

07.12.2023 - Dieta Podstawowa

Śniadanie



Obiad



07.12.2023 - Dieta Łatwostrawna



Obiad



Jadłospis

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: JAROSŁAW SZPITAL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	
czwartek 2023-12-07		Jadłospis dla diety: PRZEW- JARO 1 Pod
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>), Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ, </u>), Sałata zielona 10 g , Pomidor 90 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Makaron 200 g (<u>GLU PSZ, </u>), Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL, </u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Brokuł gotowany* 100 g ,	Chle ŻYT PSZ szt (, Rz 250
		Posi (<u>ML</u>

Wartości odżywcze: E: 2224.37 kcal; B: 83.38 g; T: 63.23 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; W: 348.37 g; WW: 31.27 Por; Ener. z B: 14.99 %; Ener. z W: 56.09 %; Ener. z T: 25.58 %; Ener. z B:

czwartek 2023-12-07		Jadłospis dla diety: PRZEW- JARO 6 Z o
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE, </u>), Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ, </u>), Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Sałata zielona 10 g , Pomidor 90 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ, </u>), Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL, </u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml , Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Brokuł gotowany* 100 g ,	Chle ŻYT , Pa Rzoc 250
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),		Posi (<u>GL</u> , Sz b.soj

Wartości odżywcze: E: 2077.01 kcal; B: 84.37 g; T: 64.82 g; Kw. tł. nasy.: 20.49 g; W: 309.47 g; WW: 25.96 Por; Ener. z B: 16.25 %; Ener. z W: 49.82 %; Ener. z T: 28.09 %; Ener. z B: 4.8

