

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-01-10		
Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa		
Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Dyniowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g, Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 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 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Twarożek 80 g (<u>MLE</u>), Dżem 30 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
		Posiłek nocny: Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2589.57 kcal; Białko ogółem: 99.73 g; Tłuszcz: 70.21 g; Kw. tł. nasy.: 23.19 g; Węglowodany ogółem: 404.95 g; W tym cukry: 97.41 g; Błonnik pok.: 37.8 g; Sól: 6.89 g; WW: 36.71 Por.; : 15.41 %; : 62.55 %; Ener. z T: 24.4 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 4794.04 mg;

piątek 2025-01-10		
Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna		
Płatki pszenne 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>), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Dyniowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g, Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB</u>), Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>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>), Dżem 30 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
		Posiłek nocny: Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2490.07 kcal; Białko ogółem: 99.21 g; Tłuszcz: 63.2 g; Kw. tł. nasy.: 22.4 g; Węglowodany ogółem: 396.18 g; W tym cukry: 96.21 g; Błonnik pok.: 36.03 g; Sól: 7.61 g; WW: 36.02 Por.; : 15.94 %; : 63.64 %; Ener. z T: 22.84 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 4701.22 mg;

piątek 2025-01-10		
Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Dyniowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g, Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB</u>), Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Twarożek 80 g (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
II Śniadanie: Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 130 g,	Podwieczorek: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Paprykarz szczeciński 20 g (<u>RYB, SOJ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.59 kcal; Białko ogółem: 96.49 g; Tłuszcz: 67.88 g; Kw. tł. nasy.: 24.25 g; Węglowodany ogółem: 329.07 g; W tym cukry: 58.91 g; Błonnik pok.: 47.64 g; Sól: 6.79 g; WW: 28.22 Por.; : 17.34 %; : 59.14 %; Ener. z T: 27.45 %; Ener. z Bł.: 4.28 %; K: 5443.91 mg;