

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-08-12 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), pasztet INDYKPOL drobiowy 40g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), polędwica drobiowa 40g (SOJ), Ogórek zielony 30g ,	Zupa ziemniaczana z groszkiem i zieleciną (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 , Szynek 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: 27.82 g; Tłuszcz: 83.35 g; Węglowodany ogółem: 237.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.70 g; Sód: 2738.91 mg; Potas: 2085.02 mg; Wapń: 255.41 mg; Fosfor: 965.62 mg; Błonnik pokarmowy: 26.99 g; suma cukrów prostych: 22.47 g; Woda: 494.73 g; Popiół: 11.85 g;		
poniedziałek 2024-08-12 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 zieleciną (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 , Szynek 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 2024-08-12 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), pasztet INDYKPOL drobiowy 40g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ogórek zielony 30g ,	Zupa ziemniaczana z groszkiem i zieleciną (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 , Szynek 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: 83.44 g; Węglowodany ogółem: 255.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.77 g; Sód: 2693.71 mg; Potas: 2021.92 mg; Wapń: 256.51 mg; Fosfor: 929.42 mg; Błonnik pokarmowy: 24.13 g; suma cukrów prostych: 39.98 g; Woda: 521.00 g; Popiół: 11.83 g;		

Dietetyk