

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2025-09-29 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>), Mus z jabłek () z/c 150 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>), Szynekowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>), Ogórek kiszony 60 g , Sałata zielona 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
		Posiłek nocny: Gruszka 1szt. 150 g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2186.46 kcal; Białko ogółem: 88.52 g; Tłuszcz: 51.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 355.73 g; W tym cukry: 79.05 g; Błonnik pok.: 33.28 g; Sól: 7.94 g; WW: 32.23 Por; : 16.19 %; : 65.08 %; Ener. z T: 21.26 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 2773.81 mg;

poniedziałek 2025-09-29 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 ,	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>), Mus z jabłek () z/c 150 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>), Szynekowa 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: Banan 1szt. 1 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2208.2 kcal; Białko ogółem: 82.46 g; Tłuszcz: 47.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.75 g; Węglowodany ogółem: 372.83 g; W tym cukry: 103.76 g; Błonnik pok.: 26.03 g; Sól: 7.21 g; WW: 34.75 Por; : 14.94 %; : 67.54 %; Ener. z T: 19.29 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3179.78 mg;

poniedziałek 2025-09-29 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 ,	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>), Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>), Mus z jabłek () b/c 150 g , 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>), Szynekowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>), Ogórek kiszony 60 g , Sałata zielona 10 g , Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
II Śniadanie:<Jabło1szt. 150 g ,	Podwieczorek: Sałatka z brokułu i pomidora 150 g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy żytnio-pszen 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Szynek Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 20 g (<u>SOJ</u>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2010.51 kcal; Białko ogółem: 84.02 g; Tłuszcz: 57.49 g; Kw. tł. nasy.: 23.43 g; Węglowodany ogółem: 302.67 g; W tym cukry: 43.44 g; Błonnik pok.: 44.89 g; Sól: 8.11 g; WW: 25.75 Por; : 16.72 %; : 60.22 %; Ener. z T: 25.73 %; Ener. z Bł.: 4.47 %; K: 3368.78 mg;