

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-01-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>MLE</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> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 60 g , Salata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g ( <u>SEL</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> ), Pasztet z fasoli () 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Rzodkiew biała 70 g , 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: 2364.06 kcal; Białko ogółem: 79.78 g; Tłuszcz: 76.7 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 355.43 g; W tym cukry: 83.22 g; Błonnik pok.: 35.46 g; Sól: 7.5 g; WW: 32.07 Por; : 13.5 %; : 60.14 %; Ener. z T: 29.2 %; Ener. z Bł.: 3 %; K: 3916.96 mg;

<b>czwartek 2025-01-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>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, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 60 g , Salata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Brokuł gotowany* 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> ), Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g ( <u>SOJ, MLE</u> ), Pomidor 70 g , 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: 2154.38 kcal; Białko ogółem: 83.4 g; Tłuszcz: 61.79 g; Kw. tł. nasy.: 27.04 g; Węglowodany ogółem: 326.6 g; W tym cukry: 72.59 g; Błonnik pok.: 24.32 g; Sól: 8.57 g; WW: 30.22 Por; : 15.49 %; : 60.64 %; Ener. z T: 25.81 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3438.94 mg;

<b>czwartek 2025-01-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- C2 Łatwo strawna/położnicza</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ), Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Brokuł gotowany* 200 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g ( <u>SOJ, MLE</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
II Śniadanie: Jablko 1 szt 1 szt ,	Podwieczorek: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> ),	Posiłek nocny: Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2290.4 kcal; Białko ogółem: 91.45 g; Tłuszcz: 64.48 g; Kw. tł. nasy.: 28.15 g; Węglowodany ogółem: 346.06 g; W tym cukry: 89.55 g; Błonnik pok.: 22.44 g; Sól: 7.34 g; WW: 32.36 Por; : 15.97 %; : 60.44 %; Ener. z T: 25.34 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 3569.82 mg;