Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-07-27	**Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA**	
Chleb pszenno żytni 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , Pasta z sera żółtego z papryką i szczypiorkiem 80g (***MLE, JAJ, GOR***), Pomidory 50g ,	Zupa z cukinią i ziemniakami (włoszcz,cukinia,śmietana,mleko) 400ml (***MLE, GLU, SEL***), makaron w sosie myśliwskim 300g (***MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR***), Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , Szynkowa kanapkowa 50g (***MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR***), ogórki konserwowe 30g (***GOR***),
Wartości odżywcze: Energia: 1982.31 kcal; Energia: 7674.64 kJ; Białko ogółem: 60.20 g; białko zwierzęce: 11.45 g; białko roślinne: 30.23 g; Tłuszcz: 88.15 g; Węglowodany ogółem: 263.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.16 g; Sód: 2094.61 mg; Potas: 2073.08 mg; Wapń: 441.25 mg; Fosfor: 957.40 mg; Błonnik pokarmowy: 27.53 g; suma cukrów prostych: 30.94 g; Woda: 499.84 g; Popiół: 10.87 g;		
sobota 2024-07-27	**Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA**	
Chleb pszenno żytni 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , Polędwica Ani drobiowa 50g (***MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ***), Pomidor świeży 50g 50g ,	Zupa z cukinią i ziemniakami (włoszcz,cukinia,śmietana,mleko) 400ml (***MLE, GLU, SEL***), Spagetti bolognese z makaronu pszennego z mięsem wieprzowym 300g (***MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR***), Kompot wieloowocowy 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , Pasta jajeczna z zieleniną 60g (***MLE, JAJ***), sok pomidorowy 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 1994.25 kcal; Energia: 7910.45 kJ; Białko ogółem: 73.96 g; białko zwierzęce: 33.13 g; białko roślinne: 29.63 g; Tłuszcz: 87.55 g; Węglowodany ogółem: 254.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.40 g; Sód: 2432.46 mg; Potas: 2953.73 mg; Wapń: 279.00 mg; Fosfor: 1181.81 mg; Błonnik pokarmowy: 28.07 g; suma cukrów prostych: 28.44 g; Woda: 725.93 g; Popiół: 13.41 g;		
sobota 2024-07-27	**Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA**	
chleb graham. 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , Pasta z sera żółtego z papryką i szczypiorkiem 80g (***MLE, JAJ, GOR***), szynka biała 20g (***SEL, GOR***), Pikle 30g (***GOR***),	Zupa z cukinią i ziemniakami (włoszcz,cukinia,śmietana,mleko) 400ml (***MLE, GLU, SEL***), makaron w sosie myśliwskim 300g (***MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR***), Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb graham. 100g (***GLU***), Beskidzki miks maślany 20g (***MLE***), herbata 200ml , Szynkowa kanapkowa 40g (***MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR***), Ser topiony 25g (***MLE, GLU***), sok pomidorowy 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2100.31 kcal; Energia: 8041.89 kJ; Białko ogółem: 70.44 g; białko zwierzęce: 15.02 g; białko roślinne: 35.89 g; Tłuszcz: 95.56 g; Węglowodany ogółem: 263.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.33 g; Sód: 2524.16 mg; Potas: 2318.13 mg; Wapń: 536.40 mg; Fosfor: 1082.40 mg; Błonnik pokarmowy: 25.07 g; suma cukrów prostych: 27.42 g; Woda: 628.35 g; Popiół: 12.68 g;		

Dietetyk

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone