

28.11.2023 - Dieta Podstawowa

Śniadanie



Obiad



Śniadanie 2023 – Dieta Łatwostrawna



Obiad



Jadłospis

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: JAROSŁAW SZPITAL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	

wtorek 2023-11-28		Jadłospis dla diety: PRZEW- JARO 1 Podstaw
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>), Serek Fromage 60 g (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Pomidor 100 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ, </u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Surówka Colesław () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR, </u>),	Rukola 100 g (<u>MLE, GLU PSZ, </u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masa serowa 100 g (<u>MLE, </u>), Szynka wieprzowa gotowana 100 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ, </u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Surówka Colesław () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR, </u>),
		Posilek n

Wartości odżywcze: E: 2318.58 kcal; B: 93.9 g; T: 71.16 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; W: 338.39 g; W: 338.39 g; WW: 30.74 Por; Ener. z B: 16.2 %; Ener. z W: 52.86 %; Ener. z T: 27.62 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K

wtorek 2023-11-28		Jadłospis dla diety: PRZEW- JARO 2 Łatwo s
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>), Twarożek 80 g (<u>MLE, </u>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Jabłko 1 szt 1 szt ,	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Szynka wieprzowa gotowana 100 g , Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ, </u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Rukola 100 g (<u>MLE, GLU PSZ, </u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masa serowa 100 g (<u>MLE, </u>), Szynka wieprzowa gotowana 100 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ, </u>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,
		Posilek n

Wartości odżywcze: E: 2461.91 kcal; B: 109.22 g; T: 62.28 g; Kw. tł. nasy.: 25.39 g; W: 377.99 g; W: 377.99 g; WW: 34.91 Por; Ener. z B: 17.75 %; Ener. z W: 56.68 %; Ener. z T: 22.77 %; Ener. z Bł.: 2.3