Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-01-23	**Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA**	
Chleb pszenno żytni 100g (***GLU***), herbata 200ml , Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), Kiełbasa krakowska parzona 40g (***MIĘ, SEL, SOJ, GOR***), Ogórek zielony 30g , Sałata 20g ,	Zupa solferino z zielonym groszkiem i ziemniakami 400ml (***MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR***), Podudzie z kurczaka z pieca 100g , Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Ćwikła z chrzanem 80g (***MLE***), Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , Ser żółty 50g (***MLE***), Pomidory 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2159.56 kcal; Białko ogółem: 88.12 g; Tłuszcz: 89.12 g; Węglowodany ogółem: 280.38 g;		
wtorek 2024-01-23	**Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA**	
Chleb pszenny 100g (***GLU***), herbata 200ml , Beskidzki miks maślany 10g (***MLE***), Twarożek z dynią i lnem (wrób własny) 80g (***MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, SEZ***), Pomidory 30g ,	Zupa solferino z zielonym groszkiem i ziemniakami 400ml (***MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR***), Podudzie z kurczaka duszone 100g , Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Sałatka z buraczków 80g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenny 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 10g (***MLE***), herbata 200ml , schabowa kanapkowa 50g (***MLE, GLU, JAJ, SEL, GOR, ŻYT, JĘC***), Sałata 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2028.30 kcal; Białko ogółem: 89.62 g; Tłuszcz: 63.56 g; Węglowodany ogółem: 290.08 g;		
wtorek 2024-01-23	**Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA**	
chleb graham. 100g (***GLU***), herbata 200ml , Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), Kiełbasa krakowska parzona 40g (***MIĘ, SEL, SOJ, GOR***), Ogórek zielony 30g , Pomidory 30g ,	Zupa solferino z zielonym groszkiem i ziemniakami 400ml (***MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR***), Podudzie z kurczaka z pieca 100g , Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Ćwikła z chrzanem 80g (***MLE***), Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb graham. 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , Ser żółty 40g (***MLE***), Sałata 20g , Papryka konserwowa 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2123.11 kcal; Białko ogółem: 90.48 g; Tłuszcz: 92.90 g; Węglowodany ogółem: 257.31 g;		

Dietetyk

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone