

01.12.2023 - Dieta Podstawowa

Śniadanie



Obiad



01.12.2023 — Dieta Łatwostrawna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów



Obiad



Jadłospis

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: JAROSŁAW SZPITAL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	
piątek 2023-12-01		Jadłospis dla diety: PRZEW- JARO 1 Pods
Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, 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 natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE, </u>), Sałata zielona 10 g , Pomidor 90 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 300 g , Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, </u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>),	Chleb <u>ŻYT,</u> <u>PSZ,</u> szt (<u>M</u> Kawa <u>GLU,</u>
		Posiłek szt ,

Wartości odżywcze: E: 2395.65 kcal; B: 83.36 g; T: 63.72 g; Kw. tł. nasy.: 20.97 g; W: 386.92 g; WW: 35.43 Por; Ener. z B: 13.92 %; Ener. z W: 59.02 %; Ener. z T: 23.94 %; Ener. z Bł.: 1.17 %

piątek 2023-12-01		Jadłospis dla diety: PRZEW- JARO 6 Z og
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) , Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE, </u>), Sałata zielona 10 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Pomidor 90 g ,	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, </u>), Ziemniaki () 300 g , Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB, </u>), Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>), Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g , Kompot owocowy* b/c 250 ml , Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL, </u>),	Chleb <u>ŻYT,</u>) , Pas Jabłko 250 m
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),		Posiłek

Wartości odżywcze: E: 1949.74 kcal; B: 91.62 g; T: 55.15 g; Kw. tł. nasy.: 19.59 g; W: 291.32 g; WW: 25.13 Por; Ener. z B: 18.8 %; Ener. z W: 51.42 %; Ener. z T: 25.46 %; Ener. z Bł.: 4.17 %