

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-14		
Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml, Szynka konserwowa wieprzowa 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Ser żółty 20g (MLE), Papryka czerwona 30g,	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Podudzie z kurczaka pieca 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Surówka z kapusty białej 80g, Kompot owocowy 200ml 200ml,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml, Sałatka z ryżem, wedliną, pomidorem i koperkiem 200g (MLE, GLU, SOJ), ogórki konserwowe 30g (GOR),
Wartości odżywcze: Energia: 2396.66 kcal; Energia: 8544.99 kJ; Białko ogółem: 85.89 g; białko zwierzęce: 11.84 g; białko roślinne: 74.02 g; Tłuszcz: 115.54 g; Węglowodany ogółem: 512.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.23 g; Sód: 3671.06 mg; Potas: 11170.19 mg; Wapń: 776.93 mg; Fosfor: 2025.47 mg; Błonnik pokarmowy: 93.74 g; suma cukrów prostych: 24.57 g; Woda: 3460.56 g; Popiół: 34.83 g;		
czwartek 2024-03-14		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenny 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml, Szynka konserwowa wieprzowa 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Pomidor świeży 30g,	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Bitka drobiowa w sosie własnym 80g/80g 160g (GLU), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Sałata zielona z kefirem 80g (MLE),	Chleb pszenny 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml, Sałatka z ryżem, wedliną, pomidorem i koperkiem 200g (MLE, GLU, SOJ), Jabłka 150g,
Wartości odżywcze: Energia: 2236.82 kcal; Energia: 8884.36 kJ; Białko ogółem: 82.99 g; białko zwierzęce: 30.79 g; białko roślinne: 42.06 g; Tłuszcz: 71.97 g; Węglowodany ogółem: 332.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.27 g; Sód: 2633.40 mg; Potas: 3730.73 mg; Wapń: 228.26 mg; Fosfor: 1070.07 mg; Błonnik pokarmowy: 22.81 g; suma cukrów prostych: 11.64 g; Woda: 894.04 g; Popiół: 15.03 g;		
czwartek 2024-03-14		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml, Szynka konserwowa wieprzowa 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), paszтет INDYKPOL drobiowy 40g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Papryka czerwona 30g,	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Podudzie z kurczaka pieca 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Surówka z kapusty białej 80g, Kompot wieloowocowy 200ml,	chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml, Szynek 40g (SEL, GOR), Ser topiony 25g (MLE, GLU), rzodkiew biała 30g,
Wartości odżywcze: Energia: 2210.24 kcal; Energia: 7317.86 kJ; Białko ogółem: 92.84 g; białko zwierzęce: 14.84 g; białko roślinne: 34.88 g; Tłuszcz: 78.53 g; Węglowodany ogółem: 239.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.17 g; Sód: 2889.65 mg; Potas: 3432.45 mg; Wapń: 309.50 mg; Fosfor: 1056.28 mg; Błonnik pokarmowy: 28.47 g; suma cukrów prostych: 8.24 g; Woda: 738.55 g; Popiół: 13.48 g;		

Dietetyk