

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEW- Położniczy		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2024-12-30		
Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g, Buraczki gotowane () plastry 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 z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Sos jogurtowy naturalny 150 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-pszenno-żytni 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu i papryki 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1925.81 kcal; Białko ogółem: 72.87 g; Tłuszcz: 38.64 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 337.03 g; W tym cukry: 104.66 g; Błonnik pok.: 25 g; Sól: 6.02 g; WW: 31.29 Por; : 15.14 %; : 70 %; Ener. z T: 18.06 %; Ener. z Bł.: 2.6 %; K: 3174.78 mg;

poniedziałek 2024-12-30		
Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g, Buraczki gotowane () plastry 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 z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Sos jogurtowy naturalny 150 g (<u>MLE</u>), 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>), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1953.6 kcal; Białko ogółem: 74.88 g; Tłuszcz: 38.88 g; Kw. tł. nasy.: 21.32 g; Węglowodany ogółem: 339.39 g; W tym cukry: 103.13 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sól: 6.32 g; WW: 31.87 Por; : 15.33 %; : 69.49 %; Ener. z T: 17.91 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 2953.66 mg;

poniedziałek 2024-12-30		
Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g, 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 (brązowy) z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Sos jogurtowy naturalny 150 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu i papryki 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
II Śniadanie: Mandarynka 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1738 kcal; Białko ogółem: 72.03 g; Tłuszcz: 37.8 g; Kw. tł. nasy.: 20.33 g; Węglowodany ogółem: 292.35 g; W tym cukry: 73.7 g; Błonnik pok.: 37.31 g; Sól: 5.3 g; WW: 25.55 Por; : 16.58 %; : 67.28 %; Ener. z T: 19.58 %; Ener. z Bł.: 4.29 %; K: 3500.88 mg;