

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: PRZEW- 1 Podstawowa		
Platki 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-pszeny 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>), Rzodkiew biała 70 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Zupa z soczewicy () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki młode gotowane () 300 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ćwikła z chrzanem b/c () 100 g (<u>MLE, S02,</u>), Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Chleb razowy żytnio-pszeny 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>), Pomidor 70 g , Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),
		Posiłek nocny: Śliwka 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2285.98 kcal; Białko ogółem: 103.37 g; Tłuszcz: 62.86 g; Kw. tł. nasy.: 31.27 g; Węglowodany ogółem: 344.9 g; W tym cukry: 80.72 g; Błonnik pok.: 36.21 g; Sól: 8.77 g; WW: 30.87 Por; : 18.09 %; : 60.35 %; Ener. z T: 24.75 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 5267.18 mg;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: PRZEW- 2 Łatwo strawna		
Platki 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>), Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>), Pomidor 70 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Grycikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki młode gotowane () 300 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ,</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>), Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>), Pomidor 70 g , Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),
		Posiłek nocny: Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2002.12 kcal; Białko ogółem: 87.69 g; Tłuszcz: 40.72 g; Kw. tł. nasy.: 18.91 g; Węglowodany ogółem: 332.8 g; W tym cukry: 85.08 g; Błonnik pok.: 26.54 g; Sól: 8.01 g; WW: 30.6 Por; : 17.52 %; : 66.49 %; Ener. z T: 18.31 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 4133.89 mg;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: PRZEW- 6 Z ogr łatwo przysw. węglowodanów		
Chleb razowy żytnio-pszeny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>), Rzodkiew biała 70 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Zupa z soczewicy () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ziemniaki młode gotowane () 300 g , Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>), Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>), Ćwikła z chrzanem b/c () 100 g (<u>MLE, S02,</u>), Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml ,	Chleb razowy żytnio-pszeny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>), Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</u>), Pomidor 70 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>),
II Śniadanie: Śliwka szt 2 szt ,	Podwieczorek: Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE,</u>),	Posiłek nocny: Sok pomidorowy 0,3l 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1986.08 kcal; Białko ogółem: 96.9 g; Tłuszcz: 46.46 g; Kw. tł. nasy.: 18.74 g; Węglowodany ogółem: 314.98 g; W tym cukry: 58.2 g; Błonnik pok.: 41.37 g; Sól: 8.97 g; WW: 27.37 Por; : 19.52 %; : 63.44 %; Ener. z T: 21.05 %; Ener. z Bł.: 4.17 %; K: 5430.17 mg;