

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Czarny Bór | | |
|---|--|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| czwartek 2024-01-04 Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA | | |
| Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Polędwica z majerankiem 50g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Papryka konserwowa 30g, | Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Kołlet mielony smażony 100g (GLU, JAJ), Surówka coleslaw z kapusty pekińskiej 80g (JAJ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Kompot wielowocowy 200ml, | Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Pieczeń rzymska wieprz 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Pomidory 30g, |
| Wartości odżywcze: Energia: 2091.10 kcal; Białko ogółem: 66.15 g; Tłuszcz: 93.40 g; Węglowodany ogółem: 277.42 g; | | |
| czwartek 2024-01-04 Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA | | |
| Chleb pszenny 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Polędwica z majerankiem 50g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Jabłka 130g, | Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (MLE, GLU, SEL), Pieczeń rzymska drobiowo wieprzowa duszona 80g (GLU, JAJ), Sałata z jogurtem 80g (MLE), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Kompot wielowocowy 200ml, | Chleb pszenny 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Pasta z białek jaj z wędliny 80g (MLE, JAJ, SEL, GOR), Mini marchew z prażonym słonecznikiem 50g, |
| Wartości odżywcze: Energia: 2152.67 kcal; Białko ogółem: 83.04 g; Tłuszcz: 78.78 g; Węglowodany ogółem: 296.49 g; | | |
| czwartek 2024-01-04 Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA | | |
| chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml, Polędwica z majerankiem 40g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Ser topiony 25g (MLE, GLU), Papryka konserwowa 30g, | Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Kołlet mielony smażony 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Surówka coleslaw z kapusty pekińskiej 80g (JAJ), Kompot wielowocowy 200ml, | chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml, Pieczeń rzymska wieprz 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Pomidory 30g, Pikle 30g (GOR), |
| Wartości odżywcze: Energia: 2102.00 kcal; Białko ogółem: 71.23 g; Tłuszcz: 96.57 g; Węglowodany ogółem: 263.89 g; | | |

Dietetyk