arbuz 150 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2145.09 kcal; Białko ogółem: 84.81 g; Tłuszcz: 51.34 g; Kw. tł. nasy.: 19.92 g; Węglowodany ogółem: 347.99 g; W tym cukry: 118.59 g; Błonnik pok.: 29.62 g; Sól: 6.08 g; WW: 31.83 Por; : 15.81 %; : 64.89 %; Ener. z T: 21.54 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 4058.27 mg;

piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna		
Kasza manna 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 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Ziemniaki młode gotowane () 300 g, Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, 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>), Dżem 25 g, Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>), Arbuz 150 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2184.65 kcal; Białko ogółem: 84.41 g; Tłuszcz: 53.15 g; Kw. tł. nasy.: 20 g; Węglowodany ogółem: 353.08 g; W tym cukry: 115.54 g; Błonnik pok.: 27.74 g; Sól: 6.59 g; WW: 32.52 Por; : 15.46 %; : 64.65 %; Ener. z T: 21.89 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3875.35 mg;

piątek 2024-08-09 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>), Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Ziemniaki młode gotowane () 300 g, Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, 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>), Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>), Ogórek świeży 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>),
II Śniadanie: Arbuz 150 g,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2002.05 kcal; Białko ogółem: 92.19 g; Tłuszcz: 67.09 g; Kw. tł. nasy.: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 276.46 g; W tym cukry: 53.24 g; Błonnik pok.: 35.92 g; Sól: 8.73 g; WW: 23.98 Por; : 18.42 %; : 55.24 %; Ener. z T: 30.16 %; Ener. z Bł.: 3.59 %; K: 4287.5 mg;