

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: PRZEWORSK SZPITAL  |   |   |
|---|---|---|
| Śniadanie - II Śniadanie  | Obiad - Podwieczorek  | Kolacja - Posiłek nocny   |
| <b>czwartek 2024-12-19</b> <b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa</b>  |   |   |
| Kasza manna 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> ), Paszтет z fasoli () 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, | Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos boloński z mięsa wp () 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Surówka z rzodkwi białej 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> ), Polędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g ( <u>SOJ, MLE</u> ), Papryka świeża 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ), |
|   |   | <b>Posiłek nocny:</b> Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <u>MLE</u> ),  |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2170.84 kcal; Białko ogółem: 83.55 g; Tłuszcz: 63.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.41 g; Węglowodany ogółem: 328.05 g; W tym cukry: 70.7 g; Błonnik pok.: 28.92 g; Sól: 6.34 g; WW: 30.03 Por; : 15.4 %; : 60.45 %; Ener. z T: 26.29 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3126.71 mg;

|   |   |   |
|---|---|---|
| <b>czwartek 2024-12-19</b> <b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna</b>   |   |   |
| Kasza manna 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> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, | Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos boloński z mięsa wp - dieta () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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> ), Polędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g ( <u>SOJ, MLE</u> ), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ), |
|   |   | <b>Posiłek nocny:</b> Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <u>MLE</u> ),  |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2054.69 kcal; Białko ogółem: 81.09 g; Tłuszcz: 58.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.86 g; Węglowodany ogółem: 305.93 g; W tym cukry: 64.09 g; Błonnik pok.: 17.24 g; Sól: 7.77 g; WW: 29 Por; : 15.79 %; : 59.56 %; Ener. z T: 25.45 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 2310.35 mg;

|   |  |   |
|---|--|---|
| <b>czwartek 2024-12-19</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> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, | Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos boloński z mięsa wp () 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g, Surówka z rzodkwi białej 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> ), Polędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g ( <u>SOJ, MLE</u> ), Papryka świeża 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ), |
| <b>II Śniadanie:</b> Jabłko 1 szt 1 szt,  | <b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ),   | <b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g ( <u>SOJ</u> ),  |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1986.72 kcal; Białko ogółem: 79.85 g; Tłuszcz: 62.99 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 287.52 g; W tym cukry: 49.53 g; Błonnik pok.: 41.42 g; Sól: 7.99 g; WW: 24.82 Por; : 16.08 %; : 57.89 %; Ener. z T: 28.54 %; Ener. z Bł.: 4.17 %; K: 3543.94 mg;