

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-09-24</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JECZ,</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> ), Buraczki gotowane () plastry 60 g, Rukola 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki gotowane () 300 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g, Marchew oprószana z olejem () 100 g ( <u>GLU PSZ,</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> ), Szyńka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u> ), Pomidor 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ),
		Posiłek nocny: Gruszka 1szt. 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2205.19 kcal; Białko ogółem: 90.31 g; Tłuszcz: 59.4 g; Kw. tł. nasy.: 21.71 g; Węglowodany ogółem: 344.25 g; W tym cukry: 82.54 g; Błonnik pok.: 35.14 g; Sól: 8.28 g; WW: 30.9 Por; : 16.38 %; : 62.44 %; Ener. z T: 24.24 %; Ener. z Bł.: 3.19 %; K: 4992.52 mg;

<b>wtorek 2024-09-24</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JECZ,</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> ), Buraczki gotowane () plastry 60 g, Rukola 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki gotowane () 300 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <u>GLU PSZ,</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> ), Szyńka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ), Pomidor 70 g,
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2158.68 kcal; Białko ogółem: 89.4 g; Tłuszcz: 52.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; Węglowodany ogółem: 348.04 g; W tym cukry: 82.19 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 8.76 g; WW: 31.5 Por; : 16.57 %; : 64.49 %; Ener. z T: 21.87 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 4894.96 mg;

<b>wtorek 2024-09-24</b>		
<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> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ), Pomidor 60 g, Rukola 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki gotowane () 300 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g, Marchew oprószana z olejem () 100 g ( <u>GLU PSZ,</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> ), Szyńka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u> ), Pomidor 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ),
II Śniadanie: Sałatka z brokołu i pomidora 130 g,	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2052.85 kcal; Białko ogółem: 90.45 g; Tłuszcz: 65.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.38 g; Węglowodany ogółem: 296.9 g; W tym cukry: 54.2 g; Błonnik pok.: 42.21 g; Sól: 7.38 g; WW: 25.42 Por; : 17.62 %; : 57.85 %; Ener. z T: 28.56 %; Ener. z Bł.: 4.11 %; K: 5637.58 mg;