

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: PRZEWORSK SZPITAL | | |
|---|--|---|
| Śniadanie - II Śniadanie | Obiad - Podwieczorek | Kolacja - Posiłek nocny |
| piątek 2025-01-03 | | |
| Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa | | |
| 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 jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Pomidor 70 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , | Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g , Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Surówka żydowska z olejem () 100 g , Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</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>), Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>), Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por , Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), |
| | | Posiłek nocny: Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2324.66 kcal; Białko ogółem: 93.48 g; Tłuszcz: 64.63 g; Kw. tł. nasy.: 22.89 g; Węglowodany ogółem: 355.7 g; W tym cukry: 76.27 g; Błonnik pok.: 31.43 g; Sól: 7.02 g; WW: 32.41 Por; : 16.08 %; : 61.2 %; Ener. z T: 25.02 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 4404.58 mg;

| | | |
|---|---|---|
| piątek 2025-01-03 | | |
| Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna | | |
| 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 jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Pomidor 70 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , | Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g , Pulpet rybny (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</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>), Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>), Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por , Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), |
| | | Posiłek nocny: Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2245.49 kcal; Białko ogółem: 92 g; Tłuszcz: 51.55 g; Kw. tł. nasy.: 22.08 g; Węglowodany ogółem: 367.07 g; W tym cukry: 80.38 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 6.84 g; WW: 33.7 Por; : 16.39 %; : 65.39 %; Ener. z T: 20.66 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 4440.56 mg;

| | | |
|--|--|--|
| piątek 2025-01-03 | | |
| Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów | | |
| Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Pomidor 70 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , | Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g , Pulpet rybny (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>), Surówka żydowska z olejem b/c () 100 g , Warzywa po grecku () b/c 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</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>), Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>), Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por , Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>), |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>), | Podwieczorek: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml , | Posiłek nocny: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt , |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2075.46 kcal; Białko ogółem: 89.91 g; Tłuszcz: 53.7 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 325.98 g; W tym cukry: 59.84 g; Błonnik pok.: 37.14 g; Sól: 8.53 g; WW: 28.85 Por; : 17.33 %; : 62.83 %; Ener. z T: 23.29 %; Ener. z Bł.: 3.58 %; K: 4767.54 mg;