

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa		
Zacierka 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>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Szczawiowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Szynka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z pora i jabłka () 100 g (<u>MLE</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-pszen 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ</u>), Rzodkiew biała 60 g, Rukola 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: 2135.66 kcal; Białko ogółem: 96.83 g; Tłuszcz: 45.82 g; Kw. tł. nasy.: 22.33 g; Węglowodany ogółem: 344.66 g; W tym cukry: 89.01 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sól: 7.2 g; WW: 31.83 Por; : 18.14 %; : 64.55 %; Ener. z T: 19.31 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3695.67 mg;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna		
Zacierka 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>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml,	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko 200 g, Szynka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 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>), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ</u>), Pomidor 60 g, Rukola 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: 2114.68 kcal; Białko ogółem: 95.83 g; Tłuszcz: 43.98 g; Kw. tł. nasy.: 21.61 g; Węglowodany ogółem: 341.83 g; W tym cukry: 95.39 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sól: 6.82 g; WW: 32.03 Por; : 18.13 %; : 64.66 %; Ener. z T: 18.72 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 3577.52 mg;

wtorek 2025-07-08 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>), Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>), Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml,	Szczawiowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ryż na sypko (brązowy) 200 g, Szynka wieprzowa gotowana 100 g, Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Surówka z pora i jabłka () 200 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>), Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ</u>), Rzodkiew biała 60 g, Rukola 10 g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml,	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1946.59 kcal; Białko ogółem: 97.37 g; Tłuszcz: 47.5 g; Kw. tł. nasy.: 22.57 g; Węglowodany ogółem: 295.71 g; W tym cukry: 48.23 g; Błonnik pok.: 43.34 g; Sól: 6.51 g; WW: 25.31 Por; : 20.01 %; : 60.77 %; Ener. z T: 21.96 %; Ener. z Bł.: 4.45 %; K: 4057.24 mg;