

29.11.2023 - Dieta Podstawowa

Śniadanie



Obiad



201112023 — Dieta Łatwostrawna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów



Obiad



Jadłospis

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: JAROSŁAW SZPITAL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	
środa 2023-11-29		Jadłospis dla diety: PRZEW- JARO 1 Podst
Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>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>), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ, </u>), Pomidor 100 g ,	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>), Ziemniaki () 300 g , Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Surówka z marchwi i chrznanu () 100 g (<u>MLE, S02, </u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR, </u>),	Papryka mieszan (<u>ŻYT, </u>), Chleb (<u>ŻYT, </u>), Ogórek 250 ml (zielona
		Posiłek (<u>MLE, </u>),

Wartości odżywcze: E: 2236.28 kcal; B: 87.23 g; T: 63 g; Kw. tł. nasy.: 20.27 g; W: 344.76 g; WW: 31.52 Por; Ener. z B: 15.6 %; Ener. z W: 56.25 %; Ener. z T: 25.36 %; Ener. z Bł.: 2.71 %;

środa 2023-11-29		Jadłospis dla diety: PRZEW- JARO 6 Z ogr.
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE, </u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ, </u>), Pomidor 100 g ,	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>), Ziemniaki () 300 g , Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Surówka z marchwi i chrznanu b/c () 100 g (<u>MLE, S02, </u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml , Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR, </u>),	Papryka Chleb ra (<u>ŻYT, </u>), Kawa (<u>ŻYT, G</u>), zielona
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),		Posiłek (<u>MLE, </u>),

Wartości odżywcze: E: 1971.55 kcal; B: 85.95 g; T: 53.25 g; Kw. tł. nasy.: 18.93 g; W: 306.48 g; WW: 26.82 Por; Ener. z B: 17.44 %; Ener. z W: 54.34 %; Ener. z T: 24.31 %; Ener. z Bł.: 3.871 %;