

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-01-10		
Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Ser żółty 50g (MLE), Pomidor świeży 50g ,	Kapuśniak z kapusty kwaszonej z ziemniakami 400ml (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR), ryż z jabłkami i cynamonem 300g , Polewa jogurtowo owocowa 80g (MLE), Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml (MLE, GLU, ŻYT, JĘC), Jajo gotowane 1szt (JAJ), Brokuł na parze 50g (MLE), paluszki 25g (MLE, ORZ, SOJ, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia: 2084.70 kcal; Białko ogółem: 63.08 g; Tłuszcz: 71.19 g; Węglowodany ogółem: 325.28 g;		
środa 2024-01-10		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenny 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Szynka konserwowa wieprzowa 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Pomidor świeży 50g ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400ml (GLU, SEL, GOR), ryż z jabłkami i cynamonem 300g , Polewa jogurtowo owocowa 80g (MLE), Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenny 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml (MLE, GLU, ŻYT, JĘC), Jajko faszerowane twarogiem 1szt (MLE, JAJ), Mini marchew z prażonym słonecznikiem 50g , Wafle ryżowe 25g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2492.38 kcal; Białko ogółem: 74.59 g; Tłuszcz: 66.68 g; Węglowodany ogółem: 334.19 g;		
środa 2024-01-10		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , tostowa drobiowa 20g (MLE, GLU, JAJ, SEL, GOR, ŻYT, JĘC), Ser żółty 40g (MLE), Pomidor świeży 30g ,	Kapuśniak z kapusty kwaszonej z ziemniakami 400ml (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR), Ryż z warzywami 300g (SEL), Polewa jogurtowa 80g (MLE), Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Kawa z mlekiem b/cukru 200ml (MLE, GLU, ŻYT, JĘC), Kielbasa żywiecka 40g (GLU, SEL), ogórki konserwowe 30g (GOR), Brokuł na parze 50g (MLE), paluszki 25g (MLE, ORZ, SOJ, SEZ),
Wartości odżywcze: Energia: 2047.05 kcal; Białko ogółem: 63.91 g; Tłuszcz: 83.13 g; Węglowodany ogółem: 283.23 g;		

Dietetyk