

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2023-12-29</b>		
<b>Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA</b>		
Chleb pszenno żytni 50g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), herbata 200ml, Dżem 40g, rogalik maślany 1szt ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> ), Ser biały półtłusty 60g ( <b>MLE</b> ), Jabłka 130g,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml ( <b>MLE, GLU, SEL, GOR</b> ), Jajko w sosie chrzanowym 130g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Sałata z olejem 80g, Kompot wielowocowy 200ml,	Chleb pszenno żytni 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), herbata 200ml, paszтет INDYKPOL drobiowy 40g ( <b>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</b> ), Polędwica Ani drobiowa 40g ( <b>MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), ogórki konserwowe 30g ( <b>GOR</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2268.61 kcal; Białko ogółem: 75.39 g; Tłuszcz: 79.71 g; Węglowodany ogółem: 341.01 g;		
<b>piątek 2023-12-29</b>		
<b>Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA</b>		
Chleb pszenny 50g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), herbata 200ml, Dżem 80g, rogalik maślany 1szt ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> ), banan 200g,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml ( <b>MLE, GLU, SEL, GOR</b> ), Sztuka mięsa drobiowego 80g, Sos koperkowy 100ml ( <b>MLE, GLU</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Surówka z marchewki i selera na wino 80g ( <b>SEL</b> ), Kompot wielowocowy 200ml,	Chleb pszenny 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), herbata 200ml, Polędwica Ani drobiowa 40g ( <b>MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), Pomidory 30g, Sałata 20g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2638.76 kcal; Białko ogółem: 74.72 g; Tłuszcz: 90.29 g; Węglowodany ogółem: 402.98 g;		
<b>piątek 2023-12-29</b>		
<b>Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA</b>		
chleb graham. 50g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), Bułka razowa 50g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata 200ml, filet złocisty 40g ( <b>MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, SEZ</b> ), Ser żółty 20g ( <b>MLE</b> ), Pomidory 50g,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml ( <b>MLE, GLU, SEL, GOR</b> ), Jajko w sosie chrzanowym 130g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Sałata z olejem 80g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb graham. 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), herbata 200ml, paszтет INDYKPOL drobiowy 40g ( <b>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</b> ), Polędwica Ani drobiowa 40g ( <b>MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), ogórki konserwowe 30g ( <b>GOR</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2033.51 kcal; Białko ogółem: 73.70 g; Tłuszcz: 76.55 g; Węglowodany ogółem: 288.07 g;		

Dietetyk