Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-08-24	**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(pieczarki, kiełbasa śl, papryka kon. ogórek kiszony, cebula, kon.pom) 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 50g (***GOR***),
Wartości odżywcze: Energia: 2031.31 kcal; Energia: 7879.84 kJ; Białko ogółem: 60.26 g; białko zwierzęce: 11.45 g; białko roślinne: 30.30 g; Tłuszcz: 93.17 g; Węglowodany ogółem: 264.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.52 g; Sód: 2172.41 mg; Potas: 2083.88 mg; Wapń: 442.65 mg; Fosfor: 959.40 mg; Błonnik pokarmowy: 27.57 g; suma cukrów prostych: 31.82 g; Woda: 518.41 g; Popiół: 11.11 g;		
sobota 2024-08-24	**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(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka 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: 1941.39 kcal; Energia: 7689.09 kJ; Białko ogółem: 69.22 g; białko zwierzęce: 28.40 g; białko roślinne: 29.62 g; Tłuszcz: 83.89 g; Węglowodany ogółem: 253.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.26 g; Sód: 2281.80 mg; Potas: 2900.36 mg; Wapń: 259.32 mg; Fosfor: 1104.01 mg; Błonnik pokarmowy: 28.06 g; suma cukrów prostych: 28.37 g; Woda: 696.03 g; Popiół: 12.77 g;		
sobota 2024-08-24	**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 razowy w sosie myśliwskim(pieczarki, kiełbasa śl, papryka kon. ogórek kiszony, cebula, kon.pom) 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: 2093.11 kcal; Energia: 8012.29 kJ; Białko ogółem: 69.65 g; białko zwierzęce: 13.90 g; białko roślinne: 36.22 g; Tłuszcz: 94.76 g; Węglowodany ogółem: 263.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.12 g; Sód: 2512.16 mg; Potas: 2298.93 mg; Wapń: 533.20 mg; Fosfor: 1060.80 mg; Błonnik pokarmowy: 24.91 g; suma cukrów prostych: 27.58 g; Woda: 629.40 g; Popiół: 12.61 g;		

Dietetyk

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone