

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2024-07-31</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW,</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> ), Ser topiony 50 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kminkowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 300 g ( <u>GLU JECZ,</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g ( <u>MLE, S02,</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</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> ), Paprykarz szczeciński 80 g ( <u>RYB, SOJ,</u> ), Ogórek świeży 60 g, Sałata zielona 10 g,
		Posiłek nocny: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2394.26 kcal; Białko ogółem: 84.96 g; Tłuszcz: 73.83 g; Kw. tł. nasy.: 30.45 g; Węglowodany ogółem: 361.39 g; W tym cukry: 82.89 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 8.1 g; WW: 33.08 Por; : 14.19 %; : 60.38 %; Ener. z T: 27.75 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3735.62 mg;

<b>środa 2024-07-31</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW,</u> ), 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 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 300 g ( <u>GLU JECZ,</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 200 g, 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> ), Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ,</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: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2296.08 kcal; Białko ogółem: 89.24 g; Tłuszcz: 57.51 g; Kw. tł. nasy.: 21.4 g; Węglowodany ogółem: 366.54 g; W tym cukry: 77.51 g; Błonnik pok.: 25.97 g; Sól: 7.53 g; WW: 34.13 Por; : 15.55 %; : 63.86 %; Ener. z T: 22.54 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3681.22 mg;

<b>środa 2024-07-31</b>		
<b>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> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Pomidor 70 g,	Kminkowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 300 g ( <u>GLU JECZ,</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 100 g ( <u>MLE, S02,</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g, 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> ), Szyńka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ,</u> ), Ogórek świeży 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</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: 2053.82 kcal; Białko ogółem: 88.16 g; Tłuszcz: 53.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.26 g; Węglowodany ogółem: 322.58 g; W tym cukry: 50.84 g; Błonnik pok.: 36.91 g; Sól: 8.72 g; WW: 28.59 Por; : 17.17 %; : 62.83 %; Ener. z T: 23.47 %; Ener. z Bł.: 3.59 %; K: 3824.66 mg;