

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2025-01-31      Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa</b>		
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 jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Pomidor 70 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki gotowane () 300 g , Ryba smażona (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ), Surówka żydowska z olejem () 100 g , Warzywa po grecku () 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> ), Twarożek 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por , Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ), Twarożek 80 g ( <u>MLE,</u> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2499.76 kcal; Białko ogółem: 106.07 g; Tłuszcz: 67.58 g; Kw. tł. nasy.: 24.9 g; Węglowodany ogółem: 378.08 g; W tym cukry: 99.82 g; Błonnik pok.: 30.78 g; Sól: 7.05 g; WW: 34.74 Por; : 16.97 %; : 60.5 %; Ener. z T: 24.33 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4454.53 mg;

<b>piątek 2025-01-31      Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna</b>		
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 jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Pomidor 70 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki gotowane () 300 g , Pulpet rybny (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ), Warzywa po grecku () 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> ), Twarożek 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por , Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ), Twarożek 80 g ( <u>MLE,</u> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2420.59 kcal; Białko ogółem: 104.59 g; Tłuszcz: 54.5 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; Węglowodany ogółem: 389.45 g; W tym cukry: 103.94 g; Błonnik pok.: 29.36 g; Sól: 6.88 g; WW: 36.03 Por; : 17.28 %; : 64.36 %; Ener. z T: 20.26 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 4490.51 mg;

<b>piątek 2025-01-31      Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów</b>		
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ), Pomidor 70 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki gotowane () 300 g , Pulpet rybny (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ), Surówka żydowska z olejem b/c () 100 g , Warzywa po grecku () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</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> ), Twarożek 80 g ( <u>MLE,</u> ), Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por , Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ), Twarożek 80 g ( <u>MLE,</u> ),
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	<b>Podwieczorek:</b> Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml ,	<b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2176.88 kcal; Białko ogółem: 103.05 g; Tłuszcz: 57.05 g; Kw. tł. nasy.: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 330.4 g; W tym cukry: 63.9 g; Błonnik pok.: 37.14 g; Sól: 8.57 g; WW: 29.31 Por; : 18.94 %; : 60.71 %; Ener. z T: 23.59 %; Ener. z Bł.: 3.41 %; K: 4860.77 mg;