

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posilek nocny
<b>poniedziałek 2024-08-12</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g , Buraczki gotowane () plastry 60 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kminkowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Ryż z kurkumą 200 g , Dip jogurtowo-koperkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ), Pulpet jarski () 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL,</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor 70 g , Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ),
		Posilek nocny: Arbuz 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2237.82 kcal; Białko ogółem: 79.88 g; Tłuszcz: 59.08 g; Kw. tł. nasy.: 22.22 g; Węglowodany ogółem: 362.49 g; W tym cukry: 99.94 g; Błonnik pok.: 35.6 g; Sól: 8.56 g; WW: 32.83 Por; : 14.28 %; : 64.79 %; Ener. z T: 23.76 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 3934.17 mg;

<b>poniedziałek 2024-08-12</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g , Buraczki gotowane () plastry 60 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Ryż z kurkumą 200 g , Dip jogurtowo-koperkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ), Pulpet jarski () 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL,</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor 70 g , Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ),
		Posilek nocny: Arbuz 150 g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2347.63 kcal; Białko ogółem: 82.61 g; Tłuszcz: 64.68 g; Kw. tł. nasy.: 22.89 g; Węglowodany ogółem: 374.58 g; W tym cukry: 104.27 g; Błonnik pok.: 35.96 g; Sól: 9.18 g; WW: 33.89 Por; : 14.08 %; : 63.82 %; Ener. z T: 24.8 %; Ener. z Bł.: 3.06 %; K: 4092.35 mg;

<b>poniedziałek 2024-08-12</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów</b>		
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g , Pomidor 60 g , Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Kminkowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ), Ryż (brązowy) z kurkumą 200 g , Dip jogurtowo-koperkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ), Pulpet jarski () 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ), Fasolka szparagowa z wody* 100 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL,</b> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g ( <b>MLE,</b> ), Pomidor 70 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ),
II Śniadanie: Jabłko 150 g ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	Posilek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2050.2 kcal; Białko ogółem: 79.05 g; Tłuszcz: 58.33 g; Kw. tł. nasy.: 21.58 g; Węglowodany ogółem: 317.57 g; W tym cukry: 69.01 g; Błonnik pok.: 48.22 g; Sól: 7.84 g; WW: 27.03 Por; : 15.42 %; : 61.96 %; Ener. z T: 25.6 %; Ener. z Bł.: 4.7 %; K: 4267.72 mg;