

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2024-11-13 <b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Chleb razowy żytnio-pszenno 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Ser żółty 60 g ( <b>MLE</b> ), Rzodkiew biała 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Zupa z soczewicy () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane () 300 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ), Sos jarzynowy () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Cwikła z chrzanem () 100 g ( <b>MLE, S02</b> ), Kalafior gotowany* 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Chleb razowy żytnio-pszenno 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Szyńka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</b> ), Pomidor 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ),
		Posiłek nocny: Śliwka 150 g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2406.16 kcal; Białko ogółem: 104.89 g; Tłuszcz: 62.92 g; Kw. tł. nasy.: 31.27 g; Węglowodany ogółem: 374.95 g; W tym cukry: 81.4 g; Błonnik pok.: 38.29 g; Sól: 8.87 g; WW: 33.71 Por; : 17.44 %; : 62.33 %; Ener. z T: 23.53 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 5846.82 mg;

środa 2024-11-13 <b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Grycikowa () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane () 300 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ), Sos jarzynowy () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Buraczki oprószane () 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Szyńka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</b> ), Pomidor 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ),
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2114.32 kcal; Białko ogółem: 89.2 g; Tłuszcz: 40.78 g; Kw. tł. nasy.: 18.91 g; Węglowodany ogółem: 360.85 g; W tym cukry: 83.76 g; Błonnik pok.: 28.62 g; Sól: 8.01 g; WW: 33.24 Por; : 16.88 %; : 68.27 %; Ener. z T: 17.36 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4713.49 mg;

środa 2024-11-13 <b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów</b>		
Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE</b> ), Rzodkiew biała 70 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Zupa z soczewicy () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane () 300 g, Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ), Sos jarzynowy () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Cwikła z chrzanem () 100 g ( <b>MLE, S02</b> ), Kalafior gotowany* 100 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ), Szyńka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</b> ), Pomidor 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ),
II Śniadanie: Śliwka 150 g,	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <b>MLE</b> ),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2120.96 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz: 46.61 g; Kw. tł. nasy.: 18.75 g; Węglowodany ogółem: 348.54 g; W tym cukry: 61.52 g; Błonnik pok.: 43.93 g; Sól: 9.07 g; WW: 30.51 Por; : 18.59 %; : 65.73 %; Ener. z T: 19.78 %; Ener. z Bł.: 4.14 %; K: 6072.21 mg;