

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-02-27		
Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80g (MLE), sałatka szwedzka 30g ,	Barszcz biały z ziemniakami 400ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Pulpet drobiowo wieprzowy w sosie pomidorowym 180g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Surówka z kapusty czerwonej 100g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Kiełbasa żywiecka 40g (GLU, SEL), Ser topiony 25g (MLE, GLU), Jabłka 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2234.66 kcal; Energia: 8489.53 kJ; Białko ogółem: 74.23 g; białko zwierzęce: 23.50 g; białko roślinne: 32.15 g; Tłuszcz: 86.46 g; Węglowodany ogółem: 322.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.53 g; Sód: 1742.64 mg; Potas: 4149.92 mg; Wapń: 376.79 mg; Fosfor: 1252.53 mg; Błonnik pokarmowy: 35.81 g; suma cukrów prostych: 59.79 g; Woda: 976.97 g; Popiół: 14.63 g;		
wtorek 2024-02-27		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Ser biały półtłusty 60g (MLE), miód 25g , Pomidor świeży 30g ,	Barszcz biały z ziemniakami 400ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Pulpet drobiowo wieprzowy w sosie pomidorowym 180g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Sałata zielona z kefirem 100g (MLE), Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Kiełbasa żywiecka 40g (GLU, SEL), Włoszczyzna słupki na parze 100g (SEL),
Wartości odżywcze: Energia: 2147.23 kcal; Energia: 7773.18 kJ; Białko ogółem: 69.72 g; białko zwierzęce: 34.78 g; białko roślinne: 30.63 g; Tłuszcz: 74.55 g; Węglowodany ogółem: 311.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.18 g; Sód: 1531.89 mg; Potas: 3876.46 mg; Wapń: 312.31 mg; Fosfor: 1089.84 mg; Błonnik pokarmowy: 31.57 g; suma cukrów prostych: 42.61 g; Woda: 865.03 g; Popiół: 13.58 g;		
wtorek 2024-02-27		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80g (MLE), Pomidory 30g , Ogórek zielony 30g ,	Barszcz biały z ziemniakami 400ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Pulpet drobiowo wieprzowy w sosie pomidorowym 180g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Surówka z kapusty czerwonej 100g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , jajo gotowane 1/2 szt 25g (JAJ), Kiełbasa żywiecka 40g (GLU, SEL), sałatka szwedzka 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2185.06 kcal; Energia: 8278.48 kJ; Białko ogółem: 81.79 g; białko zwierzęce: 26.58 g; białko roślinne: 36.63 g; Tłuszcz: 84.05 g; Węglowodany ogółem: 301.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.02 g; Sód: 1559.59 mg; Potas: 3999.27 mg; Wapń: 303.74 mg; Fosfor: 1165.73 mg; Błonnik pokarmowy: 29.32 g; suma cukrów prostych: 52.35 g; Woda: 928.70 g; Popiół: 13.95 g;		

Dietetyk