

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-03-11 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-pszeny 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Buraczki gotowane () plastry 60 g, Rukola 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g, 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-pszeny 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szyńka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>), Pomidor 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2188.19 kcal; Białko ogółem: 89.46 g; Tłuszcz: 59.3 g; Kw. tł. nasy.: 21.65 g; Węglowodany ogółem: 340.1 g; W tym cukry: 83.06 g; Błonnik pok.: 34.34 g; Sól: 8.27 g; WW: 30.6 Por; : 16.35 %; : 62.17 %; Ener. z T: 24.39 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4973.27 mg;

wtorek 2025-03-11 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Buraczki gotowane () plastry 60 g, Rukola 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</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>), Szyńka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>), Pomidor 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2153.68 kcal; Białko ogółem: 88.85 g; Tłuszcz: 52.06 g; Kw. tł. nasy.: 21.18 g; Węglowodany ogółem: 347.34 g; W tym cukry: 83.01 g; Błonnik pok.: 32.44 g; Sól: 8.75 g; WW: 31.5 Por; : 16.5 %; : 64.51 %; Ener. z T: 21.76 %; Ener. z Bł.: 3.01 %; K: 4851.71 mg;

wtorek 2025-03-11 Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Chleb razowy żytnio-pszeny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>), Pomidor 60 g, Rukola 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g, Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g, Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>), Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g, Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>), Kompot owocowy* b/c 250	Chleb razowy żytnio-pszeny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szyńka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>), Pomidor 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),
II Śniadanie: Sałatka z brokułu i pomidora 130 g,	Podwieczorek: Jabłko 1 szt 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2035.85 kcal; Białko ogółem: 89.6 g; Tłuszcz: 65.04 g; Kw. tł. nasy.: 21.32 g; Węglowodany ogółem: 292.75 g; W tym cukry: 54.72 g; Błonnik pok.: 41.41 g; Sól: 7.37 g; WW: 25.12 Por; : 17.6 %; : 57.52 %; Ener. z T: 28.75 %; Ener. z Bł.: 4.07 %; K: 5618.33 mg;