

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Czarny Bór | | |
|---|--|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| poniedziałek 2024-07-15 Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA | | |
| Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml (MLE, GLU, ŻYT, JĘC), paszтет INDYKPOL drobiowy 40g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), polędwica drobiowa 40g (SOJ), Ogórek zielony 30g , | Zupa ziemniaczana z groszkiem i zieleniną (włoszcz, groszek, mleko) 400ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Łazanki pszenne z kapustą kiszoną i kielbasą 300g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Kompot wieloowocowy 200ml , | Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Szynkówka 40g (SEL, GOR), Ser topiony 25g (MLE, GLU), Papryka konserwowa 30g , |
| Wartości odżywcze: Energia: 1998.28 kcal; Energia: 6989.12 kJ; Białko ogółem: 66.19 g; białko zwierzęce: 48.91 g; białko roślinne: 51.58 g; Tłuszcz: 796.15 g; Węglowodany ogółem: 415.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 417.83 g; Sód: 32196.36 mg; Potas: 5416.37 mg; Wapń: 9754.46 mg; Fosfor: 17290.72 mg; Błonnik pokarmowy: 80.45 g; suma cukrów prostych: 50.19 g; Woda: 4588.38 g; Popiół: 114.31 g; | | |
| poniedziałek 2024-07-15 Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA | | |
| Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml (MLE, GLU, ŻYT, JĘC), polędwica drobiowa 40g (SOJ), Pomidory 30g , Mus przecier owocowy jabł.banan.brzosk. 100g 1szt , | Zupa ziemniaczana z groszkiem i zieleniną (włoszcz, groszek, mleko) 400ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Pyzy drożdżowe 2szt 120g (MLE, GLU, JAJ), Mus owocowy z jogurtem naturalnym 150g (MLE), Kompot wieloowocowy 200ml , | Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Szynka konserwowa z kurczakiem 40g (MLE, GLU, SOJ, GOR), Mini marchew z prażonym słonecznikiem 50g , |
| Wartości odżywcze: Energia: 1834.60 kcal; Energia: 5573.60 kJ; Białko ogółem: 51.90 g; białko zwierzęce: 7.11 g; białko roślinne: 17.88 g; Tłuszcz: 60.73 g; Węglowodany ogółem: 293.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.95 g; Sód: 1400.16 mg; Potas: 1795.07 mg; Wapń: 153.40 mg; Fosfor: 655.59 mg; Błonnik pokarmowy: 24.77 g; suma cukrów prostych: 65.13 g; Woda: 389.13 g; Popiół: 7.91 g; | | |
| poniedziałek 2024-07-15 Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA | | |
| chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 200ml (MLE, GLU, ŻYT, JĘC), polędwica drobiowa 40g (SOJ), paszтет INDYKPOL drobiowy 40g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ogórek żelony 30g , | Zupa ziemniaczana z groszkiem i zieleniną (włoszcz, groszek, mleko) 400ml (MLE, GLU, SEL, GOR), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 300g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Kompot wieloowocowy 200ml , | chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Szynkówka 40g (SEL, GOR), Ser topiony 25g (MLE, GLU), Papryka konserwowa 30g , |
| Wartości odżywcze: Energia: 1973.78 kcal; Energia: 7442.35 kJ; Białko ogółem: 71.17 g; białko zwierzęce: 15.54 g; białko roślinne: 32.69 g; Tłuszcz: 751.69 g; Węglowodany ogółem: 285.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 408.99 g; Sód: 23508.46 mg; Potas: 3036.67 mg; Wapń: 9339.76 mg; Fosfor: 15234.92 mg; Błonnik pokarmowy: 24.13 g; suma cukrów prostych: 64.73 g; Woda: 1882.25 g; Popiół: 93.50 g; | | |

Dietetyk