

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-08-23 <b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa</b>		
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 smażona (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, 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, Śliwka szt 1 szt, 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: 2352.51 kcal; Białko ogółem: 92.22 g; Tłuszcz: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 355.15 g; W tym cukry: 86.19 g; Błonnik pok.: 31.97 g; Sól: 6.62 g; WW: 32.32 Por; : 15.68 %; : 60.39 %; Ener. z T: 26.12 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 3941.3 mg;

piątek 2024-08-23 <b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna</b>		
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, Jabłko 1 szt 1 szt, 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: 2268.62 kcal; Białko ogółem: 91.52 g; Tłuszcz: 59.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.16 g; Węglowodany ogółem: 354.94 g; W tym cukry: 94.1 g; Błonnik pok.: 32.09 g; Sól: 7.29 g; WW: 32.28 Por; : 16.14 %; : 62.58 %; Ener. z T: 23.66 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 3916.16 mg;

piątek 2024-08-23 <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> ), 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> ), Śliwka szt 1 szt, 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> ), Paprykarz szczeciński 20 g ( <u>RYB, SOJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1983.54 kcal; Białko ogółem: 90.36 g; Tłuszcz: 64.89 g; Kw. tł. nasy.: 21.78 g; Węglowodany ogółem: 279.05 g; W tym cukry: 43.43 g; Błonnik pok.: 41.66 g; Sól: 6.51 g; WW: 23.78 Por; : 18.22 %; : 56.27 %; Ener. z T: 29.44 %; Ener. z Bł.: 4.2 %; K: 4643.65 mg;