

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-04-01		
Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , pasztet INDYKPOL drobiowy 60g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ser żółty 20g (MLE), Szyńka konserwowa wieprzowa 20g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Ogórek zielony 30g , Pomidory 30g ,	Rosół z zacierką 400ml (GLU, JAJ, SEL), Podudzie z kurczaka z pieca 100g , Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Surówka z kapusty czerwonej 80g , Kompot wielowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Jajko 1szt(50g) w sosie tatarskim 80g(*grosek kons,ogórek kons,majonez) 130g (MLE, JAJ, ROŚ), Ogonówka 20g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR), Pickle 30g (GOR),
Wartości odżywcze: Energia: 2425.33 kcal; Energia: 8542.65 kJ; Białko ogółem: 95.28 g; białko zwierzęce: 34.86 g; białko roślinne: 28.19 g; Tłuszcz: 119.80 g; Węglowodany ogółem: 255.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.80 g; Sód: 3062.29 mg; Potas: 3232.78 mg; Wapń: 389.09 mg; Fosfor: 1142.02 mg; Błonnik pokarmowy: 30.39 g; suma cukrów prostych: 33.11 g; Woda: 759.00 g; Popiół: 15.49 g;		
poniedziałek 2024-04-01		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Twarożek z ziołami 80g (MLE), Szyńka konserwowa wieprzowa 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Pomidory 50g ,	Rosół z zacierką 400ml (GLU, JAJ, SEL), Podudzie z kurczaka duszone 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , sałata lodowa z sosem vinegret 80g , Kompot wielowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Sałatka jarzynowa łatwostrawna 150g (JAJ, SEL), szynka gotowana z indyka 20g (MLE, GLU, SOJ), Sałata 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2205.88 kcal; Energia: 7685.28 kJ; Białko ogółem: 88.26 g; białko zwierzęce: 34.44 g; białko roślinne: 30.04 g; Tłuszcz: 91.26 g; Węglowodany ogółem: 272.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.22 g; Sód: 3971.34 mg; Potas: 3769.59 mg; Wapń: 243.22 mg; Fosfor: 1121.36 mg; Błonnik pokarmowy: 31.61 g; suma cukrów prostych: 36.42 g; Woda: 840.49 g; Popiół: 18.37 g;		
poniedziałek 2024-04-01		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , pasztet INDYKPOL drobiowy 60g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ser żółty 20g (MLE), Szyńka konserwowa wieprzowa 20g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Ogórek zielony 30g , Pomidory 30g ,	Rosół z zacierką 400ml (GLU, JAJ, SEL), Podudzie z kurczaka z pieca 100g , Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Surówka z kapusty czerwonej 80g , Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Jajko 1szt(50g) w sosie tatarskim 80g(*grosek kons,ogórek kons,majonez) 130g (MLE, JAJ, ROŚ), Ogonówka 20g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR), Pickle 30g (GOR),
Wartości odżywcze: Energia: 2441.33 kcal; Energia: 8606.65 kJ; Białko ogółem: 100.08 g; białko zwierzęce: 35.06 g; białko roślinne: 32.79 g; Tłuszcz: 119.80 g; Węglowodany ogółem: 250.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.86 g; Sód: 3016.29 mg; Potas: 3104.78 mg; Wapń: 383.09 mg; Fosfor: 1098.02 mg; Błonnik pokarmowy: 26.39 g; suma cukrów prostych: 30.51 g; Woda: 759.40 g; Popiół: 15.29 g;		

Dietetyk