

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-02-18		
Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Szynka konserwowa wieprzowa 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), mandarynka 100g ,	Rosół z zacierką 400ml (GLU, JAJ, SEL), Karkówka z pieca z cebulką 80g (MIE), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Surówka z kapusty pekińskiej z porem 80g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , pasztet INDYKPOL drobiowy 80g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ogórki kiszane 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2107.27 kcal; Energia: 8260.29 kJ; Białko ogółem: 70.35 g; białko zwierzęce: 23.36 g; białko roślinne: 28.07 g; Tłuszcz: 85.53 g; Węglowodany ogółem: 279.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.10 g; Sód: 3960.86 mg; Potas: 3366.61 mg; Wapń: 157.89 mg; Fosfor: 1016.59 mg; Błonnik pokarmowy: 30.08 g; suma cukrów prostych: 57.35 g; Woda: 735.26 g; Popiół: 13.45 g;		
niedziela 2024-02-18		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Filet królewski z indyka 40g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Pomidory 30g ,	Rosół z zacierką 400ml (GLU, JAJ, SEL), Schab duszony w sosie własnym 80/80 160g (GLU), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Sałata z pomidorem 80g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Jajko faszerowane twarogiem 1szt (MLE, JAJ), Jogurt owocowy. 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2364.70 kcal; Energia: 9123.66 kJ; Białko ogółem: 91.60 g; białko zwierzęce: 50.84 g; białko roślinne: 28.52 g; Tłuszcz: 102.70 g; Węglowodany ogółem: 292.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.44 g; Sód: 2397.30 mg; Potas: 3620.16 mg; Wapń: 245.59 mg; Fosfor: 1364.87 mg; Błonnik pokarmowy: 29.80 g; suma cukrów prostych: 48.66 g; Woda: 753.17 g; Popiół: 15.24 g;		
niedziela 2024-02-18		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Szynka konserwowa wieprzowa 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Ser topiony 25g (MLE, GLU), Pomidory 30g ,	Rosół z zacierką 400ml (GLU, JAJ, SEL), Karkówka z pieca z cebulką 80g (MIE), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Surówka z kapusty pekińskiej z porem 80g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml , pasztet INDYKPOL drobiowy 60g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), jajo gotowane 1/2 szt 25g (JAJ), Ogórki kiszane 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2060.07 kcal; Energia: 8370.54 kJ; Białko ogółem: 76.31 g; białko zwierzęce: 29.08 g; białko roślinne: 33.70 g; Tłuszcz: 100.67 g; Węglowodany ogółem: 236.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.22 g; Sód: 4469.79 mg; Potas: 3381.64 mg; Wapń: 286.43 mg; Fosfor: 1247.29 mg; Błonnik pokarmowy: 26.60 g; suma cukrów prostych: 18.64 g; Woda: 824.90 g; Popiół: 15.97 g;		

Dietetyk