Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12	**Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA**	
Chleb pszenno żytni 100g (***GLU***), herbata 200ml , Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), pasztet INDYKPOL drobiowy 80g (***MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR***), sałatka szwedzka 30g , papryka świeża 30g ,	Zupa solferino z zielonym groszkiem i ziemniakami 400ml (***MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR***), Potrawka drobiowa z warzywami i ryżem 300g (***MLE, GLU, SEL***), Ćwikła z chrzanem 100g (***MLE***), Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , kiełbasa szynkowa wędzona 40g (***MLE, DWU, GOR***), Pomidory 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1899.47 kcal; Energia: 7276.09 kJ; Białko ogółem: 63.50 g; białko zwierzęce: 0.95 g; białko roślinne: 28.22 g; Tłuszcz: 232.09 g; Węglowodany ogółem: 393.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 5.05 g; Sód: 1814.21 mg; Potas: 2371.53 mg; Wapń: 199.50 mg; Fosfor: 740.83 mg; Błonnik pokarmowy: 29.58 g; suma cukrów prostych: 35.08 g; Woda: 475.94 g; Popiół: 10.59 g;		
wtorek 2024-03-12	**Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA**	
Chleb pszenny 100g (***GLU***), herbata 200ml , Beskidzki miks maślany 10g (***MLE***), Pasta z twarogu z koperkiem 80g (***MLE***), Jabłko pieczone 100g ,	Zupa solferino z zielonym groszkiem i ziemniakami 400ml (***MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR***), Potrawka drobiowa z warzywami i ryżem 300g (***MLE, GLU, SEL***), Sałatka z buraczków 100g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenny 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 10g (***MLE***), herbata 200ml , Pasta z ryby gotowanej z warzywami 80g (***GLU, SEL, RYB, SOJ, GOR***), Pomidor świeży 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2007.90 kcal; Energia: 4991.71 kJ; Białko ogółem: 99.49 g; białko zwierzęce: 105.37 g; białko roślinne: 24.79 g; Tłuszcz: 29.35 g; Węglowodany ogółem: 198.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.70 g; Sód: 1468.43 mg; Potas: 2008.24 mg; Wapń: 195.12 mg; Fosfor: 759.46 mg; Błonnik pokarmowy: 14.70 g; suma cukrów prostych: 30.08 g; Woda: 533.04 g; Popiół: 9.18 g;		
wtorek 2024-03-12	**Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA**	
chleb graham. 100g (***GLU***), herbata 200ml , Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60g (***MLE***), pasztet INDYKPOL drobiowy 40g (***MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR***), sałatka szwedzka 30g ,	Zupa solferino z zielonym groszkiem i ziemniakami 400ml (***MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR***), Potrawka drobiowa z warzywami i ryżem 300g (***MLE, GLU, SEL***), Ćwikła z chrzanem 100g (***MLE***), Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb graham. 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , Pasta z ryby gotowanej z warzywami 60g (***GLU, SEL, RYB, SOJ, GOR***), kiełbasa szynkowa wędzona 20g (***MLE, DWU, GOR***), Pomidor świeży 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2047.20 kcal; Energia: 5171.54 kJ; Białko ogółem: 89.23 g; białko zwierzęce: 116.16 g; białko roślinne: 24.19 g; Tłuszcz: 46.66 g; Węglowodany ogółem: 178.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.89 g; Sód: 1397.33 mg; Potas: 1929.19 mg; Wapń: 177.86 mg; Fosfor: 806.14 mg; Błonnik pokarmowy: 20.15 g; suma cukrów prostych: 25.54 g; Woda: 423.93 g; Popiół: 8.63 g;		

Dietetyk

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone