

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-07-22</b> <b>Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA</b>		
Chleb pszenno żytni 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), herbata 200ml, paszтет INDYKPOL drobiowy 60g ( <b>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</b> ), Ser topiony 50g ( <b>MLE, GLU</b> ), Pomidory 30g,	Zupa solferino z zielonym groszkiem i ziemniakami (włoszcz, kon.pom, groszek, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR</b> ), Makaron z sosem pieczarkowym 300g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> ), Surówka colesław z kapusty białej z olejem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Kompot wielowocowy 200ml,	Chleb pszenno żytni 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), herbata 200ml, Jajo gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Ogonówka 20g ( <b>MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR</b> ), Pickle 30g ( <b>GOR</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2689.26 kcal; Energia: 10661.50 kJ; Białko ogółem: 77.85 g; białko zwierzęce: 35.47 g; białko roślinne: 38.65 g; Tłuszcz: 1473.51 g; Węglowodany ogółem: 363.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 828.07 g; Sód: 43702.23 mg; Potas: 4743.69 mg; Wapń: 18660.40 mg; Fosfor: 30075.96 mg; Błonnik pokarmowy: 32.07 g; suma cukrów prostych: 80.06 g; Woda: 3355.82 g; Popiół: 176.42 g;		
<b>poniedziałek 2024-07-22</b> <b>Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA</b>		
Chleb pszenno żytni 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), herbata 200ml, Twarożek z ziołami 80g ( <b>MLE</b> ), Jabłka 150g,	Zupa solferino z zielonym groszkiem i ziemniakami (włoszcz, kon.pom, groszek, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR</b> ), Makaron z serem 300g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> ), Surówka z marchewki drobno tartej z jabłkiem na winno 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	Chleb pszenno żytni 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), herbata 200ml, Jajo gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Sałata 30g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1877.70 kcal; Energia: 7401.87 kJ; Białko ogółem: 75.44 g; białko zwierzęce: 53.47 g; białko roślinne: 29.16 g; Tłuszcz: 58.75 g; Węglowodany ogółem: 277.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.11 g; Sód: 1666.40 mg; Potas: 2638.10 mg; Wapń: 372.56 mg; Fosfor: 1253.66 mg; Błonnik pokarmowy: 32.25 g; suma cukrów prostych: 47.03 g; Woda: 756.35 g; Popiół: 11.25 g;		
<b>poniedziałek 2024-07-22</b> <b>Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA</b>		
chleb graham. 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), herbata 200ml, paszтет INDYKPOL drobiowy 60g ( <b>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</b> ), Ser topiony 20g ( <b>MLE, GLU</b> ), Pomidory 30g,	Zupa solferino z zielonym groszkiem i ziemniakami (włoszcz, kon.pom, groszek, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR</b> ), Makaron z sosem pieczarkowym 300g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> ), Surówka colesław z kapusty białej z olejem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 80g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb graham. 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), herbata 200ml, Jajo gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Ogonówka 20g ( <b>MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR</b> ), Pickle 30g ( <b>GOR</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2755.66 kcal; Energia: 10934.48 kJ; Białko ogółem: 80.23 g; białko zwierzęce: 31.62 g; białko roślinne: 44.88 g; Tłuszcz: 675.71 g; Węglowodany ogółem: 331.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 345.13 g; Sód: 18435.53 mg; Potas: 3610.62 mg; Wapń: 7683.22 mg; Fosfor: 12717.88 mg; Błonnik pokarmowy: 30.20 g; suma cukrów prostych: 50.43 g; Woda: 1785.73 g; Popiół: 77.98 g;		

Dietetyk