

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2025-02-06		
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-pszenny 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL,</u>), Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (<u>MLE,</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>), Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2212.72 kcal; Białko ogółem: 85.63 g; Tłuszcz: 64.43 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 336.19 g; W tym cukry: 78.81 g; Błonnik pok.: 29.77 g; Sól: 7.01 g; WW: 30.7 Por; : 15.48 %; : 60.77 %; Ener. z T: 26.2 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 3671.36 mg;

czwartek 2025-02-06		
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>), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL,</u>), Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Marchew gotowana z olejem () 100 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>), Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),
		Posiłek nocny: Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2176.77 kcal; Białko ogółem: 86.61 g; Tłuszcz: 58.13 g; Kw. tł. nasy.: 26.32 g; Węglowodany ogółem: 338.78 g; W tym cukry: 76.49 g; Błonnik pok.: 26.74 g; Sól: 7.11 g; WW: 31.22 Por; : 15.91 %; : 62.25 %; Ener. z T: 24.03 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3600.46 mg;

czwartek 2025-02-06		
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 twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL,</u>), Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,</u>), Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (<u>MLE,</u>), 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>), Szyńka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ,</u>), Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>), Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>), Hummus 20 g (<u>SEZ,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2135.79 kcal; Białko ogółem: 81.7 g; Tłuszcz: 67.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 320.75 g; W tym cukry: 56.72 g; Błonnik pok.: 43.91 g; Sól: 7.1 g; WW: 27.75 Por; : 15.3 %; : 60.07 %; Ener. z T: 28.46 %; Ener. z Bł.: 4.11 %; K: 4398.29 mg;