

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), sałata 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kminkowa z ziemniakami () 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 jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g (<u>MLE, S02</u>), Buraczki gotowane 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb razowy żytnio-pszenno 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ</u>), Ogórek kiszony 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
		Posiłek nocny: Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2237.48 kcal; Białko ogółem: 82.23 g; Tłuszcz: 67.25 g; Kw. tł. nasy.: 29.93 g; Węglowodany ogółem: 337.76 g; W tym cukry: 87.42 g; Błonnik pok.: 29.34 g; Sól: 8.8 g; WW: 30.87 Por; : 14.7 %; : 60.38 %; Ener. z T: 27.05 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 3391.89 mg;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna		
Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>), sałata 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Ziemniaczana () 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 jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Buraczki gotowane () 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>), Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (<u>RYB</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: Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2208.22 kcal; Białko ogółem: 90.3 g; Tłuszcz: 45.41 g; Kw. tł. nasy.: 20.65 g; Węglowodany ogółem: 371.42 g; W tym cukry: 96.1 g; Błonnik pok.: 29.39 g; Sól: 6.06 g; WW: 34.22 Por; : 16.36 %; : 67.28 %; Ener. z T: 18.51 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3901.84 mg;

środa 2025-03-12 Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>), sałata 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Kminkowa z ziemniakami () 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 jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 100 g (<u>MLE, S02</u>), Buraczki gotowane 100 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ</u>), Ogórek kiszony 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
II Śniadanie: Banan 1/2 szt. 1 Por,	Podwieczorek: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1952.09 kcal; Białko ogółem: 84.49 g; Tłuszcz: 54.54 g; Kw. tł. nasy.: 20.74 g; Węglowodany ogółem: 298.16 g; W tym cukry: 54.68 g; Błonnik pok.: 36.72 g; Sól: 9.14 g; WW: 26.23 Por; : 17.31 %; : 61.1 %; Ener. z T: 25.15 %; Ener. z Bł.: 3.76 %; K: 3906.53 mg;