Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-05-29	**Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA**	
Chleb pszenno żytni 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , Ser żółty 50g (***MLE***), Pomidor świeży 50g 50g , Jabłka 150g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 400ml (***GLU, SEL, ROŚ, GOR***), Kaszotto z kaszy jęczmiennej z mięsem wieprzowym krojonym i jarzynami z sosem pomidorowym 300g (***GLU, SEL, SOJ, GOR***), Sałata z jogurtem 80g (***MLE***), Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml (***MLE, GLU, ŻYT, JĘC***), Kiełbasa żywiecka 40g (***GLU, SEL***), Brokuł na parze 50g (***MLE***),
Wartości odżywcze: Energia: 2071.07 kcal; Energia: 7852.93 kJ; Białko ogółem: 78.45 g; białko zwierzęce: 32.85 g; białko roślinne: 35.35 g; Tłuszcz: 84.65 g; Węglowodany ogółem: 285.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.36 g; Sód: 3107.51 mg; Potas: 3052.53 mg; Wapń: 619.38 mg; Fosfor: 1351.85 mg; Błonnik pokarmowy: 39.84 g; suma cukrów prostych: 27.80 g; Woda: 698.01 g; Popiół: 16.71 g;		
środa 2024-05-29	**Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA**	
Chleb pszenno żytni 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , Szynka konserwowa wieprzowa 50g (***GLU, SEL, SOJ, GOR***), Pomidor świeży 50g , Sałata 20g ,	Zupa z cukinią i ziemniakami 400ml (***MLE, GLU, SEL***), Kaszotto z kaszy jęczmiennej z mięsem wieprzowym krojonym i jarzynami z sosem pomidorowym 300g (***GLU, SEL, SOJ, GOR***), Sałata z jogurtem 80g (***MLE***), Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml (***MLE, GLU, ŻYT, JĘC***), Jajko faszerowane twarogiem 1szt (***MLE, JAJ***), Mini marchew z prażonym słonecznikiem 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1924.09 kcal; Energia: 7209.72 kJ; Białko ogółem: 80.21 g; białko zwierzęce: 40.94 g; białko roślinne: 26.41 g; Tłuszcz: 77.66 g; Węglowodany ogółem: 253.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.32 g; Sód: 2157.79 mg; Potas: 2636.43 mg; Wapń: 297.81 mg; Fosfor: 1314.84 mg; Błonnik pokarmowy: 29.57 g; suma cukrów prostych: 25.43 g; Woda: 662.04 g; Popiół: 11.68 g;		
środa 2024-05-29	**Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA**	
chleb graham. 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , tostowa drobiowa 20g (***MLE, GLU, JAJ, SEL, GOR, ŻYT, JĘC***), Ser żółty 40g (***MLE***), Pomidor świeży 30g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 400ml (***GLU, SEL, ROŚ, GOR***), Kaszotto z kaszy jęczmiennej z mięsem wieprzowym krojonym i jarzynami z sosem pomidorowym 300g (***GLU, SEL, SOJ, GOR***), Sałata z jogurtem 80g (***MLE***), Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb graham. 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), Kawa z mlekiem b/cukru 200ml (***MLE, GLU, ŻYT, JĘC***), Kiełbasa żywiecka 40g (***GLU, SEL***), ogórki konserwowe 30g (***GOR***), Brokuł na parze 50g (***MLE***),
Wartości odżywcze: Energia: 2116.42 kcal; Energia: 7457.30 kJ; Białko ogółem: 84.39 g; białko zwierzęce: 62.89 g; białko roślinne: 39.00 g; Tłuszcz: 77.98 g; Węglowodany ogółem: 250.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.97 g; Sód: 3081.70 mg; Potas: 2602.94 mg; Wapń: 520.10 mg; Fosfor: 1233.53 mg; Błonnik pokarmowy: 31.69 g; suma cukrów prostych: 16.72 g; Woda: 539.23 g; Popiół: 15.73 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone