

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-01-13</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-pszenny 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ</u> ), Ogórek kiszony 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Sos jogurtowy naturalny 100 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-pszenny 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2096.73 kcal; Białko ogółem: 69.47 g; Tłuszcz: 50.59 g; Kw. tł. nasy.: 21.86 g; Węglowodany ogółem: 352.45 g; W tym cukry: 89.45 g; Błonnik pok.: 21.81 g; Sól: 7.73 g; WW: 33.15 Por; : 13.25 %; : 67.24 %; Ener. z T: 21.72 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 2625.66 mg;

<b>poniedziałek 2025-01-13</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, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Sos jogurtowy naturalny 100 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> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2120.05 kcal; Białko ogółem: 69.33 g; Tłuszcz: 50.42 g; Kw. tł. nasy.: 21.88 g; Węglowodany ogółem: 357.5 g; W tym cukry: 90.56 g; Błonnik pok.: 19.1 g; Sól: 6.81 g; WW: 33.95 Por; : 13.08 %; : 67.45 %; Ener. z T: 21.4 %; Ener. z Bł.: 1.8 %; K: 2592.12 mg;

<b>poniedziałek 2025-01-13</b> <b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów</b>		
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ</u> ), Ogórek kiszony 70 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Ryż (brązowy) z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</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> ), Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Jabłko 1 szt 1 szt,	<b>Podwieczorek:</b> Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g ( <u>SOJ, MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1922.24 kcal; Białko ogółem: 62.89 g; Tłuszcz: 46.96 g; Kw. tł. nasy.: 21.52 g; Węglowodany ogółem: 329.6 g; W tym cukry: 93.02 g; Błonnik pok.: 39.06 g; Sól: 7.51 g; WW: 29.07 Por; : 13.09 %; : 68.59 %; Ener. z T: 21.99 %; Ener. z Bł.: 4.06 %; K: 3143.47 mg;