

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-09-02</b> <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-żytni 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,	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Ogórek świeży 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2238.33 kcal; Białko ogółem: 89.38 g; Tłuszcz: 51.73 g; Kw. tł. nasy.: 22.2 g; Węglowodany ogółem: 367.74 g; W tym cukry: 110.95 g; Błonnik pok.: 32.46 g; Sól: 6.91 g; WW: 33.59 Por; : 15.97 %; : 65.72 %; Ener. z T: 20.8 %; Ener. z Bł.: 2.9 %; K: 3635.4 mg;

<b>poniedziałek 2024-09-02</b> <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 ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt, 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> ), Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</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: Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2012.18 kcal; Białko ogółem: 79.43 g; Tłuszcz: 46.95 g; Kw. tł. nasy.: 21.89 g; Węglowodany ogółem: 326.41 g; W tym cukry: 108.96 g; Błonnik pok.: 21.7 g; Sól: 7.15 g; WW: 30.54 Por; : 15.79 %; : 64.89 %; Ener. z T: 21 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 2633.88 mg;

<b>poniedziałek 2024-09-02</b> <b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów</b>		
Chleb razowy żytnio-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 b/c 250 ml,	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> ), Jabłko 1 szt 1 szt, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</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: Sałatka z brokołu i pomidora 150 g,	Podwieczorek: Arbuz 150 g,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 20 g ( <u>SOJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1870.21 kcal; Białko ogółem: 81.89 g; Tłuszcz: 57.13 g; Kw. tł. nasy.: 22.52 g; Węglowodany ogółem: 268.67 g; W tym cukry: 65.36 g; Błonnik pok.: 38.43 g; Sól: 7.02 g; WW: 23.01 Por; : 17.52 %; : 57.46 %; Ener. z T: 27.49 %; Ener. z Bł.: 4.11 %; K: 3083.77 mg;