

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-12-12</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-pszenny 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 60 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g ( <u>SEL,</u> ), Sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <u>MLE,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	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> ), Szyunka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ,</u> ), Sałatka jarzynowa () 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ),
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <u>MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2217.72 kcal; Białko ogółem: 86.18 g; Tłuszcz: 64.83 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 336.89 g; W tym cukry: 77.99 g; Błonnik pok.: 30.42 g; Sól: 7.02 g; WW: 30.7 Por; : 15.54 %; : 60.76 %; Ener. z T: 26.31 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 3714.61 mg;

<b>czwartek 2024-12-12</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> ), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 60 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g ( <u>SEL,</u> ), Sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Marchew gotowana z olejem () 100 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> ), Szyunka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ,</u> ), Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ),
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <u>MLE,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2181.77 kcal; Białko ogółem: 87.16 g; Tłuszcz: 58.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.38 g; Węglowodany ogółem: 339.48 g; W tym cukry: 75.66 g; Błonnik pok.: 27.39 g; Sól: 7.12 g; WW: 31.22 Por; : 15.98 %; : 62.24 %; Ener. z T: 24.14 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3643.71 mg;

<b>czwartek 2024-12-12</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> ), Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomidor 60 g, Salata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g ( <u>SEL,</u> ), Sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <u>MLE,</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> ), Szyunka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ,</u> ), Sałatka jarzynowa () 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ),
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ), Hummus 20 g ( <u>SEZ,</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2135.79 kcal; Białko ogółem: 81.7 g; Tłuszcz: 67.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 320.75 g; W tym cukry: 56.72 g; Błonnik pok.: 43.91 g; Sól: 7.1 g; WW: 27.75 Por; : 15.3 %; : 60.07 %; Ener. z T: 28.46 %; Ener. z Bł.: 4.11 %; K: 4398.29 mg;