

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: PRZEWORSK SZPITAL                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie - II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Obiad - Podwieczorek                                                                                                                                                                                                       | Kolacja - Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Płatki pszenne 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, | Fasolowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> ), Surówka z selera i jabłka 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> ), Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Ogórek świeży 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ), |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny: Arbuz 150 g,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2161.31 kcal; Białko ogółem: 90.74 g; Tłuszcz: 54.3 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; Węglowodany ogółem: 342.22 g; W tym cukry: 86.05 g; Błonnik pok.: 33.73 g; Sól: 7.24 g; WW: 30.88 Por; : 16.79 %; : 63.33 %; Ener. z T: 22.61 %; Ener. z Bł.: 3.12 %; K: 3450.44 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Płatki pszenne 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 ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> ), Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 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> ), Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</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: Arbuz 150 g,                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2035.34 kcal; Białko ogółem: 83.26 g; Tłuszcz: 49.68 g; Kw. tł. nasy.: 21.95 g; Węglowodany ogółem: 324.05 g; W tym cukry: 85.13 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sól: 7.53 g; WW: 29.94 Por; : 16.36 %; : 63.68 %; Ener. z T: 21.97 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3021.75 mg;

|                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| poniedziałek 2025-06-09 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 ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ), Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ), Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> ), Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 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> ), Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Ogórek świeży 60 g, Sałata zielona 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ), |
| II Śniadanie: Sałatka z brokułu i pomidora 150 g,                                                                                                                                                | Podwieczorek: Arbuz 150 g,                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszen 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ), Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ), Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 20 g ( <u>SOJ</u> ),                                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1948.89 kcal; Białko ogółem: 85.2 g; Tłuszcz: 59.03 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 282.65 g; W tym cukry: 54.01 g; Błonnik pok.: 42.04 g; Sól: 7.3 g; WW: 24.08 Por; : 17.49 %; : 58.01 %; Ener. z T: 27.26 %; Ener. z Bł.: 4.31 %; K: 3727.6 mg;

CATERMED Sp. z o.o.  
91-204 Łódź, ul. Traktorowa 128/201  
NIP 677-21-64 383 REGON 357008090