

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-01-08 Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Filet królewski z indyka 50g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Pikle 30g (GOR),	Krupnik ryżowy z ziemniakami z zielonym groszkiem 400ml (GLU, SEL, GOR), Spagetti bolognese z makaronu pszennego z mięsem wieprzowym 300g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Kompot wieloowocowy 200ml,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Pasta z sera topionego ze szczypiorem 60g (MLE, GLU, JAJ, SEL, GOR), Kielbasa żywiecka 20g (GLU, SEL), Pomidory 30g,
Wartości odżywcze: Energia: 2505.04 kcal; Białko ogółem: 75.87 g; Tłuszcz: 117.25 g; Węglowodany ogółem: 310.69 g;		
poniedziałek 2024-01-08 Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenny 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Filet królewski z indyka 50g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Jabłko pieczone 150g,	Krupnik ryżowy z ziemniakami z zielonym groszkiem 400ml (GLU, SEL, GOR), Spagetti bolognese z makaronu pszennego z mięsem wieprzowym 300g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Kompot wieloowocowy 200ml,	Chleb pszenny 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Pasta z twarogu z koperkiem 80g (MLE), Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1szt (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2474.70 kcal; Białko ogółem: 85.36 g; Tłuszcz: 92.08 g; Węglowodany ogółem: 338.66 g;		
poniedziałek 2024-01-08 Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Filet królewski z indyka 40g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Pomidory 30g, Jabłko 130g,	Krupnik ryżowy z ziemniakami z zielonym groszkiem 400ml (GLU, SEL, GOR), Spagetti bolognese z makaronem pełnoziarnistym 300g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Kompot wieloowocowy 200ml,	chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Pasta z sera topionego ze szczypiorem 60g (MLE, GLU, JAJ, SEL, GOR), jajo gotowane 1/2 szt 25g (JAJ), Ogórki kiszzone 30g,
Wartości odżywcze: Energia: 2393.54 kcal; Białko ogółem: 78.97 g; Tłuszcz: 103.30 g; Węglowodany ogółem: 309.25 g;		

Dietetyk