

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEW- Ginekologia		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posilek nocny
wtorek 2024-11-05		
Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa		
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>),
		Posilek 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;

wtorek 2024-11-05		
Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna		
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>),
		Posilek 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;

wtorek 2024-11-05		
Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
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>),	Posilek 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;