

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2025-06-13 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 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki młode gotowane () 300 g, Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB</u>), Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g, Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, 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>), Powidła śliwkowe 30g 1 szt, Twarożek 40 g (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2130.95 kcal; Białko ogółem: 82.9 g; Tłuszcz: 51.12 g; Kw. tł. nasy.: 19.9 g; Węglowodany ogółem: 345.7 g; W tym cukry: 114.06 g; Błonnik pok.: 30.42 g; Sól: 6.07 g; WW: 31.52 Por; : 15.56 %; : 64.89 %; Ener. z T: 21.59 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 3730.95 mg;

piątek 2025-06-13 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 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki młode gotowane () 300 g, Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB</u>), Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, 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>), Dżem 25 g, Twarożek 40 g (<u>MLE</u>), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
		Posiłek nocny: Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2146.65 kcal; Białko ogółem: 82.66 g; Tłuszcz: 53.05 g; Kw. tł. nasy.: 20 g; Węglowodany ogółem: 345.33 g; W tym cukry: 108.11 g; Błonnik pok.: 29.19 g; Sól: 6.58 g; WW: 31.62 Por; : 15.4 %; : 64.35 %; Ener. z T: 22.24 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 3643.1 mg;

piątek 2025-06-13 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 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki młode gotowane () 300 g, Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB</u>), Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g, Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, 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>), Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 70 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt	Podwieczorek: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1964.05 kcal; Białko ogółem: 90.44 g; Tłuszcz: 66.99 g; Kw. tł. nasy.: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 268.71 g; W tym cukry: 45.81 g; Błonnik pok.: 37.37 g; Sól: 8.72 g; WW: 23.08 Por; : 18.42 %; : 54.73 %; Ener. z T: 30.7 %; Ener. z Bł.: 3.81 %; K: 4055.25 mg;