

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Czarny Bór  |   |  |
|--|---|--|
| Śniadanie<br>II Śniadanie  | Obiad<br>Podwieczorek   | Kolacja<br>Posiłek nocny   |
| <b>poniedziałek 2024-01-01</b>   |   |  |
| <b>Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA</b>  |   |  |
| Chleb pszenno żytni 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, JĘC</b> ), pasztet INDYKPOL drobiowy 60g ( <b>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</b> ), polędwica drobiowa 40g ( <b>SOJ</b> ), Ogórek zielony 30g , | Zupa pomidorowa z ryżem i zieleciną 400ml ( <b>MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR</b> ), Podudzie z kurczaka zpieca 100g , Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Surówka z kapusty czerwonej 80g , Kompot wieloowocowy 200ml ,                           | Chleb pszenno żytni 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), herbata 200ml , Szynek 40g ( <b>SEL, GOR</b> ), Ser żółty 20g ( <b>MLE</b> ), Pomidor świeży 30g ,                                 |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2268.32 kcal; Białko ogółem: 90.77 g; Tłuszcz: 96.31 g; Węglowodany ogółem: 285.55 g;   |   |  |
| <b>poniedziałek 2024-01-01</b>   |   |  |
| <b>Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA</b>   |   |  |
| Chleb pszenno żytni 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, JĘC</b> ), polędwica drobiowa 40g ( <b>SOJ</b> ), Pomidory 30g , banan 200g ,  | Zupa pomidorowa z ryżem i zieleciną 400ml ( <b>MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR</b> ), Schab duszony w sosie własnym 80/80 160g ( <b>GLU</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , sałata lodowa z sosem vinegret 80g , Kompot wieloowocowy 200ml , | Chleb pszenno żytni 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), herbata 200ml , Szynek konserwowa z kurczakiem 40g ( <b>MLE, GLU, SOJ, GOR</b> ), Mini marchew z prażonym słonecznikiem 50g ,      |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2358.13 kcal; Białko ogółem: 83.73 g; Tłuszcz: 91.25 g; Węglowodany ogółem: 330.98 g;   |   |  |
| <b>poniedziałek 2024-01-01</b>   |   |  |
| <b>Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA</b>  |   |  |
| chleb graham. 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), Kawa z mlekiem b/cukru 200ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, JĘC</b> ), polędwica drobiowa 40g ( <b>SOJ</b> ), pasztet INDYKPOL drobiowy 60g ( <b>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</b> ), Ogórek zielony 30g ,                | Zupa pomidorowa z ryżem i zieleciną 400ml ( <b>MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR</b> ), Podudzie z kurczaka duszone 100g , Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Surówka z kapusty czerwonej 80g , Kompot wieloowocowy 200ml ,                          | chleb graham. 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), herbata 200ml , Szynek 40g ( <b>SEL, GOR</b> ), Ser żółty 20g ( <b>MLE</b> ), Papryka konserwowa 30g , krakersy 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2184.27 kcal; Białko ogółem: 94.71 g; Tłuszcz: 83.84 g; Węglowodany ogółem: 284.18 g;   |   |  |

Dietetyk