

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-01-15 Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml (MLE, GLU, ŻYT, JĘC), Kielbasa krakowska parzona 50g (MIE, SEL, SOJ, GOR), Pomidor świeży 30g ,	Zupa ziemniaczana z groszkiem i zieleciną 400ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Fasolka po bretońsku z kielbasą 300g (GLU, SEL, SOJ, ROŚ, GOR), Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , paprykarz wyrób własny 80g (GLU, SEL, RYB, SOJ, GOR), Ogórki kiszzone 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2216.56 kcal; Białko ogółem: 76.79 g; Tłuszcz: 88.93 g; Węglowodany ogółem: 319.53 g;		
poniedziałek 2024-01-15 Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 10g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml (MLE, GLU, ŻYT, JĘC), filet złocisty 50g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, SEZ), Jabłko pieczone 130g ,	Zupa ziemniaczana z groszkiem i zieleciną 400ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Makaron z serem 300g (MLE, GLU, JAJ), Surówka z marchewki drobno tartej z jabłkiem na wino 100g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 10g (MLE), herbata 200ml , Szynka konserwowa wieprzowa 50g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Carpaccio z buraka 50g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2019.82 kcal; Białko ogółem: 68.93 g; Tłuszcz: 63.48 g; Węglowodany ogółem: 324.00 g;		
poniedziałek 2024-01-15 Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Kawa z mlekiem b/cukru 200ml (MLE, GLU, ŻYT, JĘC), Kielbasa krakowska parzona 40g (MIE, SEL, SOJ, GOR), Ser żółty 20g (MLE), Pomidory 30g ,	Zupa ziemniaczana z groszkiem i zieleciną 400ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Fasolka po bretońsku z kielbasą 300g (GLU, SEL, SOJ, ROŚ, GOR), Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , paprykarz wyrób własny 60g (GLU, SEL, RYB, SOJ, GOR), polędwica drobiowa 20g (SOJ), Ogórki kiszzone 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2177.79 kcal; Białko ogółem: 83.29 g; Tłuszcz: 86.55 g; Węglowodany ogółem: 304.11 g;		