

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2023-12-22		
Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Polędwica Ani drobiowa 50g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Jabłka 150g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Ryba miruna duszona z pieca 80g (RYB), Sos szpinakowy 100g (MLE, GLU), Surówka z kapusty kiszanej 80g , Ziemniaki gotwane z koperkiem 300g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Pasta z wędlin z warzywami 80g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Pomidory 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2090.32 kcal; Białko ogółem: 62.12 g; Tłuszcz: 82.92 g; Węglowodany ogółem: 307.38 g;		
piątek 2023-12-22		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenny 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Ser biały półtłusty 80g (MLE), Pomidory 30g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Ryba miruna duszona z pieca 80g (RYB), Marchew z groszkiem na ciepło 80g (GLU), Ziemniaki gotowane 300g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenny 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Pasta z wędlin z warzywami 80g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Sałata 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2181.92 kcal; Białko ogółem: 81.91 g; Tłuszcz: 87.84 g; Węglowodany ogółem: 282.84 g;		
piątek 2023-12-22		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Polędwica Ani drobiowa 40g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Ser żółty 20g (MLE), Pomidory 30g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Ryba miruna duszona z pieca 80g (RYB), Sos szpinakowy 100g (MLE, GLU), Surówka z kapusty kiszanej 80g , Ziemniaki gotwane z koperkiem 300g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Pasta z wędlin z warzywami 80g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Ogórki kiszane 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2128.95 kcal; Białko ogółem: 76.34 g; Tłuszcz: 96.93 g; Węglowodany ogółem: 264.81 g;		

Dietetyk