

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-01-24 Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, 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 natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g, Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g, Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 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>), Dżem 25 g, Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2267.66 kcal; Białko ogółem: 88.83 g; Tłuszcz: 54.54 g; Kw. tł. nasy.: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 368.54 g; W tym cukry: 109.95 g; Błonnik pok.: 32.76 g; Sól: 6.33 g; WW: 33.61 Por; : 15.67 %; : 65.01 %; Ener. z T: 21.65 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 4415.46 mg;

piątek 2025-01-24 Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna		
Kasza manna 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 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g, Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 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>), Dżem 25 g, Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2313.51 kcal; Białko ogółem: 88.82 g; Tłuszcz: 56.42 g; Kw. tł. nasy.: 21.14 g; Węglowodany ogółem: 374.92 g; W tym cukry: 107.64 g; Błonnik pok.: 31.33 g; Sól: 6.84 g; WW: 34.39 Por; : 15.36 %; : 64.82 %; Ener. z T: 21.95 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4311.86 mg;

piątek 2025-01-24 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 natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g, Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>), Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Kompot owocowy* b/c 250	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>), Ogórek kiszony 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2125.3 kcal; Białko ogółem: 96.6g; Tłuszcz: 70.33 g; Kw. tł. nasy.: 29.61 g; Węglowodany ogółem: 296.73 g; W tym cukry: 43.84 g; Błonnik pok.: 39.36 g; Sól: 10.18 g; WW: 25.73 Por; : 18.18 %; : 55.85 %; Ener. z T: 29.78 %; Ener. z Bł.: 3.7 %; K: 4668.32 mg;