

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-24 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-pszen 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g, Buraczki gotowane () plastry 60 g, <u>Salata zielona</u> , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Kminkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Sos jogurtowy naturalny 150 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-pszen 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z twarogu i papryki 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
		Posiłek nocny: Mandarynka 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1873.23 kcal; Białko ogółem: 71.37 g; Tłuszcz: 38.47 g; Kw. tł. nasy.: 20.96 g; Węglowodany ogółem: 324.65 g; W tym cukry: 104.13 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 6 g; WW: 30.23 Por; : 15.24 %; : 69.32 %; Ener. z T: 18.48 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 2822.58 mg;

poniedziałek 2025-03-24 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>), Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g, Buraczki gotowane () plastry 60 g, <u>Salata zielona</u> , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Sos jogurtowy naturalny 150 g (<u>MLE</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>), Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</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: 1951.45 kcal; Białko ogółem: 74.41 g; Tłuszcz: 39.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.35 g; Węglowodany ogółem: 338.33 g; W tym cukry: 109 g; Błonnik pok.: 21.72 g; Sól: 6.33 g; WW: 31.72 Por; : 15.25 %; : 69.35 %; Ener. z T: 18.09 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 2783.06 mg;

poniedziałek 2025-03-24 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 produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 60 g, Pomidor 60 g, <u>Salata zielona</u> , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Kminkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż (brązowy) z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g, Sos jogurtowy naturalny 150 g (<u>MLE</u>), 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 papryki 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
II Śniadanie: Mandarynka 1 szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1685.42 kcal; Białko ogółem: 70.53 g; Tłuszcz: 37.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.31 g; Węglowodany ogółem: 279.97 g; W tym cukry: 73.17 g; Błonnik pok.: 35.52 g; Sól: 5.28 g; WW: 24.49 Por; : 16.74 %; : 66.45 %; Ener. z T: 20.1 %; Ener. z Bł.: 4.21 %; K: 3148.68 mg;