

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-11-26</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenno 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ryż na sypko 200 g, Szyńka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g, Buraczki gotowane () 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenno 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ,</u> ), Rzodkiew biała 60 g, Rukola 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2121.19 kcal; Białko ogółem: 96.57 g; Tłuszcz: 48.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.94 g; Węglowodany ogółem: 338.55 g; W tym cukry: 91.19 g; Błonnik pok.: 27.6 g; Sól: 6.48 g; WW: 31.2 Por; : 18.21 %; : 63.84 %; Ener. z T: 20.37 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 3868.76 mg;

<b>wtorek 2024-11-26</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna</b>		
Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ryż na sypko 200 g, Szyńka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Buraczki gotowane () 200 g, 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> ), Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ,</u> ), Pomidor 60 g, Rukola 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2117.68 kcal; Białko ogółem: 96.58 g; Tłuszcz: 44.58 g; Kw. tł. nasy.: 21.7 g; Węglowodany ogółem: 342.53 g; W tym cukry: 92.97 g; Błonnik pok.: 22.56 g; Sól: 6.84 g; WW: 32.03 Por; : 18.24 %; : 64.7 %; Ener. z T: 18.95 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 3840.77 mg;

<b>wtorek 2024-11-26</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów</b>		
Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Szyńka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ,</u> ), Rzodkiew biała 60 g, Rukola 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1929.99 kcal; Białko ogółem: 95.2 g; Tłuszcz: 50.88 g; Kw. tł. nasy.: 21.59 g; Węglowodany ogółem: 286.17 g; W tym cukry: 52.56 g; Błonnik pok : 42.44 g; Sól: 5.84 g; WW: 24.45 Por; : 19.73 %; : 59.31 %; Ener. z T: 23.72 %; Ener. z Bł.: 4.4 %; K: 3945.79 mg;