

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-11-25</b> <b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa</b>		
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-pszenny 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE,</u> ), Surówka z selera i jabłka () 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 m	Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), Ogórek kiszony 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ),
		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2232.61 kcal; Białko ogółem: 91.15 g; Tłuszcz: 53.43 g; Kw. tł. nasy.: 23.4 g; Węglowodany ogółem: 362.19 g; W tym cukry: 100.56 g; Błonnik pok.: 35.37 g; Sól: 8.27 g; WW: 32.8 Por; : 16.33 %; : 64.89 %; Ener. z T: 21.54 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 3776.3 mg;

<b>poniedziałek 2024-11-25</b> <b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna</b>		
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> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE,</u> ), Surówka z selera i jabłka () 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 m	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ),
		Posiłek nocny: Banan 1szt. 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2147.36 kcal; Białko ogółem: 83.99 g; Tłuszcz: 48.82 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; Węglowodany ogółem: 353.89 g; W tym cukry: 101.72 g; Błonnik pok.: 27.87 g; Sól: 7.53 g; WW: 32.72 Por; : 15.65 %; : 65.92 %; Ener. z T: 20.46 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 3569.27 mg;

<b>poniedziałek 2024-11-25</b> <b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów</b>		
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE,</u> ), Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), Ogórek kiszony 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ),
II Śniadanie: Sałatka z brokuła i pomidora 150 g,	Podwieczorek: Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 20 g ( <u>SOJ,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1956.61 kcal; Białko ogółem: 86.08 g; Tłuszcz: 58.99 g; Kw. tł. nasy.: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 284.94 g; W tym cukry: 45.21 g; Błonnik pok.: 46.67 g; Sól: 8.44 g; WW: 23.83 Por; : 17.6 %; : 58.25 %; Ener. z T: 27.13 %; Ener. z Bł.: 4.77 %; K: 3871.88 mg;