

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-05-27		
Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , paszтет INDYKPOL drobiowy 60g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ser żółty 20g (MLE), Pomidory 30g ,	Zupa fasolowa z zacierką 400ml (GLU, JAJ, SEL, ROŚ), 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 1 szt(50g) w sosie tatarskim 80g(*groszek kons,ogórek kons,majonez) 130g (MLE, JAJ, ROŚ, GOR), Ogonówka 20g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR), Pickle 30g (GOR),
Wartości odżywcze: Energia: 2622.09 kcal; Energia: 9359.55 kJ; Białko ogółem: 105.07 g; białko zwierzęce: 32.28 g; białko roślinne: 40.56 g; Tłuszcz: 119.95 g; Węglowodany ogółem: 302.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.60 g; Sód: 2850.39 mg; Potas: 3973.08 mg; Wapń: 471.29 mg; Fosfor: 1353.62 mg; Błonnik pokarmowy: 39.23 g; suma cukrów prostych: 34.75 g; Woda: 770.10 g; Popiół: 17.67 g;		
poniedziałek 2024-05-27		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Twarożek z ziołami 80g (MLE), Jabłka 150g ,	Zupa koperkowa z ryżem 400ml (GLU, 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), Sałata 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2206.64 kcal; Energia: 7993.15 kJ; Białko ogółem: 74.34 g; białko zwierzęce: 28.72 g; białko roślinne: 29.74 g; Tłuszcz: 85.24 g; Węglowodany ogółem: 302.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.48 g; Sód: 3525.76 mg; Potas: 3725.02 mg; Wapń: 242.11 mg; Fosfor: 1072.13 mg; Błonnik pokarmowy: 34.59 g; suma cukrów prostych: 40.76 g; Woda: 904.13 g; Popiół: 18.49 g;		
poniedziałek 2024-05-27		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , paszтет INDYKPOL drobiowy 60g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ser żółty 20g (MLE), Pomidory 30g ,	Zupa fasolowa z zacierką 400ml (GLU, JAJ, SEL, ROŚ), 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 1 szt(50g) w sosie tatarskim 80g(*groszek kons,ogórek kons,majonez) 130g (MLE, JAJ, ROŚ, GOR), Ogonówka 20g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR), Pickle 30g (GOR),
Wartości odżywcze: Energia: 2638.09 kcal; Energia: 9423.55 kJ; Białko ogółem: 109.87 g; białko zwierzęce: 32.48 g; białko roślinne: 45.16 g; Tłuszcz: 119.95 g; Węglowodany ogółem: 297.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.66 g; Sód: 2804.39 mg; Potas: 3845.08 mg; Wapń: 465.29 mg; Fosfor: 1309.62 mg; Błonnik pokarmowy: 35.23 g; suma cukrów prostych: 32.15 g; Woda: 770.50 g; Popiół: 17.47 g;		