

10.11.2023 - Dieta Podstawowa

Śniadanie



Obiad



Śniadanie 2023 – Dieta Łatwostrawna



Obiad



Jadłospis

## Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: JAROSŁAW SZPITAL

Śniadanie  
II ŚniadanieObiad  
Podwieczorek

piątek 2023-11-10

Jadłospis dla diety: JAROSŁAW Podstawow

Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Chleb razowy żytnio-pszenny 32 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, </u> ), Pasta z jaj z koperkiem 80 g ( <u>JAJ, MLE, </u> ) , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Sałata zielona 20 g , Pomidor 50 g ,	Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL, </u> ), Ryba smażona (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, </u> ), Ziemniaki () 300 g , Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Warzywa po grecku () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL, </u> ),	Kawa zb <u>GLU JE</u> ( <u>GLU PS</u> żytnio-ps porcjowa 2 szt , Ś
		Posiłek

**Wartości odżywcze:** E: 2301.97 kcal; B: 80.67 g; T: 62.9 g; Kw. tł. nasy.: 20.95 g; W: 367.63 g; V  
g; WW: 33.88 Por; Ener. z B: 14.02 %; Ener. z W: 58.63 %; Ener. z T: 24.59 %; Ener. z Bł.: 2.63 %

piątek 2023-11-10

Jadłospis dla diety: JAROSŁAW Łatwo stra

Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, </u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u> ), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, </u> ), Pasta z jaj z koperkiem 80 g ( <u>JAJ, MLE, </u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Sałata zielona 20 g , Pomidor 50 g ,	Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL, </u> ), Pulpet rybny (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, </u> ), Ziemniaki () 300 g , Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL, </u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Kawa zb <u>GLU JE</u> ( <u>MLE, G</u> 100 g (G 10g (82% Jabłko 1
		Posiłek

**Wartości odżywcze:** E: 2445.92 kcal; B: 101.12 g; T: 57.21 g; Kw. tł. nasy.: 24.84 g; W: 396.28 g;  
8.08 g; WW: 36.5 Por; Ener. z B: 16.54 %; Ener. z W: 59.55 %; Ener. z T: 21.05 %; Ener. z Bł.: 2.63 %