Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-04-21	**Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA**	
Chleb pszenno żytni 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , parówki cienkie drobiowo wieprzowe 2 szt 100g (***MLE, GLU, ORZ, SEL, SOJ, GOR***), kechup 20g (***GLU, SEL, GOR***), Pomidory 30g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400ml (***GLU, JAJ, SEL***), Kotlet drobiowy panierowany 100g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Marchew z groszkiem na ciepło 80g (***GLU***), Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , schabowa kanapkowa 50g (***MLE, GLU, JAJ, SEL, GOR, ŻYT, JĘC***), Pikle 30g (***GOR***),
Wartości odżywcze: Energia: 2017.95 kcal; Energia: 7009.98 kJ; Białko ogółem: 85.16 g; białko zwierzęce: 27.00 g; białko roślinne: 30.12 g; Tłuszcz: 75.36 g; Węglowodany ogółem: 276.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.52 g; Sód: 2590.27 mg; Potas: 3512.47 mg; Wapń: 140.46 mg; Fosfor: 1094.53 mg; Błonnik pokarmowy: 30.23 g; suma cukrów prostych: 29.48 g; Woda: 640.08 g; Popiół: 14.19 g;		
niedziela 2024-04-21	**Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA**	
Chleb pszenno żytni 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , miód 75g , Jabłko pieczone 150g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400ml (***GLU, JAJ, SEL***), Podudzie z kurczaka duszone 80g , Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Marchew z groszkiem na ciepło 80g (***GLU***), Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , schabowa kanapkowa 50g (***MLE, GLU, JAJ, SEL, GOR, ŻYT, JĘC***), Pomidor świeży 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1981.25 kcal; Energia: 7167.18 kJ; Białko ogółem: 67.81 g; białko zwierzęce: 0.79 g; białko roślinne: 1195.31 g; Tłuszcz: 393.17 g; Węglowodany ogółem: 10463.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 63.00 g; Sód: 92929.82 mg; Potas: 58263.02 mg; Wapń: 5074.91 mg; Fosfor: 41165.08 mg; Błonnik pokarmowy: 1694.73 g; suma cukrów prostych: 352.19 g; Woda: 8433.86 g; Popiół: 408.96 g;		
niedziela 2024-04-21	**Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA**	
chleb graham. 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , parówki cienkie drobiowo wieprzowe 2 szt 100g (***MLE, GLU, ORZ, SEL, SOJ, GOR***), kechup 20g (***GLU, SEL, GOR***), Pomidor świeży 30g ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400ml (***GLU, JAJ, SEL***), Kotlet drobiowy panierowany 100g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Fasolka szparagowa z bułką tartą 80g (***GLU, ROŚ***), Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb graham. 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , schabowa kanapkowa 40g (***MLE, GLU, JAJ, SEL, GOR, ŻYT, JĘC***), Ser topiony 25g (***MLE, GLU***), Pikle 30g (***GOR***),
Wartości odżywcze: Energia: 2120.88 kcal; Energia: 7437.54 kJ; Białko ogółem: 95.72 g; białko zwierzęce: 30.59 g; białko roślinne: 39.38 g; Tłuszcz: 749.47 g; Węglowodany ogółem: 309.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 407.64 g; Sód: 23592.02 mg; Potas: 4629.26 mg; Wapń: 9353.58 mg; Fosfor: 15600.34 mg; Błonnik pokarmowy: 31.47 g; suma cukrów prostych: 49.99 g; Woda: 2068.75 g; Popiół: 96.83 g;		

Dietetyk

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone