

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2024-11-15 Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb razowy żytnio-pszeny 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Dyniowa z makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki gotowane () 300 g, Ryba smażona (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ), Sos cytrynowy 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <u>SEL</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb razowy żytnio-pszeny 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Twarożek 80 g ( <u>MLE</u> ), Dżem 30 g, Śliwka szt 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ),
		Posiłek nocny: Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2573.96 kcal; Białko ogółem: 99.91 g; Tłuszcz: 71.83 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 396.39 g; W tym cukry: 88.3 g; Błonnik pok.: 35.91 g; Sól: 6.94 g; WW: 36.06 Por; : 15.53 %; : 61.6 %; Ener. z T: 25.12 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 4726.36 mg;

piątek 2024-11-15 Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna		
Płatki pszenne 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> ), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Dyniowa z makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki gotowane () 300 g, Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB</u> ), Sos cytrynowy 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL</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> ), Twarożek 80 g ( <u>MLE</u> ), Dżem 30 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ),
		Posiłek nocny: Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2490.07 kcal; Białko ogółem: 99.21 g; Tłuszcz: 63.2 g; Kw. tł. nasy.: 22.4 g; Węglowodany ogółem: 396.18 g; W tym cukry: 96.21 g; Błonnik pok.: 36.03 g; Sól: 7.61 g; WW: 36.02 Por; : 15.94 %; : 63.64 %; Ener. z T: 22.84 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 4701.22 mg;

piątek 2024-11-15 Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Chleb razowy żytnio-pszeny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Dyniowa z makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ziemniaki gotowane () 300 g, Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB</u> ), Sos cytrynowy 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <u>SEL</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Chleb razowy żytnio-pszeny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Twarożek 80 g ( <u>MLE</u> ), Śliwka szt 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ),
II Śniadanie: Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 130 g,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszeny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Paprykarz szczeciński 20 g ( <u>RYB, SOJ</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2204.99 kcal; Białko ogółem: 98.05 g; Tłuszcz: 68.46 g; Kw. tł. nasy.: 23.02 g; Węglowodany ogółem: 320.29 g; W tym cukry: 45.54 g; Błonnik pok.: 45.6 g; Sól: 6.83 g; WW: 27.52 Por; : 17.79 %; : 58.1 %; Ener. z T: 27.94 %; Ener. z Bł.: 4.14 %; K: 5428.71 mg;