

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-12-31</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa</b>		
Makaron 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-żytni 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 60 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 60 g, Rukola 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Grochowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Sos pieczeniowy 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE</u> ), Marchew oprószana z olejem () 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 80 g ( <u>RYB, SEL</u> ), Ogórek kiszony 70 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, S02</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2461.37 kcal; Białko ogółem: 103.88 g; Tłuszcz: 65.22 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; Węglowodany ogółem: 381.86 g; W tym cukry: 62.76 g; Błonnik pok.: 39.44 g; Sól: 9.05 g; WW: 34.37 Por; : 16.88 %; : 62.06 %; Ener. z T: 23.85 %; Ener. z Bł.: 3.21 %; K: 3623.61 mg;

<b>wtorek 2024-12-31</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna</b>		
Makaron 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> ), Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 60 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 60 g, Rukola 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Solferino () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Sos pieczeniowy 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <u>GLU PSZ</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> ), Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 80 g ( <u>RYB, SEL</u> ), Pomidor 70 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, S02</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2386.34 kcal; Białko ogółem: 96.54 g; Tłuszcz: 62.92 g; Kw. tł. nasy.: 22.59 g; Węglowodany ogółem: 371.94 g; W tym cukry: 67.8 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 8.29 g; WW: 34.17 Por; : 16.18 %; : 62.35 %; Ener. z T: 23.73 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3639.23 mg;

<b>wtorek 2024-12-31</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów</b>		
Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 60 g ( <u>SOJ</u> ), Pomidor 60 g, Rukola 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Solferino () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> ), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ), Sos pieczeniowy 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> ), Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE</u> ), Marchew oprószana z olejem () 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ), Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 80 g ( <u>RYB, SEL</u> ), Ogórek kiszony 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Jabłko 1 szt 1 szt,	<b>Podwieczorek:</b> Paluszki z sezamem 30 g ( <u>GLU PSZ, SEZ</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2068.42 kcal; Białko ogółem: 89.84 g; Tłuszcz: 57.64 g; Kw. tł. nasy.: 20.46 g; Węglowodany ogółem: 316.77 g; W tym cukry: 50.55 g; Błonnik pok.: 42.46 g; Sól: 8.02 g; WW: 27.57 Por; : 17.37 %; : 61.26 %; Ener. z T: 25.08 %; Ener. z Bł.: 4.11 %; K: 4004.8 mg;