

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2024-11-19 Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa		
Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JECZ), Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb razowy żytnio-pszenny 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Buraczki gotowane () plastry 60 g, Rukola 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane () 300 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g, Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb razowy żytnio-pszenny 32 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szyńka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR), Pomidor 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ),
		Posiłek nocny: Gruszka 1szt. 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2205.19 kcal; Białko ogółem: 90.31 g; Tłuszcz: 59.4 g; Kw. tł. nasy.: 21.71 g; Węglowodany ogółem: 344.25 g; W tym cukry: 82.54 g; Błonnik pok.: 35.14 g; Sól: 8.28 g; WW: 30.9 Por; : 16.38 %; : 62.44 %; Ener. z T: 24.24 %; Ener. z Bł.: 3.19 %; K: 4992.52 mg;

wtorek 2024-11-19 Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna		
Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JECZ), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Buraczki gotowane () plastry 60 g, Rukola 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane () 300 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE), Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szyńka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR), Pomidor 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ),
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2158.68 kcal; Białko ogółem: 89.4 g; Tłuszcz: 52.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; Węglowodany ogółem: 348.04 g; W tym cukry: 82.19 g; Błonnik pok.: 33.09 g; Sól: 8.76 g; WW: 31.5 Por; : 16.57 %; : 64.49 %; Ener. z T: 21.87 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 4894.96 mg;

wtorek 2024-11-19 Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Pomidor 60 g, Rukola 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane () 300 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g, Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 10 g (MLE), Szyńka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR), Pomidor 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ),
II Śniadanie: Sałatka z brokołu i pomidora 130 g,	Podwieczorek: Gruszka 1szt. 150 g,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2052.85 kcal; Białko ogółem: 90.45 g; Tłuszcz: 65.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.38 g; Węglowodany ogółem: 296.9 g; W tym cukry: 54.2 g; Błonnik pok.: 42.21 g; Sól: 7.38 g; WW: 25.42 Por; : 17.62 %; : 57.85 %; Ener. z T: 28.56 %; Ener. z Bł.: 4.11 %; K: 5637.58 mg;