

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-10-08</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa</b>		
Makaron 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> ), Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 60 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 60 g, Rukola 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Grochowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Sos pieczeniowy 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> ), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE</u> ), 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-żytni 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 80 g ( <u>RYB, SEL</u> ), Ogórek kiszony 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
		Posiłek nocny: Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2306.67 kcal; Białko ogółem: 104.83 g; Tłuszcz: 62.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; Węglowodany ogółem: 348.17 g; W tym cukry: 71.54 g; Błonnik pok.: 37.86 g; Sól: 8.78 g; WW: 31.09 Por; : 18.18 %; : 60.38 %; Ener. z T: 24.28 %; Ener. z Bł.: 3.28 %; K: 3757.41 mg;

<b>wtorek 2024-10-08</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna</b>		
Makaron 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> ), Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 60 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 60 g, Rukola 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Solferino () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> ), Sos pieczeniowy 50 ml ( <u>GLU PSZ</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> ), Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 80 g ( <u>RYB, SEL</u> ), Pomidor 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
		Posiłek nocny: Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2227.64 kcal; Białko ogółem: 97.47 g; Tłuszcz: 59.92 g; Kw. tł. nasy.: 23.62 g; Węglowodany ogółem: 337.2 g; W tym cukry: 76.68 g; Błonnik pok.: 30.06 g; Sól: 8.02 g; WW: 30.79 Por; : 17.5 %; : 60.55 %; Ener. z T: 24.21 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 3754.03 mg;

<b>wtorek 2024-10-08</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> ), Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 60 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 60 g, Rukola 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Solferino () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> ), Sos pieczeniowy 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE</u> ), Marchew oprószana z olejem () 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), 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> ), Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 80 g ( <u>RYB, SEL</u> ), Ogórek kiszony 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Paluszki z sezamem 30 g ( <u>GLU PSZ, SEZ</u> ),	Posiłek nocny: Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2079.22 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz: 59.64 g; Kw. tł. nasy.: 21.65 g; Węglowodany ogółem: 310.33 g; W tym cukry: 55.33 g; Błonnik pok.: 41.95 g; Sól: 8.11 g; WW: 26.89 Por; : 17.89 %; : 59.7 %; Ener. z T: 25.82 %; Ener. z Bł.: 4.04 %; K: 3997.6 mg;