

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Czarny Bór		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-09-06		
Dieta: CZARNY BÓR PODSTAWOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Dżem 40g , Ser biały półtłusty 40g (MLE), arbus 150g ,	Krupnik jęczmienny (włoszcz, kasza jęczmianowa) 400g (GLU, SEL), Ryba miruna panierowana smażona 90g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 80g , Kompot wieloowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono, truskawka) 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , paszтет INDYKPOL drobiowy 40g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Polędwica Ani drobiowa 40g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Sałata 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2058.64 kcal; Energia: 8233.97 kJ; Białko ogółem: 65.73 g; białko zwierzęce: 22.02 g; białko roślinne: 28.77 g; Tłuszcz: 73.30 g; Węglowodany ogółem: 313.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 5.81 g; Sód: 2109.17 mg; Potas: 4072.05 mg; Wapń: 206.64 mg; Fosfor: 1205.15 mg; Błonnik pokarmowy: 33.71 g; suma cukrów prostych: 59.26 g; Woda: 948.27 g; Popiół: 15.34 g;		
piątek 2024-09-06		
Dieta: CZARNY BÓR WĄTROBOWA		
Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Dżem 80g , arbus 150g ,	Krupnik jęczmienny (włoszcz, kasza jęczmianowa) 400g (GLU, SEL), Ryba miruna duszona z pieca 80g (RYB), Sos grecki (włoszcz, kon.pom, olej) 100g (GLU, SEL, SOJ, GOR), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Kompot wieloowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono, truskawka) 200ml ,	Chleb pszenno żytni 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , Polędwica Ani drobiowa 40g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Pomidory 30g , Sałata 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1981.56 kcal; Energia: 7815.38 kJ; Białko ogółem: 49.32 g; białko zwierzęce: 11.21 g; białko roślinne: 27.60 g; Tłuszcz: 66.22 g; Węglowodany ogółem: 324.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.50 g; Sód: 1854.48 mg; Potas: 3984.42 mg; Wapń: 144.23 mg; Fosfor: 1041.33 mg; Błonnik pokarmowy: 32.11 g; suma cukrów prostych: 78.85 g; Woda: 872.33 g; Popiół: 13.88 g;		
piątek 2024-09-06		
Dieta: CZARNY BÓR CUKRZYCOWA		
chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , filet z łosia 40g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, SEZ), Ser żółty 20g (MLE), Pomidory 30g ,	Krupnik jęczmienny (włoszcz, kasza jęczmianowa) 400g (GLU, SEL), Ryba miruna panierowana smażona 90g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki gotowane z koperkiem 300g , Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 80g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb graham. 100g (GLU), Beskidzki miks maślany 20g (MLE), herbata 200ml , paszтет INDYKPOL drobiowy 40g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Polędwica Ani drobiowa 40g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Sałata 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2048.94 kcal; Energia: 8056.82 kJ; Białko ogółem: 71.92 g; białko zwierzęce: 20.32 g; białko roślinne: 32.66 g; Tłuszcz: 76.56 g; Węglowodany ogółem: 293.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.51 g; Sód: 2225.97 mg; Potas: 3790.60 mg; Wapń: 314.29 mg; Fosfor: 1162.85 mg; Błonnik pokarmowy: 29.45 g; suma cukrów prostych: 47.97 g; Woda: 810.97 g; Popiół: 15.23 g;		

Dietetyk