

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-01-21 Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa		
Zacierka 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>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Szyńka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g, Buraczki gotowane () 100 g, 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>), Szyńka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ</u>), Rzodkiew biała 60 g, Rukola 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: 2120.64 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz: 47.28 g; Kw. tł. nasy.: 21.83 g; Węglowodany ogółem: 339.6 g; W tym cukry: 92.16 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sól: 6.98 g; WW: 31.44 Por; : 17.91 %; : 64.06 %; Ener. z T: 20.07 %; Ener. z Bł.: 2.5 %; K: 3553.21 mg;

wtorek 2025-01-21 Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna		
Zacierka 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>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Szyńka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki gotowane () 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>), Szyńka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 60 g, Rukola 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: 2114.68 kcal; Białko ogółem: 95.83 g; Tłuszcz: 43.98 g; Kw. tł. nasy.: 21.61 g; Węglowodany ogółem: 341.83 g; W tym cukry: 95.39 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sól: 6.82 g; WW: 32.03 Por; : 18.13 %; : 64.66 %; Ener. z T: 18.72 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 3577.52 mg;

wtorek 2025-01-21 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>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Szyńka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g, 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>), Szyńka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ</u>), Rzodkiew biała 60 g, Rukola 10 g, 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 wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1932.44 kcal; Białko ogółem: 94.34 g; Tłuszcz: 50.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 287.92 g; W tym cukry: 51.1 g; Błonnik pok.: 41.95 g; Sól: 6.36 g; WW: 24.69 Por; : 19.53 %; : 59.6 %; Ener. z T: 23.63 %; Ener. z Bł.: 4.34 %; K: 3893.49 mg;