

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-02-03 Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa		
Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy żytnio-pszen 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Brokułowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g, Kotlet z jaj 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos chrzanowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, S02,</u>), Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL,</u>), Marchew gotowana 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-pszen 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (<u>RYB, MLE,</u>), Rzodkiew biała 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),
		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2480.31 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; Tłuszcz: 68.86 g; Kw. tł. nasy.: 25.67 g; Węglowodany ogółem: 386.73 g; W tym cukry: 69.39 g; Błonnik pok.: 39.94 g; Sól: 9.17 g; WW: 34.81 Por; : 15.37 %; : 62.37 %; Ener. z T: 24.99 %; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 4753.22 mg;

poniedziałek 2025-02-03 Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna		
Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Brokułowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Marchew gotowana 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>), Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (<u>RYB, MLE,</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: Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2142.95 kcal; Białko ogółem: 80.71 g; Tłuszcz: 50.81 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 353.63 g; W tym cukry: 65.42 g; Błonnik pok.: 29.47 g; Sól: 8.68 g; WW: 32.53 Por; : 15.07 %; : 66.01 %; Ener. z T: 21.34 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 4171.13 mg;

poniedziałek 2025-02-03 Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Chleb razowy żytnio-pszen 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Kurczak gotowany-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Brokułowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g, Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL,</u>), Marchew gotowana z olejem () 100 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Chleb razowy żytnio-pszen 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g (<u>RYB, MLE,</u>), Rzodkiew biała 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),
II Śniadanie: Chleb razowy żytnio-pszen 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 20 g (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszen 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: 2059.05 kcal; Białko ogółem: 87.69 g; Tłuszcz: 53.65 g; Kw. tł. nasy.: 26.91 g; Węglowodany ogółem: 331.05 g; W tym cukry: 43.02 g; Błonnik pok.: 50.53 g; Sól: 8.76 g; WW: 28.2 Por; : 17.04 %; : 64.31 %; Ener. z T: 23.45 %; Ener. z Bł.: 4.91 %; K: 5200.96 mg;