

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-08-22</b>		
<b>Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA</b>		
Chleb pszenno żytni 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), herbata 200ml, kielbasa szynkowa wędzona 50g ( <b>MLE, DWU, GOR</b> ), Ogórek zielony 30g, Sałatka wielowarzywna łagodna 30g ( <b>SEL, DWU, GOR</b> ),	Zupa pomidorowa z ryżem i zieleniną (włoszcz, kon. pom, ryż, śmietana). 400ml ( <b>MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR</b> ), Pieczeń rzymska drobiowo wieprzowa duszona 80g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Ziemniaki gotwane z koperkiem 300g, Surówka z kapusty pekińskiej z porem i olejem rzepakowym 80g, Kompot wieloowocowy 200ml,	Chleb pszenno żytni 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), herbata 200ml, paszтет INDYKPOL drobiowy 80g ( <b>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</b> ), Ogórki kiszane 30g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2012.62 kcal; Energia: 7960.96 kJ; Białko ogółem: 67.86 g; białko zwierzęce: 9.01 g; białko roślinne: 28.88 g; Tłuszcz: 74.19 g; Węglowodany ogółem: 294.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.84 g; Sód: 2256.74 mg; Potas: 3221.20 mg; Wapń: 188.98 mg; Fosfor: 915.44 mg; Błonnik pokarmowy: 30.61 g; suma cukrów prostych: 49.56 g; Woda: 683.83 g; Popiół: 13.62 g;		
<b>czwartek 2024-08-22</b>		
<b>Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA</b>		
Chleb pszenno żytni 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), herbata 200ml, kielbasa szynkowa wędzona 50g ( <b>MLE, DWU, GOR</b> ), banan 200g,	Zupa pomidorowa z ryżem i zieleniną (włoszcz, kon. pom, ryż, śmietana). 400ml ( <b>MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR</b> ), Pieczeń rzymska drobiowo wieprzowa duszona 80g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Ziemniaki gotwane z koperkiem 300g, Surówka z marchwi drobno tartej z olejem rzepakowym 100g, Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw. i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml,	Chleb pszenno żytni 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), herbata 200ml, Pasta mięsno-warzywna (mięso drobiowe, warzywa gotowane) 80g ( <b>SEL</b> ), Pomidor świeży 30g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2023.39 kcal; Energia: 7744.70 kJ; Białko ogółem: 66.72 g; białko zwierzęce: 9.01 g; białko roślinne: 30.79 g; Tłuszcz: 65.58 g; Węglowodany ogółem: 323.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.15 g; Sód: 2005.29 mg; Potas: 4182.48 mg; Wapń: 197.70 mg; Fosfor: 952.40 mg; Błonnik pokarmowy: 35.92 g; suma cukrów prostych: 55.27 g; Woda: 815.80 g; Popiół: 13.96 g;		
<b>czwartek 2024-08-22</b>		
<b>Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA</b>		
chleb graham. 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), herbata 200ml, kielbasa szynkowa wędzona 40g ( <b>MLE, DWU, GOR</b> ), Ser topiony 50g ( <b>MLE, GLU</b> ), Ogórek zielony 30g,	Zupa pomidorowa z ryżem i zieleniną (włoszcz, kon. pom, ryż, śmietana). 400ml ( <b>MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR</b> ), Pieczeń rzymska drobiowo wieprzowa duszona 80g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Ziemniaki gotwane z koperkiem 300g, Surówka z kapusty pekińskiej z porem i olejem rzepakowym 80g, Kompot wieloowocowy 200ml,	chleb graham. 100g ( <b>GLU</b> ), Beskidzki miks maślany 20g ( <b>MLE</b> ), herbata 200ml, paszтет INDYKPOL drobiowy 40g ( <b>MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR</b> ), Szynka konserwowa z kurczakiem 40g ( <b>MLE, GLU, SOJ, GOR</b> ), Ogórki kiszane 30g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2030.62 kcal; Energia: 7846.01 kJ; Białko ogółem: 77.06 g; białko zwierzęce: 15.96 g; białko roślinne: 33.44 g; Tłuszcz: 83.18 g; Węglowodany ogółem: 266.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.96 g; Sód: 2630.94 mg; Potas: 3102.55 mg; Wapń: 365.13 mg; Fosfor: 1159.14 mg; Błonnik pokarmowy: 26.42 g; suma cukrów prostych: 27.47 g; Woda: 707.38 g; Popiół: 15.04 g;		

Dietetyk