

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-08-19 Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, paszтет INDYKPOL drobiowy 60g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ser topiony 50g (MLE, GLU), Pomidory 30g,	Zupa solferino z zielonym groszkiem i ziemniakami (włoszcz, kon.pom, groszek, śmietana) 400ml (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR), Makaron z sosem pieczarkowym 300g (MLE, GLU, JAJ), Surówka colesław z kapusty białej z olejem 100g (JAJ, GOR), Kompot wielowocowy 200ml,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Jajo gotowane 1szt (JAJ), Ogonówka 20g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR), Pickle 30g (GOR),
Wartości odżywcze: Energia: 2689.26 kcal; Energia: 10661.50 kJ; Białko ogółem: 77.85 g; białko zwierzęce: 35.47 g; białko roślinne: 38.65 g; Tłuszcz: 137.01 g; Węglowodany ogółem: 304.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.64 g; Sód: 2072.73 mg; Potas: 2714.19 mg; Wapń: 493.90 mg; Fosfor: 1464.96 mg; Błonnik pokarmowy: 32.07 g; suma cukrów prostych: 30.56 g; Woda: 633.32 g; Popiół: 13.07 g;		
poniedziałek 2024-08-19 Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Twarożek z ziołami 80g (MLE), Jabłka 150g,	Zupa solferino z zielonym groszkiem i ziemniakami (włoszcz, kon.pom, groszek, śmietana) 400ml (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR), Makaron z serem 300g (MLE, GLU, JAJ), Surówka z marchewki drobno tartej z jabłkiem na winno 100g, Kompot wielowocowy (aronia, porzeczka czerw. i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Sałatka z ryżem, wedliną, pomidorem i koperkiem 150g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, SEZ), Sałata 30g,
Wartości odżywcze: Energia: 2017.30 kcal; Energia: 7886.97 kJ; Białko ogółem: 70.28 g; białko zwierzęce: 40.97 g; białko roślinne: 33.50 g; Tłuszcz: 55.07 g; Węglowodany ogółem: 327.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.57 g; Sód: 1919.45 mg; Potas: 2647.90 mg; Wapń: 336.85 mg; Fosfor: 1137.49 mg; Błonnik pokarmowy: 34.09 g; suma cukrów prostych: 47.18 g; Woda: 711.36 g; Popiół: 11.85 g;		
poniedziałek 2024-08-19 Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, paszтет INDYKPOL drobiowy 60g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ser topiony 20g (MLE, GLU), Pomidory 30g,	Zupa solferino z zielonym groszkiem i ziemniakami (włoszcz, kon.pom, groszek, śmietana) 400ml (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR), Makaron z sosem pieczarkowym 300g (MLE, GLU, JAJ), Surówka colesław z kapusty białej z olejem 100g (JAJ, GOR), Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 80g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml, Jajo gotowane 1szt (JAJ), Ogonówka 20g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR), Pickle 30g (GOR),
Wartości odżywcze: Energia: 2755.66 kcal; Energia: 10934.48 kJ; Białko ogółem: 80.23 g; białko zwierzęce: 31.62 g; białko roślinne: 44.88 g; Tłuszcz: 141.11 g; Węglowodany ogółem: 307.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.75 g; Sód: 1783.73 mg; Potas: 2798.82 mg; Wapń: 416.62 mg; Fosfor: 1273.48 mg; Błonnik pokarmowy: 30.20 g; suma cukrów prostych: 30.63 g; Woda: 696.73 g; Popiół: 12.64 g;		

Dietetyk