

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-01-18</b>		
<b>Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA</b>		
Chleb pszenno żytni 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Papryka konserwowa 30g,	Zupa pomidorowa z ryżem i zieleciną 400ml ( <b>MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR</b> ), Podudzie z kurczaka zpieca 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Surówka z kapusty białej 80g, Kompot owocowy 200ml 200ml,	Chleb pszenno żytni 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Sałatka z makaronu i wędlin z pomidorem i koperkiem 200g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ), ogórki konserwowe 30g ( <b>GOR</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2445.60 kcal; Białko ogółem: 91.40 g; Tłuszcz: 108.06 g; Węglowodany ogółem: 306.70 g;		
<b>czwartek 2024-01-18</b>		
<b>Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA</b>		
Chleb pszenny 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Szynka konserwowa wieprzowa 40g ( <b>GLU, SEL, SOJ, GOR</b> ), Pomidor świeży 30g,	Zupa pomidorowa z ryżem i zieleciną 400ml ( <b>MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR</b> ), Bitka drobiowa w sosie własnym 80g/80g 160g ( <b>GLU</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Sałata zielona z kefirem 80g ( <b>MLE</b> ),	Chleb pszenny 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Sałatka z makaronu i wędlin z pomidorem i koperkiem 200g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ), Jabłka 150g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2231.16 kcal; Białko ogółem: 85.96 g; Tłuszcz: 73.94 g; Węglowodany ogółem: 323.63 g;		
<b>czwartek 2024-01-18</b>		
<b>Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA</b>		
chleb graham. 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Szynka konserwowa wieprzowa 40g ( <b>GLU, SEL, SOJ, GOR</b> ), Ser topiony 25g ( <b>MLE, GLU</b> ), Pomidor świeży 30g,	Zupa pomidorowa z ryżem i zieleciną 400ml ( <b>MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR</b> ), Podudzie z kurczaka zpieca 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Surówka z kapusty białej 80g, Kompot wieloowocowy 200ml,	chleb graham. 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, paszтет INDYKPOL drobiowy 40g ( <b>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</b> ), tostowa drobiowa 40g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SEL, GOR, ŻYT, JEĆ</b> ), ogórki konserwowe 30g ( <b>GOR</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2114.94 kcal; Białko ogółem: 84.50 g; Tłuszcz: 104.66 g; Węglowodany ogółem: 232.22 g;		

Dietetyk