

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-01-03		
Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , parówki cienkie drobiowo wieprzowe 2 szt 100g (MLE, GLU, ORZ, SEL, SOJ, GOR), musztarda 20g (SEL, GOR), Pomidory 30g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 400g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Gulasz drobiowo wieprzowy 120g (GLU), Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU), Sałatka z buraczków 100g , Kompot wielowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Ser żółty 50g (MLE), Ogórek zielony 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2116.10 kcal; Białko ogółem: 70.36 g; Tłuszcz: 114.49 g; Węglowodany ogółem: 228.82 g;		
środa 2024-01-03		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), herbata 200ml , Beskidzki miks maślany 20g (MLE), parówki cienkie drobiowo wieprzowe 2 szt 100g (MLE, GLU, ORZ, SEL, SOJ, GOR), Pomidor świeży 30g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 400g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Gulasz drobiowo wieprzowy 120g (GLU), Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU), Sałatka z buraczków 100g , Kompot wielowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), herbata 200ml , Beskidzki miks maślany 20g (MLE), tostowa drobiowa 50g (MLE, GLU, JAJ, SEL, GOR, ŻYT, JĘC), Sałata 35g , Pomidory 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2097.90 kcal; Białko ogółem: 60.86 g; Tłuszcz: 107.77 g; Węglowodany ogółem: 248.96 g;		
środa 2024-01-03		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , parówki cienkie drobiowo wieprzowe 2 szt 100g (MLE, GLU, ORZ, SEL, SOJ, GOR), musztarda 20g (SEL, GOR), grejfruty 50g ,	Zupa dyniowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 400g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Gulasz drobiowo wieprzowy 120g (GLU), Kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU), Sałatka z buraczków 100g , Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , paprykarz wyrób własny 60g (GLU, SEL, RYB, SOJ, GOR), tostowa drobiowa 20g (MLE, GLU, JAJ, SEL, GOR, ŻYT, JĘC), Ogórek zielony 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2112.08 kcal; Białko ogółem: 67.00 g; Tłuszcz: 106.60 g; Węglowodany ogółem: 245.68 g;		

Dietetyk