

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PRZEWORSK SZPITAL

Śniadanie - II Śniadanie

Obiad - Podwieczorek

Kolacja - Posiłek nocny

wtorek 2025-09-30

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>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Rzodkiew biała 60 g, Rukola 10 g,	Ogórkowa 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 kapusty białej z olejem b/c () 100 g, Buraczki gotowane () 100 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, 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>), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
		Posiłek nocny: Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2093.11 kcal; Białko ogółem: 95.26 g; Tłuszcz: 47.49 g; Kw. tł. nasy.: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 333.34 g; W tym cukry: 70.99 g; Błonnik pok.: 26.81 g; Sól: 6.99 g; WW: 30.78 Por; : 18.2 %; : 63.7 %; Ener. z T: 20.42 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 3457.07 mg;

wtorek 2025-09-30

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>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Rukola 10 g, Pomidor 60 g,	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,	Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, 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>), Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>),
		Posiłek nocny: Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2116.68 kcal; Białko ogółem: 96.23 g; Tłuszcz: 44.18 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; Węglowodany ogółem: 343.23 g; W tym cukry: 75.39 g; Błonnik pok.: 22.51 g; Sól: 6.82 g; WW: 32.13 Por; : 18.18 %; : 64.86 %; Ener. z T: 18.78 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 3577.52 mg;

wtorek 2025-09-30

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>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Rzodkiew biała 60 g, Rukola 10 g,	Ogórkowa 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 kapusty białej z olejem b/c () 200 g, Kompot owocowy* b/c 250 ml,	Pomidor 60 g, Sałata zielona 10 g, 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>), 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: 1909.24 kcal; Białko ogółem: 94.19 g; Tłuszcz: 50.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 281.83 g; W tym cukry: 51.68 g; Błonnik pok.: 41.52 g; Sól: 6.36 g; WW: 24.11 Por; : 19.73 %; : 59.05 %; Ener. z T: 23.92 %; Ener. z Bł.: 4.35 %; K: 3783.29 mg;