

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-05-02 Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa		
Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g, Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</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>), Twarożek 80 g (<u>MLE</u>), Dżem 30 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
		Posiłek nocny: Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2477.06 kcal; Białko ogółem: 93.54 g; Tłuszcz: 66.38 g; Kw. tł. nasy.: 21.82 g; Węglowodany ogółem: 390.94 g; W tym cukry: 92.9 g; Błonnik pok.: 34.5 g; Sól: 6.27 g; WW: 35.67 Por; : 15.11 %; : 63.13 %; Ener. z T: 24.12 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 4541.81 mg;

piątek 2025-05-02 Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna		
Kasza manna 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g, Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB</u>), Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>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>), Dżem 30 g, Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
		Posiłek nocny: Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2377.56 kcal; Białko ogółem: 93.02 g; Tłuszcz: 59.36 g; Kw. tł. nasy.: 21.03 g; Węglowodany ogółem: 382.17 g; W tym cukry: 91.7 g; Błonnik pok.: 32.73 g; Sól: 6.98 g; WW: 34.98 Por; : 15.65 %; : 64.3 %; Ener. z T: 22.47 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 4448.99 mg;

piątek 2025-05-02 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>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Pomidor 70 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki gotowane () 300 g, Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB</u>), Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</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>), Twarożek 80 g (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
II Śniadanie: Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 130 g,	Podwieczorek: Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszen 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Paprykarz szczeciński 20 g (<u>RYB, SOJ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2116.34 kcal; Białko ogółem: 90.82 g; Tłuszcz: 64.37 g; Kw. tł. nasy.: 23.01 g; Węglowodany ogółem: 315.88 g; W tym cukry: 55.48 g; Błonnik pok.: 45.79 g; Sól: 6.47 g; WW: 27.12 Por; : 17.07 %; : 59.7 %; Ener. z T: 27.37 %; Ener. z Bł.: 4.33 %; K: 5238.45 mg;