

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2024-11-29</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa</b>		
Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ), Ziemniaki gotowane () 300 g, Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB,</b> ), Sos koperkowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g, Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 32 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ), Dżem 25 g, Twarożek 40 g ( <b>MLE,</b> ), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2272.66 kcal; Białko ogółem: 89.38 g; Tłuszcz: 54.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.1 g; Węglowodany ogółem: 369.24 g; W tym cukry: 109.13 g; Błonnik pok.: 33.41 g; Sól: 6.34 g; WW: 33.61 Por; : 15.73 %; : 64.99 %; Ener. z T: 21.76 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 4458.71 mg;

<b>piątek 2024-11-29</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna</b>		
Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ), Ziemniaki gotowane () 300 g, Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB,</b> ), Sos koperkowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ), Dżem 25 g, Twarożek 40 g ( <b>MLE,</b> ), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2318.51 kcal; Białko ogółem: 89.37 g; Tłuszcz: 56.82 g; Kw. tł. nasy.: 21.2 g; Węglowodany ogółem: 375.62 g; W tym cukry: 106.82 g; Błonnik pok.: 31.98 g; Sól: 6.85 g; WW: 34.39 Por; : 15.42 %; : 64.8 %; Ener. z T: 22.05 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 4355.11 mg;

<b>piątek 2024-11-29</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów</b>		
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką () 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ), Ziemniaki gotowane () 300 g, Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB,</b> ), Sos koperkowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ), Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ), Ser żółty 60 g ( <b>MLE,</b> ), Ogórek kiszony 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ),
<b>II Śniadanie:</b> Jabłko 1 szt 1 szt,	<b>Podwieczorek:</b> Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2130.3 kcal; Białko ogółem: 97.15 g; Tłuszcz: 70.73 g; Kw. tł. nasy.: 29.67 g; Węglowodany ogółem: 297.43 g; W tym cukry: 43.02 g; Błonnik pok.: 40.01 g; Sól: 10.19 g; WW: 25.73 Por; : 18.24 %; : 55.85 %; Ener. z T: 29.88 %; Ener. z Bł.: 3.76 %; K: 4711.57 mg;