

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-06-06		
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 dyniowa z zacierką pszenną zabieleną śmietaną (włoszcz, dynia, zacierka, śmietana) 400g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Podudzie z kurczaka z pieca 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Surówka z kapusty białej z olejem 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, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, SEZ), ogórki konserwowe 30g (GOR),
Wartości odżywcze: Energia: 2284.90 kcal; Energia: 8151.49 kJ; Białko ogółem: 82.11 g; białko zwierzęce: 11.43 g; białko roślinne: 31.92 g; Tłuszcz: 96.26 g; Węglowodany ogółem: 300.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.39 g; Sód: 3759.41 mg; Potas: 3298.99 mg; Wapń: 360.77 mg; Fosfor: 1052.81 mg; Błonnik pokarmowy: 32.81 g; suma cukrów prostych: 20.49 g; Woda: 724.29 g; Popiół: 16.71 g;		
czwartek 2024-06-06		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml, Szynka konserwowa wieprzowa 40g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Pomidor świeży 30g,	Zupa dyniowa z zacierką pszenną zabieleną śmietaną (włoszcz, dynia, zacierka, śmietana) 400g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Bitka drobiowa w sosie szpinakowym 80g (GLU), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Sałatka z buraczków z olejem 80g,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Herbata b/cukru 200ml, Sałatka z ryżem, wedliną, pomidorem i koperkiem 200g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, SEZ), Jabłka 150g,
Wartości odżywcze: Energia: 2077.48 kcal; Energia: 8294.08 kJ; Białko ogółem: 66.02 g; białko zwierzęce: 21.33 g; białko roślinne: 34.43 g; Tłuszcz: 75.26 g; Węglowodany ogółem: 314.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.61 g; Sód: 2841.23 mg; Potas: 3814.60 mg; Wapń: 201.65 mg; Fosfor: 1122.87 mg; Błonnik pokarmowy: 34.30 g; suma cukrów prostych: 19.20 g; Woda: 862.06 g; Popiół: 15.29 g;		
czwartek 2024-06-06		
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), pasztet INDYKPOL drobiowy 40g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Papryka czerwona 30g,	Zupa dyniowa z zacierką pszenną zabieleną śmietaną (włoszcz, dynia, zacierka, śmietana) 400g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Podudzie z kurczaka z pieca 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g, Surówka z kapusty białej z olejem 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: 2120.88 kcal; Energia: 6924.36 kJ; Białko ogółem: 89.46 g; białko zwierzęce: 14.43 g; białko roślinne: 31.39 g; Tłuszcz: 76.71 g; Węglowodany ogółem: 222.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.31 g; Sód: 3067.10 mg; Potas: 3134.75 mg; Wapń: 279.45 mg; Fosfor: 1004.32 mg; Błonnik pokarmowy: 26.94 g; suma cukrów prostych: 7.13 g; Woda: 704.98 g; Popiół: 13.18 g;		

Dietetyk