

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEW- Ginekologia		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-08-26      Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>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> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ</u> ), Ogórek świeży 70 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</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> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 60 g , Sałata zielona 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2102.33 kcal; Białko ogółem: 69.47 g; Tłuszcz: 50.62 g; Kw. tł. nasy.: 21.87 g; Węglowodany ogółem: 354.02 g; W tym cukry: 90.95 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 6.53 g; WW: 33.28 Por; : 13.22 %; : 67.36 %; Ener. z T: 21.67 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 2681.36 mg;

<b>poniedziałek 2024-08-26      Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 70 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</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> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 60 g , Sałata zielona 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2120.05 kcal; Białko ogółem: 69.33 g; Tłuszcz: 50.42 g; Kw. tł. nasy.: 21.88 g; Węglowodany ogółem: 357.5 g; W tym cukry: 90.56 g; Błonnik pok.: 19.1 g; Sól: 6.81 g; WW: 33.95 Por; : 13.08 %; : 67.45 %; Ener. z T: 21.4 %; Ener. z Bł.: 1.8 %; K: 2592.12 mg;

<b>poniedziałek 2024-08-26      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> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ</u> ), Ogórek świeży 70 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ryż (brązowy) z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g , Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</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> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 60 g , Sałata zielona 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
II Śniadanie: Jabłko 100 g ,	Podwieczorek: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml ,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g ( <u>SOJ, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1928.84 kcal; Białko ogółem: 64.09 g; Tłuszcz: 46.99 g; Kw. tł. nasy.: 21.53 g; Węglowodany ogółem: 329.82 g; W tym cukry: 92.77 g; Błonnik pok.: 38.21 g; Sól: 6.41 g; WW: 29.1 Por; : 13.29 %; : 68.4 %; Ener. z T: 21.93 %; Ener. z Bł.: 3.96 %; K: 3762.17 mg;