

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-01-22		
Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , T warożek z pestkami słonecznika 80g (MLE), Pomidory 30g , Sałata 20g ,	Zupa jesienna ziemniakami (cukinia, dynia, marchew, włoszczyzna) zabieleną śmietaną 400ml (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Makaron z pieczarkami 300g (MLE, GLU, JAJ), Surówka wielowarzywna 80g, Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Kielbasa śląska gotowana na ciepło 100g (SEL, SOJ, GOR), musztarda 20g (SEL, GOR), Papryka konserwowa 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2173.35 kcal; Białko ogółem: 74.05 g; Tłuszcz: 96.80 g; Węglowodany ogółem: 277.46 g;		
poniedziałek 2024-01-22		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , parówki cienkie drobiowo wieprzowe 2 szt 100g (MLE, GLU, ORZ, SEL, SOJ, GOR), Pomidory 30g , Sałata 20g ,	Zupa jesienna ziemniakami (cukinia, dynia, marchew, włoszczyzna) zabieleną śmietaną 400ml (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Makaron z serem 300g (MLE, GLU, JAJ), Surówka z marchewki drobno tartej z jabłkiem na winno 80g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Sałatka jarzynowa łatwostrawna 150g (JAJ, SEL), Jabłka 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2192.76 kcal; Białko ogółem: 66.28 g; Tłuszcz: 85.34 g; Węglowodany ogółem: 319.25 g;		
poniedziałek 2024-01-22		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , T warożek z pestkami słonecznika 60g (MLE), Filet królewski z indyka 20g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Pomidory 30g , Sałata 20g ,	Zupa jesienna ziemniakami (cukinia, dynia, marchew, włoszczyzna) zabieleną śmietaną 400ml (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Makaron z pieczarkami 300g (MLE, GLU, JAJ), Surówka wielowarzywna 80g, Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Kielbasa śląska gotowana na ciepło 100g (SEL, SOJ, GOR), musztarda 20g (SEL, GOR), Papryka konserwowa 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2151.34 kcal; Białko ogółem: 71.98 g; Tłuszcz: 94.91 g; Węglowodany ogółem: 276.63 g;		

Dietetyk