

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-02-23		
Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 50g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Dżem 40g, rogalik maślany 1szt (MLE, GLU, JAJ, SOJ, SEZ), Ser biały półtłusty 40g (MLE), Jabłka 130g,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Jajko w sosie musztardowym 130g (MLE, GLU, JAJ, SEL, GOR), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Sałata z olejem 80g, Kompot wieloowocowy 200ml,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, pasztet INDYKPOL drobiowy 40g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Polędwica Ani drobiowa 40g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), ogórki konserwowe 30g (GOR),
Wartości odżywcze: Energia: 2301.51 kcal; Energia: 7911.35 kJ; Białko ogółem: 71.89 g; białko zwierzęce: 21.06 g; białko roślinne: 27.89 g; Tłuszcz: 79.93 g; Węglowodany ogółem: 351.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.30 g; Sód: 1833.04 mg; Potas: 3735.10 mg; Wapń: 299.37 mg; Fosfor: 1064.89 mg; Błonnik pokarmowy: 30.02 g; suma cukrów prostych: 67.24 g; Woda: 977.85 g; Popiół: 14.28 g;		
piątek 2024-02-23		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenny 50g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Dżem 80g, rogalik maślany 1szt (MLE, GLU, JAJ, SOJ, SEZ), banan 200g,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Sztuka mięsa drobiowego 80g, Sos koperkowy 100ml (MLE, GLU), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Surówka z marchewki i selera na winno 80g (SEL), Kompot wieloowocowy 200ml,	Chleb pszenny 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Polędwica Ani drobiowa 40g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Pomidory 30g, Sałata 20g,
Wartości odżywcze: Energia: 2679.26 kcal; Energia: 8687.42 kJ; Białko ogółem: 74.72 g; białko zwierzęce: 1.23 g; białko roślinne: 32.95 g; Tłuszcz: 90.29 g; Węglowodany ogółem: 412.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.42 g; Sód: 1859.70 mg; Potas: 4186.85 mg; Wapń: 212.24 mg; Fosfor: 647.48 mg; Błonnik pokarmowy: 25.12 g; suma cukrów prostych: 107.07 g; Woda: 924.73 g; Popiół: 14.11 g;		
piątek 2024-02-23		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 50g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Pieczywo chrupkie lekkie pełnoziarniste 2szt 20g (ŻYT), filet złocisty 40g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, SEZ), Ser żółty 20g (MLE), Pomidory 30g,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Jajko w sosie musztardowym 130g (MLE, GLU, JAJ, SEL, GOR), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Sałata z olejem 80g, Kompot wieloowocowy 200ml,	chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, pasztet INDYKPOL drobiowy 40g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Polędwica Ani drobiowa 40g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), ogórki konserwowe 30g (GOR),
Wartości odżywcze: Energia: 2035.61 kcal; Energia: 7998.10 kJ; Białko ogółem: 70.94 g; białko zwierzęce: 19.31 g; białko roślinne: 31.01 g; Tłuszcz: 77.04 g; Węglowodany ogółem: 284.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.93 g; Sód: 1960.24 mg; Potas: 3506.45 mg; Wapń: 412.32 mg; Fosfor: 1035.39 mg; Błonnik pokarmowy: 26.43 g; suma cukrów prostych: 56.17 g; Woda: 863.52 g; Popiół: 14.28 g;		

Dietetyk