

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-02-26 Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml (MLE, GLU, ŻYT, JĘC), paszтет INDYKPOL drobiowy 40g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), polędwica drobiowa 40g (SOJ), Ogórek zielony 30g ,	Krupnik ryżowy z ziemniakami z zielonym groszkiem 400ml (SEL, GOR), Bigos z kapusty kiszonej z mięsem i kielbasą 300g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Szynkówka 40g (SEL, GOR), Ser żółty 20g (MLE), Pomidor świeży 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2071.29 kcal; Energia: 7143.76 kJ; Białko ogółem: 72.97 g; białko zwierzęce: 54.60 g; białko roślinne: 30.56 g; Tłuszcz: 79.84 g; Węglowodany ogółem: 265.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.65 g; Sód: 3917.36 mg; Potas: 2780.48 mg; Wapń: 368.83 mg; Fosfor: 1149.73 mg; Błonnik pokarmowy: 37.31 g; suma cukrów prostych: 23.84 g; Woda: 644.73 g; Popiół: 17.02 g;		
poniedziałek 2024-02-26 Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml (MLE, GLU, ŻYT, JĘC), polędwica drobiowa 40g (SOJ), Pomidory 30g , Mus przecier owocowy jabł.banan.brzosk. 100g 1szt ,	Krupnik ryżowy z ziemniakami z zielonym groszkiem 400ml (GLU, SEL, GOR), Pyzy drożdżowe 2szt 120g (MLE, GLU, JAJ), Mus owocowy z jogurtem naturalnym 150g (MLE), Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Szynka konserwowa z kurczakiem 40g (MLE, GLU, SOJ, GOR), Mini marchew z prażonym słonecznikiem 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2019.45 kcal; Energia: 6121.75 kJ; Białko ogółem: 56.21 g; białko zwierzęce: 1.19 g; białko roślinne: 22.41 g; Tłuszcz: 61.86 g; Węglowodany ogółem: 334.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.16 g; Sód: 2337.79 mg; Potas: 1797.98 mg; Wapń: 149.51 mg; Fosfor: 669.20 mg; Błonnik pokarmowy: 26.76 g; suma cukrów prostych: 65.29 g; Woda: 373.68 g; Popiół: 10.26 g;		
poniedziałek 2024-02-26 Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 200ml (MLE, GLU, ŻYT, JĘC), polędwica drobiowa 40g (SOJ), paszтет INDYKPOL drobiowy 40g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ogórek żelony 30g ,	Krupnik ryżowy z ziemniakami z zielonym groszkiem 400ml (SEL, GOR), Bigos z kapusty kiszonej z mięsem i kielbasą 300g (GLU, SEL, SOJ, GOR), chleb graham. 100g (GLU), Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Szynkówka 40g (SEL, GOR), Ser żółty 20g (MLE), Papryka konserwowa 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2059.29 kcal; Energia: 7647.29 kJ; Białko ogółem: 80.32 g; białko zwierzęce: 21.33 g; białko roślinne: 849.50 g; Tłuszcz: 248.62 g; Węglowodany ogółem: 5103.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.50 g; Sód: 46900.06 mg; Potas: 23877.18 mg; Wapń: 2546.43 mg; Fosfor: 19123.63 mg; Błonnik pokarmowy: 666.23 g; suma cukrów prostych: 69.75 g; Woda: 4570.96 g; Popiół: 205.06 g;		

Dietetyk