

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2024-09-25</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 JĘCZ,</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, SO2,</u> ), Cukinia pieczona z olejem * 100 g , 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> ), Paprykarz szczeciński 80 g ( <u>RYB, SOJ,</u> ), Ogórek kiszony 60 g , Sałata zielona 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
		Posiłek nocny: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2389.46 kcal; Białko ogółem: 84.96 g; Tłuszcz: 73.8 g; Kw. tł. nasy.: 30.44 g; Węglowodany ogółem: 360.05 g; W tym cukry: 81.6 g; Błonnik pok.: 30.76 g; Sól: 9.13 g; WW: 32.97 Por; : 14.22 %; : 60.27 %; Ener. z T: 27.8 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3687.88 mg;

<b>środa 2024-09-25</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 JĘCZ,</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> ), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <u>RYB,</u> ), Pomidor 60 g , Sałata zielona 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
		Posiłek nocny: Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2353.91 kcal; Białko ogółem: 91.54 g; Tłuszcz: 56.93 g; Kw. tł. nasy.: 21.46 g; Węglowodany ogółem: 381.21 g; W tym cukry: 81.04 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sól: 6.37 g; WW: 35.34 Por; : 15.56 %; : 64.78 %; Ener. z T: 21.77 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3931.22 mg;

<b>środa 2024-09-25</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 JĘCZ,</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, SO2,</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> ), Paprykarz szczeciński 80 g ( <u>RYB, SOJ,</u> ), Ogórek kiszony 60 g , Sałata zielona 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
II Śniadanie: Arbuż 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: 2142.07 kcal; Białko ogółem: 89.63 g; Tłuszcz: 61.9 g; Kw. tł. nasy.: 19.92 g; Węglowodany ogółem: 324.5 g; W tym cukry: 49.96 g; Błonnik pok.: 37.35 g; Sól: 9.52 g; WW: 28.73 Por; : 16.74 %; : 60.6 %; Ener. z T: 26.01 %; Ener. z Bł.: 3.49 %; K: 4038.52 mg;