

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-01-15		
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-pszenny 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 70 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kminkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g (<u>MLE, SO2,</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g , 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>), Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ,</u>), Ogórek kiszony 60 g , Sałata zielona 10 g , 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: 2225.58 kcal; Białko ogółem: 79.19 g; Tłuszcz: 69.68 g; Kw. tł. nasy.: 28.37 g; Węglowodany ogółem: 331.92 g; W tym cukry: 83.01 g; Błonnik pok.: 28.44 g; Sól: 8.95 g; WW: 30.38 Por; : 14.23 %; : 59.66 %; Ener. z T: 28.18 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 3344.88 mg;

środa 2025-01-15		
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>), Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 70 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Cukinia pieczona z olejem * 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>), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (<u>RYB,</u>), Pomidor 60 g , Sałata zielona 10 g , 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: 2190.03 kcal; Białko ogółem: 85.76 g; Tłuszcz: 52.8 g; Kw. tł. nasy.: 19.4 g; Węglowodany ogółem: 353.09 g; W tym cukry: 82.45 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sól: 6.18 g; WW: 32.75 Por; : 15.66 %; : 64.49 %; Ener. z T: 21.7 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 3588.22 mg;

środa 2025-01-15		
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>), Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 70 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Kminkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>), Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 100 g (<u>MLE, SO2,</u>), Cukinia pieczona z olejem * 100 g , 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>), Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ,</u>), Ogórek kiszony 60 g , Sałata zielona 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),
II Śniadanie: Banan 1/2 szt. 1 Por ,	Podwieczorek: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1940.19 kcal; Białko ogółem: 81.45 g; Tłuszcz: 56.97 g; Kw. tł. nasy.: 19.19 g; Węglowodany ogółem: 292.32 g; W tym cukry: 50.27 g; Błonnik pok.: 35.82 g; Sól: 9.28 g; WW: 25.74 Por; : 16.79 %; : 60.27 %; Ener. z T: 26.43 %; Ener. z Bł.: 3.69 %; K: 3859.52 mg;